

# Náš domov

číslo 2/2026



Foto: ChatGPT



# Léto 2026

## Co v tomto čísle najdete

Co v tomto čísle najdete .....	2
Vážení obyvatelé domova, rodinní příslušníci, zaměstnanci a milí čtenáři,.....	3
Příběhy ukryté v názvech letních měsíců.....	5
Místo, kde žiji.....	7
Zahradní slavnost pro všechny generace.....	12
Výlet na hrad Rychmburk .....	15
Nový kabát virtuální reality v našem domově .....	17
Novinky z ohrady našich oveček .....	18
Aktivity s Oblastní charitou Chrudim .....	19
Dobrovolníci z firmy Vodafone .....	22
Koutek trénování paměti .....	23
Kdo je kdo v našem domově .....	25
Životní příběh paní Erzsevet (Alžběta Venclová, klientka oddělení 2).....	28
Přehled akcí konaných v našem domově v 2. čtvrtletí 2026.....	35
Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze strany 23 - 24 .....	36
Svoje narozeniny budou slavit .....	37
Noví obyvatelé našeho domova .....	38
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	38



## Vážení obyvatelé domova, rodinní příslušníci, zaměstnanci a milí čtenáři,

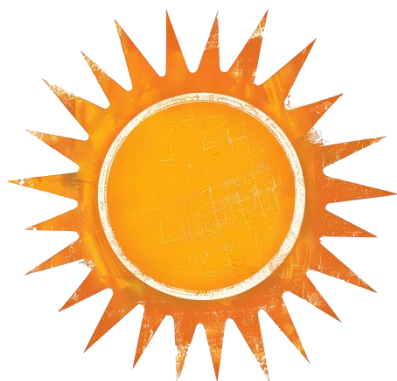
dostává se Vám do rukou nové číslo našeho domovského časopisu v období, kdy příroda naplno rozkvétá a začínající léto přináší více slunečních paprsků, příjemných setkání, nových zážitků i zaslouženého odpočinku. Přeji si, aby toto období bylo pro všechny naplněno pohodou, dobrou náladou a chvílemi strávenými s blízkými.

Uplynulé měsíce byly v našem domově velmi pestré a bohaté na události. Podařilo se nám dokončit úpravu venkovní pergoly, která nyní nabízí příjemné zastínění i nové osvětlení. Vznikl tak útulný prostor pro setkávání klientů s rodinnými příslušníky i přáteli. Současně probíhají opravy venkovního povrchu v prostoru u prádelny na oddělení 5, kde vzniká další místo k odpočinku a posezení pro klienty i zaměstnance. Na oddělení 2 byly zahájeny komplexní opravy dvou koupelen, které přispějí ke zvýšení komfortu hygienického zázemí a kvality poskytovaných služeb.

Velkou radost nám všem přinesl také druhý ročník Mezigeneračního setkání, který se opět setkal s mimořádně pozitivním ohlasem a potvrdil, jak důležité a obohacující je propojování generací.

V letních měsících nás již čekají přípravy na účinnost zákona o sociálně-zdravotním pomezí, který bude platný od 1. 1. 2027. Po prázdninách se pak budeme těšit na naši druhou velkou společenskou akci – Zahradní slavnost, která se již stala oblíbenou tradicí našeho domova.

**Na závěr bych chtěla všem klientům, jejich rodinám i zaměstnancům popřát krásné léto plné slunečných dnů, odpočinku, příjemných zážitků a především dostatek času na setkávání s těmi, na kterých nám nejvíce záleží.  
Příjemné čtení nového čísla časopisu.**



*S úctou  
Eva Kunátová Holečková  
ředitelka domova*

*Rodinné příslušníky, příbuzné  
a známé klientů domova zveme  
na setkání s rodinami  
aneb*

***Zahradní slavnost***  
***v sobotu 5. září 2026***  
***od 13:00 do 16:30 hodin***  
***v zahradě domova***

*Svou účast a počet návštěvníků prosím  
potvrďte (do 23. 8. 2026) na tel. čísle  
469 660 268 nebo 774 710 576,  
e-mailem na adrese socialni@dshm.cz  
nebo při návštěvě na recepci.*

*Občerstvení zajištěno.  
Bohatý program. Dětský koutek.  
Těšíme se na setkání s Vámi.*

## Příběhy ukryté v názvech letních měsíců

Už jste se někdy pozastavili nad tím, proč máme v češtině zvláštní názvy kalendářních měsíců, když ve většině evropských jazyků jsou si navzájem podobné? Když se podíváme do kalendáře, bereme jejich pojmenování jako samozřejmost. Málokdo se však zamyslí nad tím, odkud se vlastně vzaly. České názvy totiž přesně vystihují to, co se v přírodě odehrává a jaké práce se během léta dříve vykonávaly.

Pojďme se podívat na tři letní měsíce a jejich příběhy.

- **ČERVEN** - V tomto období dozrává mnoho plodů a v přírodě se objevují převážně červené odstíny. Také je červen odvozen od drobného hmyzu zvaného Červec, ze kterého se kdysi získávalo červené barvivo, které bylo velmi cenné. Hlavním důvodem je tedy červená barva.



- **ČERVENEC** - Asi Vás nepřekvapí, že i červenec souvisí s červenou barvou. Když naši předkové potřebovali odlišit dva po sobě jdoucí měsíce, které spojovaly hlavní symboly, vznikl název červenec. Doslova tedy znamená "malý červen" nebo "měsíc následující po červnu".



- SRPEN - Název srpen má celkem praktický důvod. Je odvozen od slova "srp", nástroje, kterým se dříve sklízelo obilí. Pro naše předky byl srpen jedním z nejdůležitějších měsíců v roce. Rozhodovalo se v něm o tom, jak bohatá bude úroda a zda bude dostatek zásob na zimu. Dnes se už sice na polích pracuje pomocí moderních strojů, ale název měsíce nám stále připomíná dobu, kdy se obilí sklízelo ručně a každý klas měl svou cenu.



Pamatujete si, jak vypadaly žně ve Vašem dětství? Pomáhali jste při sklizni na poli nebo zahradě? Podělte se o své vzpomínky s ostatními a možná zjistíte, že máte společných zážitků více, než byste čekali.

