



**S**ociální  
služby  
Lanškroun

# DŮCHODNÍČEK

ČASOPIS SOCIÁLNÍCH SLUŽEB LANŠKROUN



**PRO KLIENTY SOSLLA ZDARMA**

**OSTATNÍ 10,- KČ.**

**LÉTO 2016**



## ÚVODNÍČEK



Vážení čtenáři Důchodníčku,

vítám Vás v horkém letním čísle **Důchodníčku**. Máme tu měsíce tepla, opalování, koupání, dovolených a všeho, co k tomu patří. Od letního čísla **Důchodníčku** dojde k menší změně ve vydávání. Časopis bude nově vydáván každé dva měsíce, avšak nebude, tak obsahově rozsáhlý.

V aktuálním čísle **Důchodníčku** máme pro Vás připravené aktuality, ohlédnutí, oslavence a spoustu dalšího zajímavého čtení. Doufám, že se Vám Důchodníček bude líbit a přeji Vám krásné letní dny.

Váš Důchodníček



## AKTUALITY



### ROZLOUČILI JSME SE:

†	Paní Antonie Krejčová	24. 4. 2016
†	Paní Ludmila Poludová	23. 5. 2016
†	Paní Jana Marková	13. 6. 2016
†	Paní Věra Kudláčková	17. 6. 2016
†	Paní Kristina Šebrlová	24. 6. 2016



*„ Kdo žije v srdcích svých milých, není mrtev, je jen vzdálen... “*



## INFORMUJEME, PŘIPRAVUJEME, CHYSTÁME



V **červenci** pro Vás připravujeme Zahradní párty, kterou uspořádáme společně s dětmi, můžete se těšit na pestrý program.

V **červenci** naše aktivity zaměříme **zejména** na procházky venku, výlety do města, apod.



V **srpnu** pro Vás připravujeme **Letní** sportovní odpoledne, kde budou jednotlivá stanoviště zaměřená na sport.

O všech **akcích** budete předem podrobně informováni na našich nástěnkách, na Vašich jídelničkách, dotykových tabulích a v ranních hlášeníh.

Výplata zůstatku z důchodu proběhne v pátek 15. července 2016, v pondělí 15. srpna 2016 v **pokladně** Sociálních služeb Lanškroun od 11:00 do 11:30 hodin, která je umístěna v přízemí budovy.

Klientům, kteří si ze zdravotních důvodů nemohou přijít, donese **zůstatek** z důchodu paní pokladní do jejich pokoje.



## JARNÍ OSLAVENCI



**ČERVENEC** – Součková Anna,  
Fialová Miroslava, Volencová Alena,  
Jirasová Marta, Krsková Anna,  
Otčenášková Anna.

**SRPEN** – Boščíková Bernardina,  
Kovaříková Libuše, Lopeňová Růžena,  
Koláčná Božena, Cinková Vlastimila,  
Mikysková Ludmila.



***Všem oslavencům přejeme všechno nejlepší, hodně zdraví,  
štěstí, úsměvů a životního optimismu!***



## OHLÉDNUTÍ



### **PÁLENÍ ČARODĚJNIC „TAK TROŠKU JINAK“ .....**

Ve středu 27. května 2016 odpoledne jsme se všichni těšili, jak usedneme venku k ohýnku a spálíme náš „ježibabu Bertu“. Samozřejmě, že bychom si





nezapomněli opéci párky krásně do křupava. Ale počasí nám bohužel nepřálo. I



přesto jsme neztratili dobrou náladu a vymysleli čarodějnice „tak trochu jinak“. Sešli jsme se v kulturní místnosti, kde bylo symbolicky



připravené dřevo, na kterém posedávala naše „Berta“ a v pozadí na plátně se promítal plápolající ohýnek. K poslechu nám přišlo zazpívat duo Pavla Vyhnálková a Vojta Šprync (kterým tímto moc děkujeme). Nesměly chybět ani křupavé párky. I když to byly pro nás nezvyklé čarodějnice, určitě se moc povedly.



## HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ KE DNI MATEK.....

První týden v květnu byl v Domově ve znamení hudby a oslav ke dni matek. Ve středu jsme přivítali děti z mateřské školy Na Výsluní, které nám v rámci školního vzdělávacího programu „Se sluníčkem celý rok“ přišly zazpívat písničky a zarecitovat básničky. Ve



čtvrtek odpoledne jsme přivítali hudební soubor **Notičky** ze základní školy Dobrovského, který si pro nás připravil krásné písničky především od pana **Zdeňka**



**Svěráka** a pana **Jaroslava Uhlíře**. Děkujeme za nádherná vystoupení a budeme se těšit na další.



## TAK UŽ JSME NA SVĚTĚ.....

V **květnu** se naším Domovem ozývá tiché pípání od maličkých kuřátek, která se právě

narodila.

Posuďte sami, nejsou **roztomilá?**

Kuřátka bylo

možné si prohlédnout v prostorách přízemí Domova.



