

DŮCHODNÍČEK

ČASOPIS SOCIÁLNÍCH SLUŽEB LANŠKROUN



4. ČÍSLO

DUBEN 2011

Úvodníček

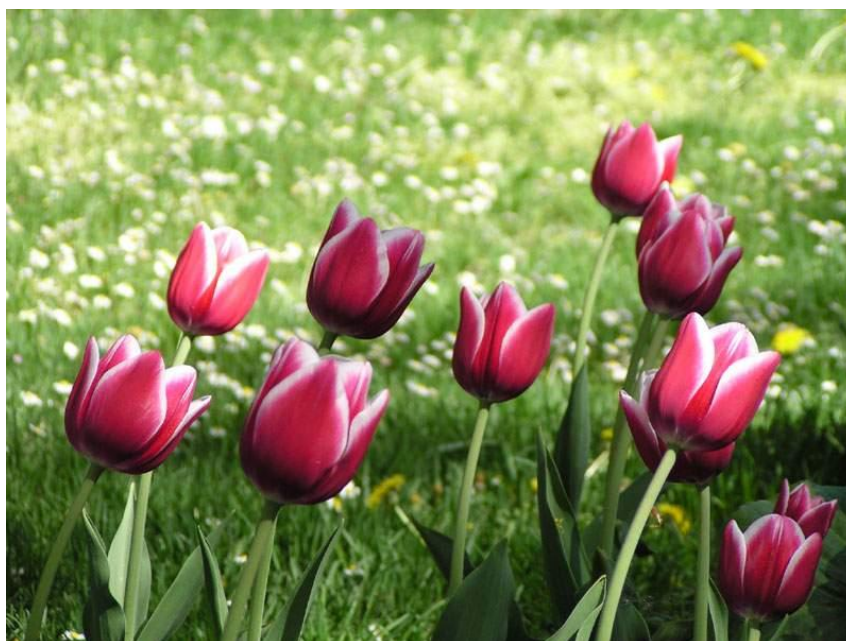
Milí čtenáři Důchodníčku,

tráva se začíná zelenat, stromy a keře už pučí a příroda ožívá. Duben je tu! S ním i nové číslo Důchodníčku. Jak jistě víte, čekají nás v tomto měsíci Velikonoce. I k nim se vztahuje jeden z našich článků. Dále jsem pro Vás připravil další díl Domáciho lékaře, který se tentokrát soustředí na bylinky. Těšit se můžete i na poslední díl povídky Jardy Skalického a na vyhodnocení průzkumu spokojenosti, který probíhal v našem Domově v uplynulých týdnech. Pro ty z Vás, kterým utekla poslední schůze obyvatel, mám zápis, abyste se dozvěděli, co se na schůzi probíralo.

V tomto Důchodníčku samozřejmě najdete mnohem víc. Jsme rádi, že si náš časopis pořizuje čím dál více klientů Domova, Pečovatelské služby, ale i rodinných příslušníků. Pokud budete mít jakékoliv připomínky či nápady, rádi je přijmeme.

Užijte si duben ve zdraví a v pohodě a za měsíc na shledanou!

Váš Důchodníček



Důležité informace z Domova

V dubnu proběhne výběr plateb za ubytování, stravu a služby pro klienty Domova pro seniory, kterým přijde důchod z ČSSZ hromadným seznamem **v pátek 15. dubna 2011, kdy si klienti od 12:30 do 13:30** hodin mohou přijít do pokladny pro zůstatky z důchodu.

Klientům, kteří ze zdravotních důvodů nemohou přijít, donese zůstatek z důchodu paní pokladní s doprovodem pracovnice sociálního úseku dopoledne v pátek 15. dubna do jejich pokoje.

Výběr plateb za služby klientů Pečovatelské služby proběhne 11. dubna 2011.



Co se dělo v březnu?

Březen byl bohužel měsícem, ve kterém nás více než aktivity zaměstnávaly různé nemoci. To se podepsalo na celkovém dění v Domově, které bylo z těchto důvodů spíše odpočinkové. Konec března s sebou ale přinesl přípravy na Velikonoce. Jaro je tu, a proto nás navštívily děti ze ZŠ Smetanova, aby nám pomohly s jarní výzdobou. Akce se velmi vydařila a už teď se těšíme na pokračování, které bude v pondělí 4. dubna 2011.