*Marie Hábltová  
pracovnice přímé péče z oddělení O*

Zdroj: <https://kalendar.beda.cz/puvod-jmen-mesicu-v-roce>  
<https://www.reflex.cz/clanek/zajimavosti/96884/jak-vznikly-nazvy-letnich-mesicu-proc-jsme-mivali-tri-cervny-a-proc-je-srpen-v-chorvatsku-uz-v-cervenci.html>



## Místo, kde žiji

*Autorkou textu níže byla naše klientka z oddělení 0, paní Ivana Zitová, která v letech 2022-2025 absolvovala Univerzitu třetího věku v Heřmanově Městci. K ukončení studia sepsala práci, která shrnuje historii objektu našeho domova.*

Pokračování z jarního čísla časopisu.

Musím se rozepsat i o programech, které pro nás připravují aktivizační pracovnice. Kromě toho, že s námi během každého dopoledne ve všední dny cvičí chůzi s vysokým chodítkem, jízdu na motomeđu, trénink svalů u žebřin, když je třeba, masírují naše svaly, tak odpoledne nám nabízejí činnosti na zlepšení paměti, soustředění a pozornosti, ale i pohybové aktivity, například petanque, kuželky, házení na terč, šipky, procházky nebo projížďky po krásné zahradě nebo v Bažantnici.

Máme možnost se zúčastnit „pečených odpolední“ v kuchyňce, kde vytváříme dobroty z listového či jiného těsta, cuket, paprik, rajčat, sýra, slaniny nebo naopak džemu či tvarohu a máme pocit, že jsme něco platné. A užijeme si to!



*Obrázek 5: „Pečené odpoledne“ v kuchyňce*

Před Velikonocemi a Vánocemi pečeme cukroví a vytváříme drobné dekorace a další výrobky s těmito tématy.

Kdo chce zpívat, může v pěveckém sboru domova, kdo chce hrát karty, může se domluvit s kamarády a hrát podle chuti.

Když chceme společně strávit odpoledne při ručním šmodrchání, stačí, když se domluvíme a sejdeme.

Klienti si oblíbili cornhole – hází se sáčkem s kukuřicí na desku opřenou na zemi.

Kdo chce pozorovat, jak žijí a chovají se ovečky, může u nich sedět na zahradě podle své vůle.

Kdo chce jít sám na procházku, má možnost vyjít brankou do Bažantnice nebo hlavním vchodem například do města nebo parku. Někteří mají možnost i sami vyjet, nejlépe, když mají elektrický vozík.

Když si chceme prostě jen popovídat, stačí se zastavit na spojovací chodbě u některého ze stolečků a jistě se za chvíli objeví další zájemce o povídání a během krátkého času je nás celá parta.

Na zahradních slavnostech se můžeme setkat s rodinou i přáteli, zazpívat si, ochutnat grilované klobásky, zákusky, ovoce, pivo i víno. Každý podle své chuti.



*Obrázek 6, 7: zahradní slavnost*

Máme tady i malý obchůdek, kde nám slečna také ochotně uvaří kávu a odnese i s vybraným občerstvením na místo, které jsme si vybrali na odpočinek.

Potřebujeme-li zboží, které v obchůdku běžně není, slečna je ochotná nám ho zajistit.

Máme možnost si občas nakoupit oblečení – přijede firma se zbožím, vystaví ho a my si můžeme vybrat.

V kulturní místnosti je knihovna – každý druhý týden si můžeme vypůjčit knihy.

Můžeme si jít poslechnout i zazpívat se zpěváky s harmonikou, houslemi, kytarou, klávesami. Před Vánocemi nás tradičně navštěvuje pěvecký sbor Vlastislav a na tento program se všichni těšíme a v kulturní místnosti je plno a po koncertě velký potlesk.

Každý měsíc můžeme přijít do kavárny v kulturní místnosti, kde nám kávu i občerstvení podají sestřičky přímo ke stolu.

Každý měsíc společně slaví klienti, kteří měli narozeniny minulý měsíc. Na těchto programech nám zpívají a tančí a hrají divadlo děti ze školní družiny. Bývá to moc krásné a mnozí z nás při tomto programu neudrží slzy dojetí.

Děti z Mateřské školy v Jiráskově ulici k nám chodí zpívat a tančit na Den matek a Vánoce a společnými silami s našimi seniorkami výtvarně tvoří.

Děti ze Speciální školy nám hrají divadlo a chystají přáníčka na Velikonoce, Den seniorů i Vánoce.

Přichází k nám také skauti v prosinci s větvíčkami Barborek a na jaře na výrobu misek s osením.



*Obrázek 8: oslava narozenin s vystoupením dětí*

Občas můžeme pomoci s nějakými drobnostmi při přípravě programu a na tuto činnost se vždycky těším. Když můžu něco připravit nebo vyrobit, to je moc fajn.

V říjnu t.r. jsme v kuchyňce připravily cuketové langoše a cuketové karbanátky. Pochutnaly jsme si nejen my, jako účastnice, ale i sestřičky, které šly jen tak okolo a ptaly se, co to tam tolik voní a také sestřičky na odděleních. To je moc milé, když dostaneme takovou pochvalu, že jim chutnalo. A dokonce když chtějí recept, aby mohly dobrotu doma vyzkoušet.

Občas máme možnost se zúčastnit programu se zvířátky, například canisterapie s krásným bílým psem Charrym. S ním procvičujeme třeba paměť při soutěžích a kvízech a je krásné si ho za odměnu pohladit a obejmout ho.

Paní Olga se svou kolegyní Veronikou k nám jezdívají s Mobilním zvěřincem, ve své dodávce mají plno zvířátek – kuřátek, kachňátek, křepelek, králíků, selat, morčat, ale i hadů, ještěrek, agam, ježků, poníků, telátek, jehňátek, i hmyzích potvůrek a dalších. Můžeme je pohladit, dokonce je pochovat, vyfotit se s nimi pro památku. A dostane se i na ležící klienty! (podle časopisu Náš Domov)



*Obrázek 9: chcete si pochovat?*

Paní Olga k nám navíc každý rok ve vánočním období přiveze Živý betlém, v něm zvířata, která do jesliček v Betlémě opravdu patří.