## DEN KRÁSY.....

Ve středu 18. května 2016 se kulturní místnost proměnila v **salon krásy**. Přivítali jsme studentky SOŠ

a SOU Lanškroun obor kadeřnice, které nám přišly

**zkrášlit** naše klienty v rámci „Dne krásy“. Tímto bychom rádi poděkovali za skvělou spolupráci.



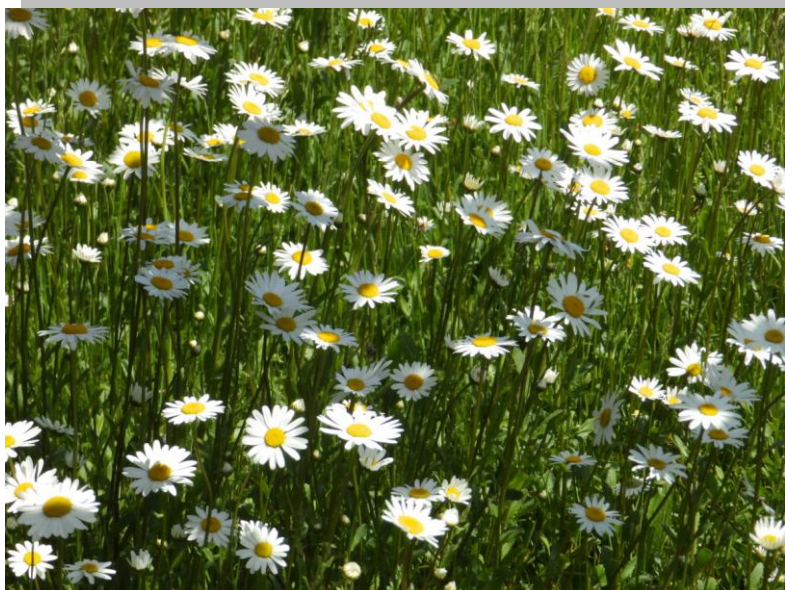




## KOPRETINY PRO ZÁMECKOU PANÍ.....



V pondělí 23. května 2016 se uskutečnil výlet na louku plnou kopretin.....



## VYSTOUPENÍ MŠ ŽIŽKOVA.....

V úterý 24. května 2016 jsme u nás v Domově přivítali dětičky z mateřské školy **Žižkova**, které si připravily překrásné vystoupení.



## KÁCENÍ MÁJE.....

Ani letos jsme **nezapomněli** na tradici kácení máje. Počasí nám přálo, a tak jsme se všichni sešli na zahradě u altánu. **Pan ředitel** se stal na chvíli kouzelníkem a bez pomoci **sekery**, nám skácel naši májku. :) K poslechu nám pouštěl hudbu dobrovolník Jaroslav Skalický. Nesmělo chybět ani výborné





občerstvení v podobě uzeného. Naše letos první venkovní akce sklidila u

klientů velký úspěch. Za **fotografie** děkujeme dobrovolnici Tereze Marešové.



**KOULELA SE KOULELA,**

**STŘÍBRNÁ TO KOULE.....**



V pondělí **30. května 2016** jsme společně s dětmi ze Základní školy nám. A. Jiráka 140 uskutečnili turnaj ve hře **Petanque**.  
Děkujeme za krásně strávené dopoledne.



## PŘEDNÁŠKA SENIOR V BEZPEČÍ.....



V úterý 31. května 2016 se v Domově uskutečnila přednáška na téma Senior v bezpečí, která byla ve spolupráci se společností **Antišmejdi, s.r.o.** a **Pečovatelskou službou Lanškroun.** Senioři se zde mohli dozvědět, jak se bránit nekalým praktikám obchodníků, jak reagovat na podomní prodejce a nabídky, apod. Tímto velmi děkujeme panu **Mannelovi** (<http://antismejdi.cz/>) za spolupráci.



## VÝLET DO MĚSTSKÉHO MUZEA LANŠKROUN.....



V úterý 21. června 2016 jsme navštívili **společně** s klienty městské muzeum Lanškroun, kde se **konala** výstava s názvem Český rok podle Šárky Váchové. Klienti obdivovali loutky, marionety, scény z večerníčků a návrhy kostýmů.







## LETNÍ DNY VE ZNAMENÍ VÝLETOVÁNÍ.....



Léto k nám dorazilo v plné síle a my si ho užíváme plnými doušky. Ve středu jsme zavítali **do kavárny u Jakuba**, kde jsme neodolali ledové kávě a zákusku. Ve čtvrtek jsme přijali pozvání na zahradní slavnost do Základní školy Lanškroun. Žáci si přichystali překrásné vystoupení na téma „Cirkus ve škole“.



## ČERMENSKÉ SLAVNOSTI.....



V pátek 24. června 2016 bylo v prostorách přízemí Domova veselo. V rámci Čermenských slavností nás navštívil taneční a hudební soubor DUN – DANG a KOKLE orchestr z Lotyšské Dundagy.