V dubnu oslaví své narozeniny:

Benedíková Marie

Citová Libuše

Cvejnová Zdeňka

Hájková Marta

Hrabalová Danuše

Chládková Ludmila

Kábelová Josefína

Klimoš Jan

Martincová Anna

Peterková Jaroslava

Skořepa Zdeněk



**Všem oslavencům přejeme vše nejlepší, hodně štěstí, zdraví,
spokojenosti a životní pohody**

Na kolech po republice

Zdá se, že jsem Vás minulý měsíc buď příliš přechválil, nebo Vás virózy, které se Domovem v březnu proháněly, odrovnaly natolik, že na sportování nebylo ani pomyšlení. Za uplynulý měsíc jste na rotopedech ujeli necelých 20 km. A kam že se tedy podíváme? Do města kamenné krásy, do Hořic!



Hořice

Město Hořice (též Hořice v Podkrkonoší, něm. Horschitz) se nalézá asi 25 km jihovýchodně od okresního města Jičín a 25 km severozápadně od krajského města Hradce Králové. Město je známé především výrobou hořických trubiček, nejstarší sochařsko-kamenickou školou v Evropě a každoročně pořádaným motocyklovým závodům 300 zatáček Gustava Havla. My v Hořicích navštívíme Památný vrch Gothard a hořické sochařské symposium.



VRCH GOTHARD (352 M N.M.)

Památný pískovcový vrch nad Hořicemi vznikl v období posledních výraznějších geologických proměn ve čtvrtohorách důsledkem ledovcové a vodní erozní činnosti a nánosem červeného písku z někdejší náhorní plošiny mezi Chlumy a Zvičinským hřbetem. Nejstarší osídlení vrchu pravěkými lovci a sběrači je datováno do starší doby kamenné před 25 až 30 tisíci lety.

Archeologické nálezy poblíž barokního kostelíku sv. Gotharda jsou dokladem pozůstatků lidu lužické kultury popelnicových polí, ty novější pak slovanského osídlení z mladší i pozdní doby hradištní. Název Gothard vrch dostal od německy hovořících řeholníků strahovského kláštera, kteří jej spolu s částí tehdejších Hořic, tehdy ještě vsí, i několika okolními vesnicemi získali od pražského biskupa. Do celonárodního povědomí vstoupil vrch Gothard jako dějiště vítězné bitvy orebitů v čele s tehdy již slepým vojevůdcem Janem Žižkou a opoziční kališnickou šlechtou vedenou Čenkem z Vartenberka. Památnost vrchu zvýšily během hladomoru v 18. století lidové pouti i víra v zázračnou studánku, jejíž voda pomáhala proti nemocem a hladu.



Po událostech kolem rakousko-uherského vyrovnání se i na Gothardu v letech 1868 - 69 konala protestní shromáždění vlasteneckých táborů lidu. Dnes je vršek Gothardu se dvěma, na sochařskou výzdobu bohatými, hřbitovy - starým a novým - místem posledního odpočinku zesnulých, okolní pamětihodnosti pak lákají k prohlídce i poučení zájemce o historii a umění. Na níže zmíněné památky navazuje sochařský park U sv. Gotharda s moderními skulpturami vzešlými z tradičních symposií sochařů.

HOŘICKÝ PÍSKOVEC

Město Hořice se nachází v centru lomařské oblasti cenomanských kvádrových křemenných pískovců. Hořický pískovec se zde intenzivně těží a zpracovává od druhé poloviny 19. století. V okolí Hořic lze proto dnes nalézt téměř 150 historických lomů. Hořický pískovec je použit na nespočetné řadě významných stavebních a uměleckých děl v České republice i v zahraničí.

SOCHAŘSKO - KAMENICKÁ ŠKOLA V HOŘICÍCH

V souvislosti s těžbou a zpracováním pískovce byla v Hořicích roku 1884 založena C.K. odborná sochařská a kamenická škola. Tato škola do dnešních dnů vychovala řadu reprezentantů českého sochařství a ovlivnila tak i jeho vývoj. Na škole se vyučují mimo sochařství ještě obory restaurování, těžba a zpracování kamene. V budově školy je i zkušebna kamene a kameniva.

HOŘICKÉ SOCHAŘSKÉ SYMPOSIUM

Mezinárodní setkání sochařů jsou v Hořicích pořádána od roku 1966. Autoři vytvářejí sochy z hořického pískovce v nádherném prostředí opuštěného historického lomu Sv. Josefa. Zde je jim také poskytováno potřebné zázemí a technické vybavení. Sochařská díla jsou instalována v jedinečné přírodní galerii na vrchu Sv. Gotharda, kde můžeme shlédnout



86 plastik mapujících současné světové sochařství. Součástí tohoto sochařského parku jsou i Galerie plastik (založená r.1908) a přilehlé Smetanovy sady (zal. r.1903) se sbírkami českého sochařství první poloviny 20. století. Od ročníku 2002 sochařského symposia, jsou plastiky trvale instalovány v nově založeném Sochařském parku II, situovaném v krajinném prostředí na severovýchodním okraji Hořic.