Krásná byla návštěva sov a dravců. Nejkrásnější sova pálená s jemnými pírkami, největší výr velký, krásný a rychlý kulíšek a pak nejdříve menší dravci, poštolka, krásné káně a pak orel skalní, nádherný, hrdý, když máchl křídly, bylo to, jako kdyby foukal víchř. Se sovou pálenou navštívili i klienty, kteří nemohli přijít do kulturní místnosti, protože patří mezi ležící.



*Obrázek 10: s výrem mezi klienty*

Každý rok se družstvo z našeho Domova účastní Májového koulení. To je soutěž v petanque mezi Domovy seniorů z našeho regionu. Koulí se v areálu zámku v H. Městci, kde je Domov seniorů města Prahy, i jejich klienti, samozřejmě, soutěží v koulení. Všechny nás žene touha vyhrát, ale také se zasmějeme, pobavíme, popovídáme si. (podle časopisu *Náš domov*).

Naše sestřičky pro nás připravují Čtení. To jedna z nich nám čte knížky, které si samy vybereme. Vytvářejí pro nás také programy, ve kterých můžeme procvičovat svou paměť, pozornost, bystrost a postřeh.

Máme zde krásně vyzdobenou kapli, ve které každý týden probíhají mše, kterých se mohou zúčastnit všichni klienti.

Dvakrát týdně k nám chodí fyzioterapeut, dnes přišel poprvé i za mnou. Nejprve zjišťoval rozsah pohybu mých nohou a pak mi navrhl cviky na posílení svalů a trénink kloubů. Je to příjemný mladý muž a dobře mi vše vysvětlil.

Jak je vidět, v místě, kde nyní žiji, se žije dobře. Jsem vděčná kněžně Marii Kinské za postavení Mariánské nemocnice. Byl to pro tehdejší dobu nejspíš nevšední počín a pro dnešní dobu, zdá se, byl její nápad velmi prospěšný.

Chtěla bych ještě napsat, že název Domova pro seniory by možná bylo na čase změnit. Prý v Německu říkají takovým zařízením Domov odpočinku. To není vůbec špatné, co říkáte?

*Ivana Zitová*

*bývalá klientka oddělení O*

## Zahradní slavnost pro všechny generace

Zahradní slavnost pro všechny generace proběhla v neděli 31. května 2026. Druhý ročník této velké akce, na které spolupracovalo hned několik organizací z Heřmanova Městce – Domov pro seniory Heřmanův Městec, Mateřská škola Jiráskova, Město Heřmanův Městec, Spokul HM, Dům dětí a mládeže Heřmanův Městec a Základní umělecká škola HM - se skvěle vydařil. Přípravy byly náročné, ale vše běželo jako na drátku a v poledne jsme již byli přichystaní na zahájení akce. Kulturní program byl bohatý. Vystoupil mezigenerační pěvecký sbor mateřské školy a domova pro seniory, pěvecký sbor, orchestr a kapela ZUŠ a proběhlo několik tanečních a pohybových vystoupení pod záštitou DDM Heřmanův Městec. Na své si přišli i malí návštěvníci, pro které byla připravena stanoviště s úkoly. Po jejich splnění se mohli těšit na sladké i věcné odměny. Zvířecí radost nepřinášely jen ovečky, které jsou u nás doma, ale zavítala k nám také paní Beránková se svými čtyřnohými atlety. Předvedli nám, jak se skáče takový Králičí hop, a nechali se také pomazlit. Celé odpoledne panovala skvělá nálada a příjemná atmosféra. Děkujeme všem, kteří se podíleli na přípravách, a současně také návštěvníkům za jejich přízeň.

*Martina Honková a Ilona Bínová*







## Výlet na hrad Rychmburk

Psal se čtvrtek 4. června roku 2026, kdy skupinka dvanácti klientů společně s jejich doprovody z řad zaměstnanců a dobrovolníků vyrazila na výlet na nedaleký hrad Rychmburk. Počasí vyšlo přímo na jedničku, a tak nezbývalo nic jiného než sbalit nachystané řízky s chlebem a dobrou náladu a vydat se na cestu na hrad ležící kousek za Skutčí.



Půlhodinová cesta autobusem utekla raz dva a my se mohli pomalu začít shromažďovat na malebném nádvoří, kde nás přivítal pan inženýr Tejkl, který byl naším průvodcem.

Po krátkém úvodu nás vzal do samotného hradu. Naši prohlídku s výkladem zahájil v druhém patře v nově zrekonstruovaných prostorách. Tam jsme se dozvěděli zajímavé informace o historii hradu a šlechtických rodech, které v průběhu staletí byly jeho vlastníky.



Pan Tejkl nás také informoval, že v druhé polovině minulého století sloužil hrad Rychmburk jako sociální zařízení nejprve pro seniory a poté pro psychiatricky nemocné.

V další části prohlídky jsme se přemístili do prvního patra, kde nás pan Tejkl provedl expozicí věnované historii pivovarnictví.

Nechyběla ani historická pípa, dřevěné soudky nebo pivní džbány všech velikostí.

V závěru jsme si prohlédli dobové pokoje a obdivovali masivní dřevěné postele, velká kamna v kuchyni, dětské hračky a jiné poklady, které jednotlivé místnosti skrývaly.



Po celé prohlídce nám všem už trochu vyhládlo, a tak jsme se usadili na hradním nádvoří. Slunce hrálo a s krásným výhledem do oken hradu jsme si spokojeně vychutnali připravené svačiny.

Nakonec jsme se s Rychmburkem už jen symbolicky rozloučili a pomalu se vydali na cestu zpět přes hradní cestu až k místu, kde na nás čekal připravený autobus.



S příjemnou únavou jsme se šťastně navrátili zpátky obohaceni o nový zážitek. Většinou jsme se shodli, že jsme o hradu Rychmburk doposud neslyšeli, a o to více nás překvapilo, jaké pohádkové místo se skrývá jen půl hodiny cesty od nás. Pan Tejkl nás rovněž upozornil, že na hradu probíhá každé tři roky obměna určité části expozice a nyní se již dokončují přípravy na výstavu věnovanou vesmíru. Hrad Rychmburk tak určitě kromě zajímavých historických artefaktů může nabídnout i něco z moderního poznání a je tak skvělou volbou právě na výlet.