## MÁM SVŮJ PLÁN

### CO TO ZNAMENÁ, KDYŽ MÁM SVŮJ INDIVIDUÁLNÍ PLÁN? CO JE TO INDIVIDUÁLNÍ PLÁNOVÁNÍ?

**Individuální plánování** je způsob poskytování sociální služby, kde každý, kdo ji využívá, má svůj **individuální plán**, čímž mu je zaručeno, že je mu služba „šita na míru“. Plán totiž popisuje, co všechno dělat, aby Vám nic důležitého nechybělo a cítili jste se dobře. Sami se podílíte na tvorbě Vašeho individuálního plánu, takže dochází ke vzájemné dohodě, aby byly zajištěny Vaše potřeby, ale zároveň jste byli podle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách dostatečně aktivizováni, podporováni k rozvoji samostatnosti, byli motivováni k činnostem, které ještě sami zvládnete, a neprohlubovala se Vaše **nepříznivá sociální situace**.

U klientů, kteří **nejsou z důvodu zdravotního stavu schopni se sami podílet** na tvorbě individuálního plánu, se vytváří plán v kolektivu pracovníků za spolupráce opatrovníka, rodiny, apod.

### CO JE TO NEPŘÍZNIVÁ SOCIÁLNÍ SITUACE?

V nepříznivé sociální situaci se člověk nachází, když není schopen sám z důvodu věku, zdravotního stavu apod. řešit svou aktuální životní situaci (např. nemůže bydlet sám, nezvládne se o sebe postarat, potřebuje pomoc druhé osoby atd.). Individuální plán se vytváří, aby se řešila Vaše nepříznivá sociální situace.

### CO INDIVIDUÁLNÍ PLÁN POPISUJE:

- co zvládáte a umíte sami a s čím potřebujete pomoci, co pro Vás mohou udělat pracovníci,
- co je pro Vás důležité, abyste se cítili dobře,
- co máte rádi a co rádi nemáte,
- jak předcházet situacím, ve kterých by Vám mohlo hrozit nebezpečí, apod.





## PROČ JE DOBRÉ MÍT SVŮJ INDIVIDUÁLNÍ PLÁN?

- Dozvíte se, co služba nabízí, a řeknete si, co chcete a co nechcete, co je pro Vás důležité, co potřebujete.
- Můžete si také s pracovníky domluvit, jakým způsobem Vám budou pomáhat s věcmi, co sami nezvládnete, jak často budete službu využívat (každý den nebo jen někdy, celý den nebo jen několik hodin denně atp.).
- Můžete si společně naplánovat, jak bude probíhat Váš život – zvolit si, kde a s kým chcete bydlet, jaké aktivity budete navštěvovat, s čím potřebujete pomoci a naopak co zvládnete sami atd.

## KDO JE TO KLÍČOVÝ PRACOVNÍK?

Každý, kdo má individuální plán, má i svého klíčového pracovníka, který s ním plán vytváří a pomáhá při jeho realizaci. **Klíčový pracovník** je osoba, na kterou se můžete obrátit, když něco potřebujete. Měli byste si s ním dobře rozumět. Pokud si se svým klíčovým pracovníkem nerozumíte, můžete požádat sociální pracovníci o jiného klíčového pracovníka.



## KARTA KLÍČOVÉHO PRACOVNÍKA U KLIENTA NA POKOJI:

	<p><b>Toto je můj klíčový pracovník</b></p>
	<p><b>JANA NOVÁKOVÁ</b></p>



## JAK SE TVOŘÍ INDIVIDUÁLNÍ PLÁN?

Předběžná verze individuálního plánu byla již vytvořena sociální pracovníci na sociálním šetření, na kterém u Vás byla před nástupem. Do jednoho měsíce po Vašem nástupu do zařízení se tato verze musí aktualizovat podle Vašeho současného stavu.

S plánováním Vám bude pomáhat klíčový pracovník. Nejprve si s Vámi domluví **schůzku**, na které si spolu budete povídat o věcech, které jsou pro Vás důležité, se kterými potřebujete pomoci, které zvládnete sami, ... Můžete mu sdělit, jak byste si představovali, aby probíhal Váš den, co byste rádi dělali, co bychom Vám mohli nabídnout apod.

Kromě Vás a Vašeho klíčového pracovníka se na individuálním plánování podílejí i další lidé, kteří Vás znají (např. rodina, přítel, sousedé či další pracovníci – sociální pracovníce, pracovníci individuální terapie, aktivizační pracovníce). Více lidí má více nápadů, ale konečné slovo, jak bude Váš plán vypadat je na Vás a na Vašem klíčovém pracovníkovi, protože podle něj bude probíhat Váš den a my chceme, abyste se cítili co nejlépe, jak jen to naše služby mohou umožnit.