*Nella Brandsteinová  
aktivizační pracovnice*



## Nový kabát virtuální reality v našem domově

Virtuální brýle Kaleido již někteří z vás v našem domově vyzkoušeli. Tyto brýle vás mávnutím kouzelného proutku dokáží přenést do míst, která jste dříve procestovali a máte na ně krásné vzpomínky, nebo naopak na místa, která Vám byla vždy na míle vzdálená až nedosažitelná. To vše vám Kaleido dokáže splnit. Stačí pouze nasadit brýle a nechat se unášet hlasem průvodce.

Technika jde však neustále kupředu a nyní přišlo Kaleido s novým produktem Kaleido Kognice, Motorika a Fit, který budeme mít k dispozici až do konce září.

Jsou to interaktivní moduly pro systém virtuální reality (VR) od české společnosti Kaleido VR. Slouží ke komplexnímu tréninku mozku (kognice) a těla (motoriky) u seniorů, pacientů v nemocnicích nebo osob se zdravotním postižením.



Na rozdíl od původních pasivních 360° cestovatelských videí tyto nové nástroje vyžadují aktivní zapojení uživatele.

- 🎮 Kaleido Kognice - realistické interaktivní výzvy (mini-hry) zaměřené na podporu paměti, pozornosti a dalších kognitivních funkcí;

- 🖐️ Kaleido Motorika - zábavné hry na trénink kognice, vizuomotoriky i jemné motoriky horních končetin seniorů i lidí se zdravotním postižením;
- 🚲 Kaleido Fit - propojení VR brýlí s rotopedem a senzorem rychlosti, které podpoří fyzickou aktivitu klientů či pacientů. Užijí si tak virtuální cyklo-projížďky a plavby na kajaku přírodou nebo městem.



**Brýle bude možno v období července až září 2026 vyzkoušet po domluvě s aktivizační pracovníci daného oddělení. Těšíme se na další nové společné zážitky.**

*Tým aktivizačních pracovníků*

### **Novinky z ohrady našich oveček**

V uplynulých dvou letech se ovečky staly neodmyslitelnou součástí našeho domova. Pro mnohé z nás jsou motivací k delším procházkám po zahradě a spolehlivě dokáží pozvednout náladu i v pochmurných dnech. Nové jarní přírůstky navíc přináší spoustu pozitivní energie jak našim klientům, tak celému personálu.

V letošním roce se stádo našeho domova rozrostlo o tři jehňátka. V březnu se narodila Ivuška a Jiřinka a v květnu pak malý beránek, kterému se v našem domově říká různě.



Pro někoho je to Servác dle dne narození v kalendáři, v návaznosti na to se objevuje také jméno Bonifác a někteří ho lidově nazývají Čertík.

Beránek to v začátku neměl tak jednoduché. Maminka bojovala po porodu se zánětem, mléka pro beránka neměla dostatek, a tak se musel dokrmovat a matce bylo potřeba podávat pravidelně antibiotika. Zážitků z tohoto období máme mnoho. Některé dny nebyly úplně snadné, tím spíše jsme vděčné, že jsme na to všechno nebyly samy a v případě potřeby nám vždy byl někdo ochoten podat pomocnou ruku – zdravotní sestry, údržba a další. **Děkujeme!**



Velký dík si kromě týmu aktivizačních pracovníků zaslouží naše kolegyně Jana Jandáčková, která se o ovečky bedlivě stará a dokrmuje beránka mimo naši pracovní dobu. Beránek si postupně zvyká na běžnou stravu, ochutnává zelené lístečky, granule pro jehňata a jednou denně je dokrmen umělým mlékem z lahve. Tato aktivita je mezi klienty velmi oblíbená.

Již nyní se těšíme na další zpestření, které pro Vás v zahradě chystáme 😊.

*Tým aktivizačních pracovníků*

## **Aktivity s Oblastní charitou Chrudim**

I v letošním roce pokračujeme ve spolupráci s Oblastní charitou Chrudim.

22. dubna 2026 v rámci **Dnů dobrovolnictví** proběhlo výtvarné tvoření v kulturní místnosti. Akce byla určena široké veřejnosti, což se zrovna u nás moc neprojevovalo, zato ale panovala veselá kreativní atmosféra, kterou si všichni užili.



Oblastní charita  
Chrudim



6. května 2026 se uskutečnilo *setkání se zástupkyněmi Charity* - Ing. Nell Stoupovou a Bc. Ivanou Blehovou *a dobrovolnicemi*, které v rámci dobrovolnického programu navštěvují naše klienty a pomáhají nám při organizaci dalších akcí. Setkání se neslo v přátelském duchu, zhodnotily jsme dosavadní spolupráci a naplánovaly další.

*Sportovní den* - pod naší nově upravenou pergolou jste si mohli 25. května 2026 s dobrovolnicemi zasportovat. V nabídce byly různé sportovní disciplíny od lovení rybek, přes házení na panáka a další cíle, dokonce i střelení z luku. Za svoje snažení jste obdrželi diplom a mohli si vybrat drobnou odměnu.

 Oblastní charita  
Chrudim



V letošním roce se také opět můžete účastnit **přednášek paní Elišky Macháčové**, které jsou určeny pro užší kruh posluchačů. V následujícím období Vás ještě čekají tato zajímavá témata (vždy od 13 hodin v prostorách aktivizačního oddělení v suterénu):

2. 7. 2026 *Od Libice nad Doubravou k Chotěboři*

10. 9. 2026 *Krajinou kolem Chrudimky (od pramene k Ohebu)*

1. 10. 2026 *Cesta za Kelty (část povodí Chrudimky – středního toku)*

29. 10. 2026 *Severovýchodní hranice Železných hor (Slatiňany, Lukavice, Včelákov).*

Děkujeme zástupkyním Oblastní Charity Chrudim i všem dobrovolnicím za milou spolupráci a za to, že nám zpestřují volný čas.

*Lenka Kellerová  
sociální pracovnice*



## **vodafone** Dobrovolníci z firmy Vodafone

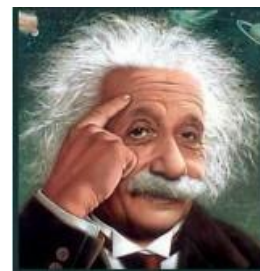
V průběhu dubna a května 2026 nám přišly vypomoci s různými činnostmi zaměstnanci firmy Vodafone. Natírali venkovní lavičky, myli okna, pleli květinové záhony a zapojili se do dalších potřebných činností. Vážíme si jejich času, osobní energie, nadšení a toho, že si vybrali pro svou dobrovolnickou činnost právě náš domov.

**Děkujeme!!!**



## Koutek trénování paměti

Když přijde měsíc červenec,  
to pozdě již je na věnec,  
květ pampelišky má jen chmýří,  
které dál větřík krajem víří.



autor: Josef Lada

### Doplňte města do textu písní

Do uvedených úryvků z textů lidových písní se pokuste doplnit správně název města.

1. Kdyby byl \_\_\_\_\_, co jsou \_\_\_\_\_, dal bych ti hubičku na obě strany. Ale že je za vodou, za vodičkou studenou, nedám ti, má milá, ani jedinou. Kdyby byl \_\_\_\_\_ co \_\_\_\_\_, dal bych ti hubičku na obě líce.
2. \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, stojíš v pěkné rovině. Šenkuje tam má milá, má panenka rozmilá, šenkuje tam ve víně.
3. Okolo \_\_\_\_\_ cestička, okolo \_\_\_\_\_ cestička, a na ní se zelená, a na ní se zelená travička.
4. V \_\_\_\_\_ za vojáčka mňa brali, moje vlásky na kraťúčko strihali.
5. Okolo \_\_\_\_\_, okolo \_\_\_\_\_ pasou se tam koně, pasou se tam koně.
6. \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, překrásné město.
7. Okolo \_\_\_\_\_ v malé zahrádce rostou tam tři růže.
8. Ej, od \_\_\_\_\_ větor věje, už tej Kačence pentle bere.
9. \_\_\_\_\_ sú pěkný městečko, je tam pivovar, dobrý pivíčko.
10. Běží liška k \_\_\_\_\_, nese pytel zázvoru, ježek za ní pospíchá, že jí pytel rozpíchá.
11. Já jsem z \_\_\_\_\_, z \_\_\_\_\_ koudelníkův syn.

Zdroj

[https://is.muni.cz/el/ped/podzim2017/SV4MP\\_ZSVZ/cvicte-si-svuj-mozek-nizka-obtiznost.pdf](https://is.muni.cz/el/ped/podzim2017/SV4MP_ZSVZ/cvicte-si-svuj-mozek-nizka-obtiznost.pdf)

## Osmisměrka



- **Vyškrtejte zdraví prospěšné potraviny** v řádcích, sloupcích i úhlopříčkách.

- **Ze zbylých 26 písmen** čtených po řádcích **získáte tajenku.**

Slova k vyškrťování: angrešt, borůvky, brusinky, čaj, čočka, fazole, grapefruit, hrách, hroznové víno, jahody, kakaové boby, kaktus, kmín, lékořice, limetka, máta, maliny, olivy, ořechy, pomeranč, rajčata, rybíz, šípky, třešně, višně, aronie

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

*Ilona Bínová,  
sociální pracovníce*

Řešení naleznete na str. 36

Zdroj: [https://epoz.szu.cz/wp-content/uploads/2023/03/Zdrav%C3%A9\\_st%C3%A1rnut%C3%AD\\_Pracov%C3%AD-listy\\_Trenink-mozku.pdf](https://epoz.szu.cz/wp-content/uploads/2023/03/Zdrav%C3%A9_st%C3%A1rnut%C3%AD_Pracov%C3%AD-listy_Trenink-mozku.pdf)

## Kdo je kdo v našem domově



Od května 2026 na oddělení 2 působí naše nová usměvavá aktivizační pracovnice **Eva Stará** (53 let). Nejen, že s klienty cvičí, ale snaží se jim nabízet různorodé kreativní činnosti, při kterých mohou rozvíjet své schopnosti a dovednosti. Také ji zajímají životní příběhy našich obyvatel, na které ve své práci navazuje.

### Jak se vyvíjel Tvůj životní příběh?

*„Pocházím z Krkonoš, z Pece pod Sněžkou, kde jsem vyrůstala společně s osmi sourozenci. Tatínek mi zemřel, když jsem byla malá, a maminka zemřela v mých třinácti letech. V té době jsme byli čtyři nezletilí a staral se o nás nejstarší bratr s manželkou. Nyní bydlím v Klešicích, pouhé dva kilometry od Heřmanova Městce. S manželem máme dva syny a z prvního vztahu mám dceru.“*

### Jaké byly Tvoje předchozí pracovní zkušenosti?

*„Vyučila jsem se kadeřnicí, ale za svůj život jsem zkusila i práci servírky, výrobu dušičkových a adventních dekorací, rezonanční techniky, malování dětí na obličeje a nyní mě osud zavál do Vašeho domova.“*



## Co Tě baví na práci v našem domově pro seniory?

*„Na tuto otázku mám jasnou jednoznačnou odpověď. Baví mě „Přítomnost“. Motto: „Člověk miní, život mění“ se hodí do tohoto prostoru.*

## Máš nějaké plány či cíle pro práci v DPS?

*„To ukáže až čas.“*

## Je něco nového, co bys chtěla do své práce nebo obecně v DPS zavést, případně změnit?

*„Spoléhám na svůj instinkt, úsudek a odvalu. Jsem tu velmi krátkou dobu na to, abych mohla cokoli hodnotit nebo chtít. Prosím zeptejte se mě za pár let 😊.“*



## Je něco, z čeho máš radost, co se Ti za dobu Tvého působení podařilo?

*„Pomalu se rozkoukávám. Pokud se mi již nyní daří v klientech probudit jakékoli pocity, jsou ochotni mě pustit do svého světa a vyprávět mi svůj příběh, je to pro mě největší odměna, za kterou moc děkuji!“*

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

*„Volný čas je pro mě domov, rodina, zvířata, cestování, malování obrazů, dobrý film a nezištná pomoc jak lidem, tak přírodě.“*

Poznámka: Pomoc přírodě se u Evy naplňuje například v činnosti vyhledávání srnčat krátce před plánovanou senosečí – viz foto.