Vše, na čem jste se dohodli, zapíše pracovník na papír, poté do počítače a výslednou podobu Vašeho individuálního plánu s Vámi projde. Pokud budete se vším souhlasit, oba plány **podepíšete**. Plán je vyhotoven ve dvou verzích – jedna zůstává Vám, druhá je uložena do **složky „Individuální práce a plán“**, která je uložena na sesterně.

Do složky mohou nahlížet klíčoví pracovníci, sociální pracovníce, Vy, Váš opatrovník a osoby, kterým k tomu dáte souhlas.

Klíčový pracovník Vás bude **pravidelně navštěvovat** a Vy mu můžete sdělit, jestli je plán naplňován podle Vašich představ, jestli máte s něčím problém, nebo potřebujete s něčím pomoci. Můžete se na něj obrátit s čímkoliv a společně poté najdete možnost řešení.

Individuální plány jsou průběžně podle Vašeho současného stavu a Vašich potřeb vyhodnocovány, upravovány a aktualizovány. Minimálně jedenkrát za rok probíhá **velká revize individuálního plánu**, kdy s Vámi klíčový pracovník opět individuální plán projde, a zjistíte, jak se Vám dařilo, s čím jste nebo nejste spokojeni, co by se mohlo zlepšit, nebo jestli je vše v pořádku a nejsou nutné žádné změny. Pracovník vypracuje nový aktuální plán, který po odsouhlasení opět stvrdíte podpisy.





**Dobrý individuální plán je soulad Vašich přání a toho, s čím Vám můžeme pomoci, abyste se cítili co nejvíce jako doma.**



## ZÁPIS ZE SCHŮZE OBYVATEL

**ČÍSLO:** 3.

**DATUM:** 19. 4. 2016

### **PŘÍTOMNI:**

Mgr. Lenka Jakešová – VSÚ, Jarmila Habrmanová - VSTÚ, klienti a jejich rodinní příslušníci.

### **PRŮBĚH:**

1. Připomenutí minulé schůze obyvatel, přečtení a podepsání zápisu ze schůze.
2. **Diskuse se šefkuchařkou** týkající se stravování – pochvaly za dobré saláty, připomínka týkající se nedovařených brambor apod.
3. **Od 1. 5. 2016 budou zrušeny fakultativní služby týkající se provozu elektrických spotřebičů na pokoji klienta. Pro klienty tyto služby budou zdarma!**
4. Klientům byla přečtena Prohlášení Domova pro seniory, Domova se zvláštním režimem a Odlehčovacích služeb. **Společně jsme při diskusi zhodnotili, že naše služby, které jsou klientům poskytovány, jsou v souladu s posláním, cíly a zásadami konkrétní sociální služby.**
5. Klienti byli seznámeni s anonymní stížností, týkající se špatné péče o zakrslého králíka a s vyjádřením na tuto stížnost a shodli se, že souhlasí s tímto vyřízením.
6. Klienti byli informováni o nejbližších akcích – Pálení čarodějnic dne 27.4., Vystoupení MŠ Výsluní dne 4.5. a ZŠ Dobrovského dne 5.5., Kácení máje dne 30.5. a přednáška Antišmejdi dne 31.5.
7. Klienty bylo odsouhlaseno, že další **schůze obyvatel** proběhne až v červnu 2016.

---

**ČÍSLO: 4.**

**DATUM: 10. 6. 2016**

---

**PŘÍTOMNI:**

Mgr. Lenka Jakešová – VSÚ, Ludmila Dostálková – nutriční terapeutka, klienti a jejich rodinní příslušníci.

**PRŮBĚH:**

1. Připomenutí minulé schůze obyvatel, přečtení a podepsání zápisu ze schůze.
2. Od 15. 6. 2016 bude změněn čas výplat zůstatků z důchodů pro klienty, kteří si sami dochází do pokladny. **Výplata zůstatku důchodu bude prováděná v pokladně od 11:00 do 11:30.**
3. Klienti byli **seznámeni s anonymní stížností, týkající se nevhodného podávání stravy a s vyjádřením šéfkuchařky k této stížnosti. Klienti se shodli, že souhlasí s tímto vyřízením.**
4. Klienti byli informováni o nejbližších akcích – **23. 6. návštěva praktické školy, kde budou mít Zahradní slavnost, 24. 6. budou Čermenské slavnosti, 13. 7. proběhne u altánu Zahradní slavnost pro naše klienty, zaměstnance a jejich rodiny.**
5. Vzhledem k tomu, že dochází k častým záměnám prádla, **přejde Domov k novému značení prádla.** Tisk jmenovek proběhne na sociálním úseku a postupně v prádelně dojde k jejich nažehlení na oděvy klientů.
6. Diskuse s nutriční terapeutkou týkající se stravování – **do září 2016 nebude z důvodu nemoci a dovolenek vařeno menu č. 2. Od června je nastaven nový pitný režim,** kdy klienti budou dostávat v PO, ST, PA na patra a v jídelně džbány s vodou a citrónem, v ÚT a ČT budou v jídelně vířiče s ovocnými šťávami. Dále budou na patrech vždy várnice s teplým čajem a várnice se studenými namíchanými sirupy. Každý týden dostane klient na pokoj buď neperlivou ochucenou vodu, nebo džusy.