## Co bys přála (vzkázala) našim klientům?

*„V mém osobním životě chybí stáří jako takové a díky Vám všem si mohu uvědomit, co vše stáří obnáší. Není nic, s čím bych se nechtěla potkat. Mám ráda Vaši radost, smutek, štěstí, vztek, dobrotu, mrzutost i stagnaci. Vše je přirozené a máte na to právo. Nemohu Vás soudit, nešla jsem Vaši cestu. Jsem tu pro Vás a Vy pro mě. Naše cesty*



*se nyní propojily a já udělám vše, co je v mých silách, abych Vám v této etapě Vašeho života byla nápomocna.“*

### **Co bys přála (vzkázala) našim zaměstnancům?**

*„Patří Vám velké DÍKY. Vím, že tuto práci nemůže dělat každý a vážím si každého z Vás, kdo jste se rozhodl pomáhat druhým, i když je to občas těžké. I my zestárneme a budeme potřebovat možná také pomoc. Prosím, chovejme se tak, jak bychom chtěli, aby se jednou chovali k nám.“*

### **Máš nějaké přání, co bys chtěla, aby se Ti splnilo?**

*„Osobní přání mám. Zestárnout vedle mého milovaného manžela ve zdraví a lásce.“*

*Toto je můj příběh pro Vás.*

**Děkuji Vám za pozornost.**



## **EVA STARÁ TVÁŘE DIVOČINY**

**1. 8. – 15. 9. 2025**

**Vernisáž 1. 8. v 18:00**

Obecní dům Klešice    Vstupné dobrovolné

Otevřeno denně kromě soboty 9–11 h 14–17 h

Prodejní výstava obrazů – veškerý výtěžek  
poputuje do záchrané stanice Lipec



## Životní příběh paní Erzsevet (Alžběta Venclová, klientka oddělení 2)

### DĚTSTVÍ

Paní Erzsevet [Erževet] Venclová rozená Nemét se narodila 23. ledna 1948 ve vesnici Okoč, která leží na hranicích Maďarska a Slovenska, okres Dunajská Streda. V Čechách užívá jméno Alžběta, avšak bližší vztah vždy měla k maďarské podobě svého jména – Erzsevet.

Tatínek Josef pracoval v tanném JZD. Maminka Mária byla celý život v domácnosti, starala se o dům, hospodářství a děti. Paní Erzsevet byla celkem z pěti dětí, nejstarší bratr Štěpán byl o 7 let starší. Sestra Mária byla starší o dva roky. Jako třetí se narodila Erzsevet. Nejmladšími sourozenci byla Terezia a Irenka.



Rodiče paní Erzsevet



Paní Erzsevet (vpravo) se sestrami –  
Mária (vlevo), Terezia (uprostřed)

V rodném Okoči, kde bydlela, měla rodina velkým dům a hospodářství. Chovali ovečky, králíky, kozy, slepice, kačeny a také husy, které chodila

(musela) paní Erzsevet spolu se svými sourozenci pást. Také si vše pěstovali sami – veškerou zeleninu. Měli spousty ovocných stromů, nejvíce jí chutnaly velké meruňky. Doma moc nepomáhala, prý nemusela, maminka si prý radši vše dělala sama. Jak ona sama říká, byla zlobivá a hodně živá a ostatní sourozenci nedostali tolik jako ona. Maminka dala podnět a tatínek na zadek.

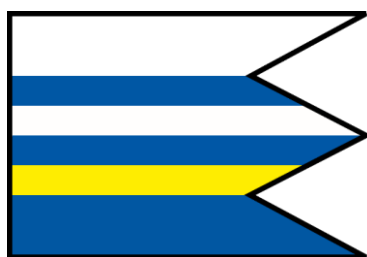
V šesti letech začala chodit do základní školy v rodné Okoči. Zde byla devítiletka. Mimo klasických předmětů se zde vyučovala ruština, slovenština a její rodný jazyk maďarština.



Třídní fotografie ze základní školy v Okoči

Na škole bylo i náboženství. Maminka chtěla, aby na náboženství chodila, ale ona nechtěla, ale do kostela sv. Vendelína s maminkou musela. V kostele vyrušovala, zlobila. Jednou se prý farář naštvál, poslal ministranta a ten ji i s kamarádkou vyhodil. Musela slíbit, že už bude hodná.

Ve škole jí to moc nešlo, prý na učení moc nebyla. Spíše ji bavila manuální práce.



## MLÁDÍ



Paní Erzsevet vyšla z deváté třídy a v patnácti letech šla pracovat do JZD v Okoči. Pěstoval se tam tabák, na jaře ho sázely, a současně se starala o malé tabákové plantáže. Práce se jí moc líbila.

Od šestnácti let začala spolu s kamarády chodit na zábavy. Hrály většinou skupiny cikánů a zpívaly jen maďarsky. Tam také začala kouřit.

V sedmnácti letech se poprvé zamilovala. Jmenoval se Baude, byl to také Maďar, byl starší a toho času na vojně. Dlouho spolu ale nebyli. Jak paní Erzsevet říká, když se jí začal líbit jiný, nechalo ho. Vybírala jen ty nejhezčí. Kamarádce by ale chlapce nepřebrala, prý jen záviděla.

Moc ráda se věnovala ručním pracím, pletla, vyšívala, háčkovala, ale nejvíce jí bavilo dělat záclony z háčkovací vlny, které ji naučila sousedka. Také se věnovala u nich v Okoči ochotnickému divadlu v místním kulturním domě. Vzpomíná na komedii „Blázinec na prvním poschodí“, kde hrála pokojovou službu, nebo na celovečerní estrády.



Herci ochotnického divadla v Okoči – paní Erzsevet v roli pokojské

Doma v Okoči bydlela do dvaceti let, pak se odstěhovala do Dunajské Stredy, kde nastoupila do cukrovaru. Bydlela na ubytovně a byla sama na pokoji. Pracovala na tři směny, ale v sezóně pracovala třeba i soboty a neděle. Našla si tam kamarádku Alenu, která byla sice mladší, ale rozuměly si.

Chodily tam do vinárny, kde hrála živá kapela. Když měla větší volno, jezdila domů do Okoče.

## DOSPĚLOST

Ve dvaceti dvou letech se seznámila se svým prvním manželem v Dunajské Středě na ubytovně, manželství trvalo deset měsíců, pak se rozvedli. Vrátila se poté zpět k rodičům a začala pracovat v Čalově v Tesle. Po nějaké době jí vedoucí Tesly přemluvil na tříměsíční výpomoc do Tesly v Přelouči. Bydlela na ubytovně v Pardubicích na Stavařově. Na pokoji byla se sedmi dalšími dívkami, takže jak sama říká, někdy bylo opravdu veselo.

V Pardubicích na ubytovně se seznámila se svým druhým manželem Josefem. Byl čerstvě rozvedený, z prvního manželství měl dceru Ivanu. Začali spolu chodit, ale netrvalo to dlouho a 15. 12. 1978 se vzali. Svatbu měli v Okoči. Paní Erzsevet měla krásné dlouhé světle žluté šaty s výšivkami, bílý klobouk a kytici karafiátů.

### Svatební oznámení



*Živoťom mienime spolu svorné kráčať  
radosť aj bolesť, ušetko spolu znášať,  
dvom srdciam oddaným vo svete je ľahšie,  
do smrti verný byť, čo je najdrahšie.*

*Némethová Alžbeta  
Vencl Josef*

*dovoľujú si Vám oznámiť,  
že uzavriú manželstvo  
na MNV v Okoči*



*Okoč 442*



keré si koupili.

Po svatbě bydleli v Pardubicích ve velké garsonce s balkónem. Spolu začali pracovat v Průmstavu, ona pracovala ve skladu. Za nějaký čas dostali byt 3+1 na Karlovině. Dne 24. 12. 1981 na Štědrý den se manželům Venclovým narodil císařským řezem syn Martin. Paní Erzsevet vzpomíná, jak byl hrozně malý, vážil jen 2 kg.

Na mateřské dovolené byla krátce, po půl roce se vrátila do práce. Syn nastoupil do jeslí. Začala pracovat v dopravním podniku, prodávala jízdenky. Domů do rodného Okoče jezdili každý měsíc autem,

Po konfliktu s vedoucím dopravního podniku odešla a začala pomáhat manželově sestřenci s prodejem ovoce a zeleniny ve venkovním stánku. Konečně si našla něco, co jí bavilo, a možná právě proto si pronajala svůj obchod s ovocem a zeleninou, prodávala i jiné základní potraviny. Manžel i syn Martin jí chodili pomáhat. Byla ráda mezi lidmi. Když jim ale pán, od kterého měla obchod v pronájmu, chtěl rapidně zvýšit nájem, musela skončit.

V tu dobu hrál syn dětské role v pardubickém divadle a díky paní náměstkyni divadla, se kterou se paní Erzsevet seznámila, začala pracovat v divadle na vrátnici, kde zůstala až do důchodu. Zнала spousty herců, kteří tam hráli,

jak nastálo v angažmá nebo tam hostovali.

Například Jiřinu Bohdalovou, Simonu Stašovou, Radka Brzobohatého a spousty dalších. S manželem chodili rádi na plesy do Grandu.



## STÁŘÍ

Do starobního důchodu odešla paní Erzsevet v padesátipěti letech, nadále ale chodila do divadla vypomáhat na vrátnici a uklízet.

Velkou radost jí dělá syn Martin, vystudoval soukromou školu, oženil se a se svou ženou vychovávají syny Šimonka a Adámka. Sedm let pracoval jako moderátor Víkendu na TV Nova.



Do rodného Okoče paní Erzsevet jezdila, dokud to šlo. S manželem žili spokojeně až do doby, kdy onemocněl. Vždycky si spolu říkali, že až jednou nebudou moci a budou hodně staří, chtějí spolu do nějakého sociálního zařízení. Proto si dali žádost do Domova pro seniory Heřmanův Městec. Paní Erzsevet několikrát upadla, dvakrát byla na tři měsíce v LDN Rybitví a na odlehčovacím pobytu v Pardubicích. Začátkem srpna 2025 manžel zemřel a pak nastoupila do domova pro seniory sama dne 19. 8. 2025. Vůbec se jí nechtělo, přála si zůstat doma, ale vzhledem k jejímu současnému zdravotnímu stavu to jinak nešlo. Bydlí na dvoulůžkovém pokoji. Ráda navštěvuje skupinová cvičení, motomed, účastní se skoro všech akcí pořádaných u nás v domově.

Paní Erzsevet je upřímná žena s velkým srdcem. Je velice ráda, že i přes odchod manžela má neustále obrovskou oporu ve své rodině, která ji každý týden pravidelně navštěvuje ve společnosti border kolie Nessi.



### ***Poděkování klíčové pracovnice Martiny Hábltové***

Ráda bych poděkovala paní Erzsevet za její důvěru, ochotu i čas, který mi věnovala v rámci našich společných setkání. Bylo mi ctí být součástí životního příběhu jejího i její rodiny.

*My moc děkujeme Martině Hábltové a dalším našim kolegyním a kolegům, kteří se věnují práci se životním příběhem našich klientů. Dělají tak činnost, která je přínosná pro naše obyvatele – mají možnost si s někým blíže a osobněji popovídat, vzpomínat na to hezké, co je v životě potkalo, co dokázali, co jim dělalo a dělá v životě radost. Naším pracovníkům povídání přinese jiný úhel pohledu na ty, o které se starají, podporuje empatii a bližší pochopení chování daného člověka. Celkově tyto rozhovory otevírají prostor pro přiblížení se, předání zkušeností, životního nadhledu či moudrosti nabyté životními výzvami, což je obohacením pro obě strany.*

*Lenka Kellerová, sociální pracovnice*

## Přehled akcí konaných v našem domově v 2. čtvrtletí 2026

### Duben

- 5. 4. 2026 MTO Klešice pana Berana – hudební vystoupení na kulturní místnosti a p. Šafránková s dobrovolníky z SDH Klešice - hudební vystoupení na pokojích
- 13. 4. 2026 Přednáška p. Hrstkové - Westíci
- 22. 4. 2026 Dny dobrovolnictví – výtvarné tvoření
- 23. 4. 2026 Narozeninové posezení 03/26
- 27. 4. 2026 Canisterapie s Charrym
- 28. 4. 2026 Hudební vystoupení p. Maškové