## PITNÝ REŽIM

O pitném režimu toho bylo napsáno a řečeno již mnoho a mnohokrát jinak. Nastavení správně fungujícího systému pitného režimu u rizikových skupin obyvatel by mělo být oceněno snad i Nobelovou cenou☺. V našem Domově je více jak 80 klientů s vlastní potřebou pitného režimu a proto i naše nabídka musí být pestrá. Pitný režim je nedílnou součástí stravování, to znamená, že ke každému jídlu jsou podávány různé druhy nápojů, avšak tím pitný režim v Domově nekončí, ale začíná.

Na všech patrech po **celý den** máte množnost výběru ze **slazeného či neslazeného čaje**. Každý den je vařen jiný druh čaje. **V pondělí, ve středu a v pátek** přidáme do nabídky možnost výběru ochucené **pitné vody s ovocem** či **bylinkami** jako je domácí



meduňka, máta, šalvěj. **V úterý a ve čtvrtek** si můžete zchladit žízeň ředěnými **přírodními džusy** Tropic, které jsou bez chemických konzervačních přípravků, barviv, přidání cukru a bez pasterizace. **Úterý, čtvrtek, sobota** je dále naše nabídka rozšířena o studené nápoje- **sirupy**. **Jedenkrát týdně** každý z Vás dostane dle jídelního lístku **1,5l ochucenou minerální neperlivou vodu** nebo 200 ml **džus granini** či 200ml 100% přírodní čerstvě lisované **šťávy Ovocňák**, opět bez sladidel, konzervantů, barviv a umělých přísad.

Již 4 rokem je Vám v **hlavní jídelně** k dispozici také **automat**, kde si můžete vybrat z 5-ti druhů studených nápojů. Pokud Váš zdravotní stav nedovoluje, si pro tento nápoj do hlavní jídelny dojet, na požádání Vám ošetřující personál donesl. Pro vysoký obsah vody a pocit osvěžení, jsme do letních jídelních lístků zařadili **vícekrát denně šťavnaté ovoce a zeleninu**. A díky novým přístrojům Vám můžeme nabídnout čerstvou ovocnou či zeleninovou šťávu.

A také nesmíme zapomenout na nejčerstvější a nejpřirozenější tekutinu - **kohoutkovou pitnou vodu** ☺, která je Vám k dispozici celých 24 hodin.

HARMONOGRAM PITNÉHO REŽIMU	
<b>PONDĚLÍ</b>	RÚZNÉ DRUHY ČAJŮ, <b>VODA S OVOCEM</b>
<b>ÚTERÝ</b>	RÚZNÉ DRUHY ČAJŮ, <b>DŽUS PŘÍRODNÍ,</b> STUDENÝ NÁPOJ- <b>SIRUP</b>
<b>STŘEDA</b>	RÚZNÉ DRUHY ČAJŮ, <b>VODA S OVOCEM</b>
<b>ČTVRTEK</b>	RÚZNÉ DRUHY ČAJŮ, <b>DŽUS PŘÍRODNÍ,</b> STUDENÝ NÁPOJ- <b>SIRUP</b>
<b>PÁTEK</b>	RÚZNÉ DRUHY ČAJŮ, <b>VODA S OVOCEM</b>
<b>SOBOTA</b>	RÚZNÉ DRUHY ČAJŮ, STUDENÝ NÁPOJ- <b>SIRUP</b>
<b>NEDĚLE</b>	RÚZNÉ DRUHY ČAJŮ

V minulém letním vydání jsem psala - A co tedy dělat, abychom nezapomínaly pít?

Má rada tehdy zněla: řídit se 7 pravidly (tipy).

A jak léta běží, tak i já na sobě zjišťuji, že nejsem schopna si zapamatovat těch 7 „lehkých,, pravidel a tudíž je i dodržovat.

Takže rada pro letošní léto je jen jedna. **Jak pít? Pravidelně od rána až do večera.**

Přeji Vám nejen hodně trpělivosti, ale hlavně aby se příjem tekutin stal každodenní pravidelnou součástí života a Vaše tělo dostalo tolik tekutin, kolik si žádá.

Kouzelné slunečné léto Vám přeje Vaše nutriční terapeutka Ludmila Dostálková☺



## ZAVZPOMÍNEJME SPOLEČNĚ JAKÉ TO VLASTNĚ



### BYLO...PŘED 10 LETY



#### **Píše se 10. srpna 2009 (kronika)**

**Bylo pondělí** 10. srpna 2009 ráno a venku to vypadalo, jak kdyby letní počasí začalo „stávkovat“. Pršelo a pršelo. I když nás všichni od naplánovaného výletu zrazovali, my jsme se nedali a vyrazili vstříc neznámu. První zastávka byla v malé vesničce Kunčina nedaleko Moravské Třebové. Zemědělské družstvo nás přivítalo s otevřenou náručí. Všichni jsme poslouchali a přijímali informace od pracovníků. Klienti si nadšeně prohlíželi „krávy“, ovšem nejvíce je zaujala telátka.