### Květen

- 12. 5. 2026 Den matek – návštěva dětí z MŠ Jiráskova
- 14. 5. 2026 Přednáška p. Macháčové – Ronovci a jejich svátky
- 18. 5. 2026 Canisterapie s Charrym
- 25. 5. 2026 Sportovní den s Charitou
- 27. 5. 2026 Narozeninové posezení 04/26
- 28. 5. 2026 Májové koulení
- 31. 5. 2026 Zahradní slavnost pro všechny generace

### Červen

- 4. 6. 2026 Výlet na hrad Rychmburk
- 11. 6. 2026 Přednáška p. Macháčové – Běstvina, její místo v české kultuře
- 12. 6. 2026 Mobilní zvěřinec – Zvěřinec na statku
- 15. 6. 2026 Narozeninové posezení 05/26 – Duo Šálkovi
- 22. 6. 2026 Canisterapie s Charrym
- 24. 6. 2026 Grilování pod pergolou
- 25. 6. 2026 Návštěva dětí z MŠ Bylany

## Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze strany 23 - 24

### Řešení:

1. Doplňte města do textu písní:

1. Bavorov, Vodňany, Bavorov, Prachatice
2. Kolín, Kolín
3. Frýdek, Frýdek
4. Hodonín
5. Třeboň, Třeboň
6. Boleslav, Boleslav
7. Hradec
8. Buchlov
9. Domažlice
10. Tábor
11. Kutná Hora, Kutná Hora

Tajenka: ANTIOXIDANTY PRO ZDRAVÍ MOZEK

### Osmisměrka



- Vyškrtejte zdraví prospěšné potraviny v řádcích, sloupcích i úhlopříčkách.

- Ze zbylých 26 písmen čtených po řádcích získáte tajenku.

Slova k vyškrťování: angreš, borůvky, brusinky, čaj, čoočka, fazole, grapefruit, hrách, hroznové víno, jahody, kakaové boby, kakti, kmín, lékořice, limečka, máta, maliny, olivy, ostružiny, pomeranč, rajčata, rybiž, šípky, těšně, višně, aronie

I	A	B	O	R	Ů	V	K	Y	N	T	P	K	V	
K	T	I	U	R	F	E	P	A	R	G	Q	A	I	
A	Ř	K	A	Ø	Y	A	T	Á	M	N	M	K	Š	
K	E	M	K	L	I	K	O	X	I	C	H	E	A	N
E	Š	I	T	I	J	I	N	V	D	Á	R	O	Ě	
C	N	N	E	V	Á	A	É	I	N	R	A	V	Á	
I	Ě	T	M	Y	H	V	Y	M	S	H	N	Ě	T	
Ř	Z	F	I	Č	Q	Č	K	A	P	U	Č	B	Á	
O	I	A	L	N	D	Á	R	L	R	O	R	O	Č	
K	B	Z	Z	Z	Y	J	D	I	R	Ó	A	B	J	
É	Y	Ø	T	Š	E	R	G	N	A	V	N	Y	Á	
L	R	L	I	Š	I	P	K	Y	M	O	Z	I	R	
H	K	Ě	U	Y	N	T	Ž	U	R	T	S	O	E	



## Svoje narozeniny budou slavit

### *v červenci*

p. Dubská Bohuslava  
p. Klůsová Helena  
p. Klimprová Markéta  
p. Dachovská Jiřina  
p. Chvojková Anna  
p. Kudláčková Marie  
p. Řípová Vlasta  
p. Havel Václav  
p. Hromádková Bronislava  
p. Marková Hana  
p. Kohoutková Marie  
p. Minaříková Helena  
p. Pošíková Božena  
p. Nováková Marie  
p. Spolková Hana  
p. Janatová Zdenka

### *v srpnu*

p. Sobala Ladislav  
p. Vácová Marie  
Ing. Kloboučník Josef  
p. Bílková Blanka  
p. Slavík Václav  
p. Kučerová Dana  
p. Schwarzová Marie  
p. Nováková Miloslava  
p. Vašková Libuše

p. Lukačišin Andrej  
p. Rálišová Růžena  
p. Truncová Jana  
p. Blažek Jiří  
p. Musilová Miroslava  
p. Urbánková Marie

### *v září*

p. Pochobradská Vlasta  
p. Konstantinová Věra  
p. Merclová Marie  
p. Dobrovolná Eva  
p. Tatičková Jana  
p. Pazderka Josef  
p. Gerbelová Eva  
p. Hemrová Mária  
p. Žďárský Stanislav  
p. Chládková Eva  
p. Fidrová Emilie  
p. Jiroutová Jitka  
p. Janderová Stanislava  
p. Kuchaříková Miroslava  
p. Procházková Věra

Přejeme všechno nejlepší!



## Noví obyvatelé našeho domova

### *Duben*

p. Pazderka Josef  
p. Korábková Věra  
p. Černovská Alena  
p. Sedlák Jiří  
p. Kolář Mirek  
p. Kubíček Josef

### *Květen*

p. Levínský Josef  
p. Poremská Cecílie  
p. Urbánková Marie

p. Kuchaříková Miroslava  
p. Dostálová Ivona

### *Červen*

p. Jiroutová Jitka  
p. Kohoutková Marie  
p. Petráň Josef  
p. Tomášková Zdeňka  
p. Klusová Helena  
p. Bönischová Ludmila  
p. Heblík Vilém

**Přejeme příjemný pobyt!**

**S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili**

### *v dubnu*

p. Petr Ladislav  
p. Holan Miloslav  
p. Maryška Jiří  
p. Čapková Libuše

### *v květnu*

p. Jurisová Marie  
p. Portyšová Pavla  
p. Havlasová Marie  
p. Růžičková Helena  
p. Salfická Jaroslava  
p. Bártová Věra

p. Tamchyna Václav

### *v červnu*

p. Fofňková Miloslava  
p. Englicová Helena  
p. Mahlerová Bucháčková Zdena

**Čest jejich památce!**





## Náš domov

2/2026

*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@dshm.cz](mailto:socialni@dshm.cz)

**Fotografie na titulní straně:** ChatGPT

**Redakční rada:**

*Mgr. Monika Fišnarová*

*Mgr. Martina Honková*

*Mgr. Lenka Kellerová*

*Bc. Ilona Bínová*