Další zastávkou bylo Staré Město a jeho kouzelné letiště. Měli jsme možnost shlédnout hangáry s jednotlivými letadly. I když počasí nám ráno „stávkovalo“ v poledne se na nás usmívalo sluníčko. Byl to velmi krásný výlet, i když pro mnohé netradiční. Všichni jsme se vraceli s úsměvem na tváři.

#### **Píše se 7. října 2009 (kronika)**

Konal se Den otevřených dveří. Návštěvníci se podepisovali do kroniky.

#### **Píše se 10. února 2010 (kronika)**

10. února byl klienty i zaměstnanci Domova velmi očekávaný den. Konal se totiž 1. Valentýnský ples. A protože to byl opravdu ples se vším všudy, jeho přípravy stály mnoho času a úsilí. Nakonec jsme si, ale mohli říct „Stálo to za to“. Ples uvedl pan ředitel se starostou města, následně oba vyzvali první klientky k tanci. Plesu se zúčastnilo 41 klientů Domova a přišli se na nás podívat i lidé z bývalého Penzionu. K tanci a poslechu hráli manželé Gallovi, o předtančení se postaral mladý pár, který předvedl svůj široký taneční repertoár od polky až po quickstep. Bohatá tombola lákala všechny přítomné a prodej lístků to jen potvrzoval. Během chvíle byly všechny lístky prodané a 124 cen našlo své majitele. Zaměstnanci si přichystali malé překvapení a klientům předvedli malou přehlídku v karnevalových maskách.

#### **Píše se 21. června 2010 (kronika)**

Od 21. června se u nás konal Sportovní týden. Na každý den byla připravena jedna disciplína a klienti se mohli 5krát utkat v soutěžích o poukaz na zmrzlinový pohár.

#### **Píše se 11. října 2010 (kronika)**

Jak vznikne chléb, chlebiček či koblížek? To a mnohem více jsme se dozvěděli z exkurze v Sázavské pekárně. Nebyla to exkurze ledajaká. Například naše exkurze začínala až o půl osmé večer. V čase, kdy se většina našich klientů chystá k večernímu odpočinku, jsme se vypravili na pracoviště, kde to naopak velmi žilo. Často si ani neuvědomíme, že křupavý rohlík, který si dáme ke snídani, je výsledkem noční práce pekařů a pekařek. Po půlhodinové prezentaci historie podniku, která sahá do roku 1990 a je velmi zajímavá, místy až usměvavá, jsme vyfasovali slušivé pláště a ochranné sítky na vlasy a přesunuli



jsme se do výroby. Ačkoliv dnes spousta práce v pekárně zajišťují stroje, lidé jsou stále nenahraditelní.

#### **Píše se 10. listopadu 2010 (kronika)**

Za účasti ministra vnitra, ministra životního prostředí, předsedy Senátu Parlamentu ČR, místopředsedy soc. demokracie a dalších významných hostů proběhlo ve středu v 19:00 hod. ve Španělském sále Pražského hradu slavnostní předávání Národní ceny kvality ČR a dalších ocenění kvality za rok 2009. Mezi 25 oceněnými firmami a jednotlivci byly v kategorii Ceny kvality v sociální péči pobytové zařízení převzít vítěznou cenu Sociální služby Lanškroun. Byli jsme oceněni za to, že jsme se stali špičkovými zařízením s profesionálním přístupem ke klientům a za to, že se zařízení stalo pro klienty opravdovým domovem.

#### **Píše se březen 2011 (kronika)**

Březen 2011 byl bohužel měsícem, ve kterém nás více než volnočasové aktivity a jiné příjemné dění zaměstnávaly chřipky a jiné nemoci. To se podepsalo na celkovém dění v Domově, které z těchto důvodů bylo spíše odpočinkové.

#### **Píše se duben 2011 (kronika)**

Ve středu 27. dubna 2011 jsme v Domově uspořádali čarodějnický slet. Pálení čarodějnic připadlo tento rok na sobotu, a proto jsme se rozhodli, že si na zahradě uděláme takovou malou přípravu. Z této přípravy se ale nakonec vyklubala veliká společenská akce a o to větší radost jsme měli. Na akci nesmělo chybět ani ono pálení neboli čarodějnice, o jejíž výrobu se tentokrát postaral jeden z našich klientů, pan Novotný.

#### **Píše se květen 2011 (kronika)**

Pondělí 30. května 2011 bylo věnováno zahradním radovánkám. Tentokrát jsme slavili kácení máje a nadprůměrné teploty připomínaly, že je třeba slavit i příchod léta. Ještě ráno v den konané akce se musely sehnat slunečníky. Každý kousek stínu byl vzácný. Akce se ale opravdu vydařila, k poslechu hrál náš oblíbený harmonikář pan Popelář. Speciálními hosty tohoto dne byli klienti z Domova pro seniory z Moravské Třebové, kteří nám nejdříve předvedli úžasné pěvecké vystoupení s názvem Devatero řemesel a poté se připojili k zahradní akci.

#### **Pár fotografií z akcí**



Květinový ples únor 2012.





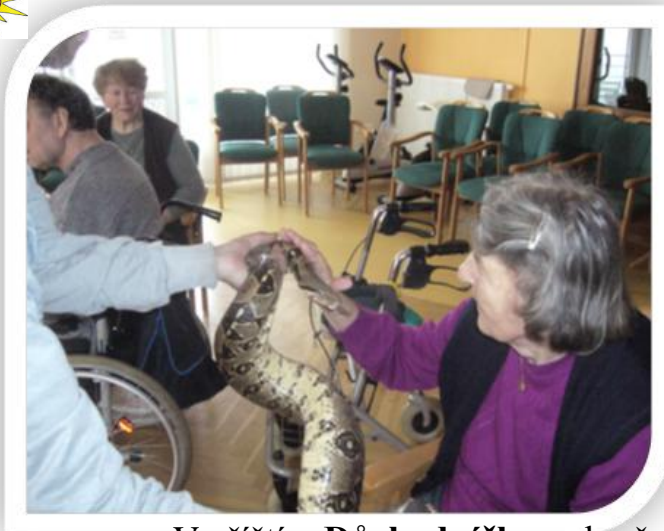
Mikuláš v prosinci 2011.



Vyjížd'ka kočářem v srpnu 2012.



Kavárnička s hady březem 2012



V příštím **Důchodníčku** pokračování vzpomínek.....







**Příspěvek pana Jaroslava Koláčného (rodinného příslušníka jedné z našich klientek Domova).**

### AKTOVKA



V zákoutí nevětrané skříně,  
od které nemá prázdninové slunce klíč,  
spí.

Možná né docela.  
Snad jenom přemýšlí o svačině,  
jež v koutku jí ulpěla.  
Je z toho celá pryč.



Jinak však ani muk.  
Jen ucho usmolený zkoumá každý zvuk.  
Dost toho viděla.  
Teď ale odpočívá.  
Na čele Ťuk a Bzuk.

Zasloužilý odpočinek  
a nebo trest a vzdor?  
Ten pytlík od bačkor nevoní.  
Stejně jak loni.



Nevděk světem vládne!  
Nebojme se o ní.  
Ona to zvládne.  
Kdo čeká, dočká se.  
Ztratila na kráse, přesto však doufá.  
Není hloupá.  
Než podzimní déšť slzy do listí uroní,  
vzpomenou si na ni.  
Přijde její čas.  
Pak opráší ji zas a zahledí se do ní.







## NOVÉ TVÁŘE Z ŘAD ZAMĚSTNANCŮ



### Jana Michalová – pečovatelka – ošetřovatelsko - zdravotní úsek

- ☞ Jako malá holka jsem chtěla být kadeřnicí.
- ☞ Spoléhám v životě na rodinu.
- ☞ Moje filozofie zní: -
- ☞ Můj největší adrenalin je jízda na kole.
- ☞ Moje práce v sociálních službách mě baví.
- ☞ Nemám ráda, když jsou lidé falešní.
- ☞ Často přemýšlím, co bude dál.
- ☞ Jsem pyšná na děti.
- ☞ Vážím si svého manžela.
- ☞ Ráda si uvařím něco, kde je kus masa.
- ☞ Naposledy mě rozesmálo: fotky Ivy.
- ☞ Bojím se, že budu sama
- ☞ Chtěla bych procestovat celý svět za 80 dní.
- ☞ Neumím si představit, že nemám co dělat.
- ☞ Jako poslední věc v životě bych udělala: setkala se s přáteli.
- ☞ Mým životním vzorem je: -
- ☞ Moje životní motto: -
- ☞ Kdybych měla tu možnost, ráda bych se setkala s maminkou.
- ☞ Mým největším snem je uběhnout půl maraton.



### Adéla Viskupičová – pečovatelka – ošetřovatelsko - zdravotní úsek

- ☞ Jako malá holka jsem chtěla být učitelkou ve školce.
- ☞ Spoléhám v životě na své vědomosti.
- ☞ Moje filozofie zní: chovej se k lidem tak, jak se chovají oni k tobě.
- ☞ Můj největší adrenalin je jízda na motorce.
- ☞ Moje práce v sociálních službách je velice zajímavá a naplňující.
- ☞ Nemám ráda, když jsou lidé panovační a moc si o sobě myslí.
- ☞ Často přemýšlím, co by se stalo, kdyby se stalo....
- ☞ Jsem pyšná na to, že mám maturitu.
- ☞ Vážím si všech lidí okolo.
- ☞ Ráda si uvařím rizoto.
- ☞ Naposledy mě rozesmálo: moje štěňátko.





- ☞ Bojím se hadů, pavouků.
- ☞ Chtěla bych projet na motorce celý svět.
- ☞ Neumím si představit život bez rodiny.
- ☞ Jako poslední věc v životě bych udělala: navštívila bych všechny svoje přátele.
- ☞ Mým životním vzorem je: moji rodiče.
- ☞ Moje životní motto: měl bys plavat, spěchej pomalu, žij přítomností.
- ☞ Kdybych měla tu možnost, ráda bych se setkala s metalovou operní pěvkyní Tarjou Turunen.
- ☞ Mým největším snem je podívat se do Anglie na Stonehenge.

### Josef Pávek – pečovatel – ošetřovatelsko - zdravotní úsek

- ☞ Jako malý kluk jsem -
- ☞ Spoléhám v životě sám na sebe a své schopnosti.
- ☞ Moje filozofie zní: -
- ☞ Můj největší adrenalin je sám život.
- ☞ Moje práce v sociálních službách -
- ☞ Nemám rád, když -
- ☞ Často přemýšlím -
- ☞ Jsem pyšný na své úspěchy a neúspěchy.
- ☞ Vážím si všech dobrých lidí, rodičů.
- ☞ Rád si uvařím dobré jídlo
- ☞ Naposledy mě rozesmálo: -
- ☞ Bojím se -
- ☞ Chtěl bych prožít zajímavý život.
- ☞ Neumím si představit život bez zážitků.
- ☞ Jako poslední věc v životě bych udělal: setkal se s přáteli, rodinou, známými.
- ☞ Mým životním vzorem jsou rodiče.
- ☞ Moje životní motto -
- ☞ Kdybych měl tu možnost, rád bych se setkal s –
- ☞ Mým největším snem je navštívit a prozkoumat Mayská města.









## KONTAKTY SOCIÁLNÍCH SLUŽEB LANŠKROUN



☞ DOMOV PRO SENIORY, ODLEHČOVACÍ SLUŽBY, DOMOV SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM (TEL. 465 503 ...)

☞ MIMO ZAŘÍZENÍ SE VŽDY VOLÁ PŘES 9, UVNITŘ ZAŘÍZENÍ SE VOLÍ JEN LINKA (NAPŘ. SESTERNA 020).

**Ředitel:** Ing. Milan Minář

linka: 001      e-mail: reditel@soslla.cz

**Vedoucí ošetrovatelstvo – zdravotního úseku (vrchní sestra):** Anna Tručková

linka: 002      e-mail: vrchni.sestra@soslla.cz

**Vedoucí sociálního úseku:** Mgr. Lenka Jakešová

linka: 006      e-mail: soc.pracovnik@soslla.cz

**Vedoucí technického úseku:** Marta Šifrová

linka: 005      e-mail: vtu@soslla.cz

### Úřední hodiny sociálního úseku:

Po: 7:00 – 16:30 hod.  
Út: 7:00 – 15:30 hod.  
St: 7:00 – 15:30 hod.  
Čt: 7:00 – 15:30 hod.  
Pá: 7:00 – 13:00 hod.

**Pokladní:** Pavla Antesová

linka: 009      e-mail: mzdy@soslla.cz

### Úřední hodiny pokladny:

Po: 13:00 – 16:30 hod.  
Út: 9:00 – 12:00 hod.  
St: 12:30 – 14:30 hod.  
Čt: 9:00 – 12:00 hod.  
(nebo dle tel. dohody)

**Nutriční terapeut:** Ludmila Dostálková

linka: 022      e-mail: nutricni@soslla.cz

**Sesterna:**                      linka: 020

**Kantýna/recepce:**              linka: 015

**Prádelna:**                      linka: 011



## DŮLEŽITÁ TELEFONNÍ ČÍSLA



<b>Jednotné číslo tísňového volání</b>	112
<b>Hasiči</b>	150
<b>Záchranná služba</b>	155
<b>Policie</b>	158
<b>Městská policie</b>	156



**Život 90 senior telefon** 800 157 157

☞ *Telefonická krizová pomoc – linka důvěry. Linka poskytuje nepřetržitou a bezplatnou pomoc seniorům v krizových situacích, když se cítí sami nebo když se setkají s domácím násilím. Rodiny prostřednictvím Senior telefonu podporujeme a poradíme jim s péčí o seniory.*

**Elpida – zlatá linka seniorů** 800 200 007

☞ *Linka seniorů je anonymní a bezplatná telefonická služba pro seniory, osoby o seniory pečující a osoby v krizi. Nabízí volajícím důvěrný prostor pro sdílení jejich pocitů, provází je náročnými životními situacemi, poskytuje jim smysluplné kontakty na další služby a instituce. Tím je podporuje v aktivním, nezávislém a důstojném životě.*

**Senior doprava** 773 595 126

☞ *Je určena seniorům, osobám zdravotně oslabeným a rodičům s dětmi k návštěvě lékaře, úřadu, přátel, na nákup, apod.*