(zdroj: <http://www.symposiumhorice.cz>)

	PEVNINA OBKLO- PENÁ VODOU	2. díl TAJENKY	MIHULE		PŘEDLOHA	POHYB FIGUROU (v šachu)	INICIALY PEVCE ŽIDKA	OKRASNÁ ZAHRADNÍ KVĚTINA		SOUČÁST PÁNSKEHO OBLEKU	ŠKRABKA U PLUHU	NOVOZÉ- LANDSKÝ PAPOUŠEK		UKAZO- VACÍ ZAJMENO	3. díl TAJENKY	RESTAU- RAČNÍ MÍSTNOST
BARVA NA VEJCE				ANEKDOTA					POSLEDNÍ ROZMBERK				JEHLIČNA- TÝ STROM			
ÚDER SEKEROU				4. díl TAJENKY PROUD (básnický)					ZÁPRAŽKA				DIETLOVA HRDINKA			
VÝROBEK Z MLÉKA							PROBÍRAT SE VE VLASECH						ŽVANIL	ZNAČKA HLINIKU		
SOUČÁST ELEKTRO- MOTORU						POŠTOVNÍ ÚŘAD	BOD					PROVAZ SE SMYČKOU		PŘEZDÍVKA LINCOLNA		
NEJVYŠŠÍ GERMAN- SKÝ BŮH					ZÁKL. JED. ORGANISMU	NĚMEC					BOJ. CHEM. LÁTKA					
PŘEDMĚT				MENŠÍ PORANĚNÍ	SKŮDCE RÉVY					MEJDAN (hovor.)	MUŽSKÝ MODEL					
	NÁS VÝROBCE LÉKŮ	ZAČATEČ- NICE							PRIMIT. PA- PIROVINA	MASTEK				UNIVERZITA KARLOVA		
ZKRATKA STŘEDY		ČESKÝ BÁSNÍK	ST. ZNAČKA ŽILETEK						TAŽNÁ ZVÍŘATA					KIPLINGŮV VLK	SARMAT	SMÍŠENÁ ČTYŘHRÁ
TĚLO- CVIČNÁ POZICE			KUSY TRÁVNÍKU				BRLOH	HL. MĚSTO FILIPÍN					NA KTERÉ MÍSTO			
OMRAČENÍ (zastarale)						ROZUM	CITO- SLOVCE RYTMU	VLAS SUKNA					SNÍŽENÝ TÓN			
1. díl TAJENKY						STÁTNÍ DIVADLO						ZN. ČUK- ROVINEK				
KTERÉ (zastarale)				ZDA						VELKÝ NOS						POMŮCKA: TABUN, POIL, KEA.

Velikonoční pomlázka

Tradice velikonoční pomlázky je velice stará. Zmiňuje se o ní už pražský kazatel Konrád Waldhauser, žijící ve 14. století. O velikonočním pondělí a úterý se prý šlehali manželé a milenci. Ospalci i lenivci se časně z rána házeli do vody nebo alespoň polévali, aby se probrali.

A co si každý z nás představí pod pojmem pomlázka? Tento název označuje svazek spletených vrbových proutků, který slouží jako nástroj ke šlehání. Pomlážkou je však také nazýván například výsledek z koledování. Plést pomlázku měl umět každý muž. Do různě velkých pomlázek z různého počtu vrbových proutků (3, 4, 6, 8, 9, 10, 12) se vplétala červená stuha. Malé pomlázky se nosily stočené v kapse (pro všechny případy...), se středně velkými se chodilo na koledu a těm téměř dva metry dlouhým se říkalo obřadní.

O Velikonočním pondělí vstávali děti, chlapci a muži časně zrána, aby vyšli s pomlážkou na koledu. Šlehali děvčata, aby byla zdravá, pilná, a veselá po celý rok, předávali jim tím svěžest, mladost, ohebnost a zdraví mladého proutku. Svobodná děvčata jim za to zavěšovala na pomlázky barevné stuhy. Vdané ženy koledníci vyšlehali proto, aby jim vyhnali zlý jazyk. Nechodili však do domů sousedů, s nimiž nebyli zadobře. Také hospodář vyšlehal čeládku, aby nebyla líná, krávu, aby se brzy otelila a ovocné stromky, aby se probudily ze zimního spánku k další úrodě.

Dříve se šlehalo pomlážkou i další den, o takzvaném "odplatném úterý", kdy děvčata oplácela hochům. Někde se místo pomlázky ujímala úkolu pomladění studená voda. Tomuto zvyku se říkalo „oblévačka“. Říkávalo se, že „prašivý bude ten, kdo nebyl politý vodou“.

Názvy a podoby pomlázek:

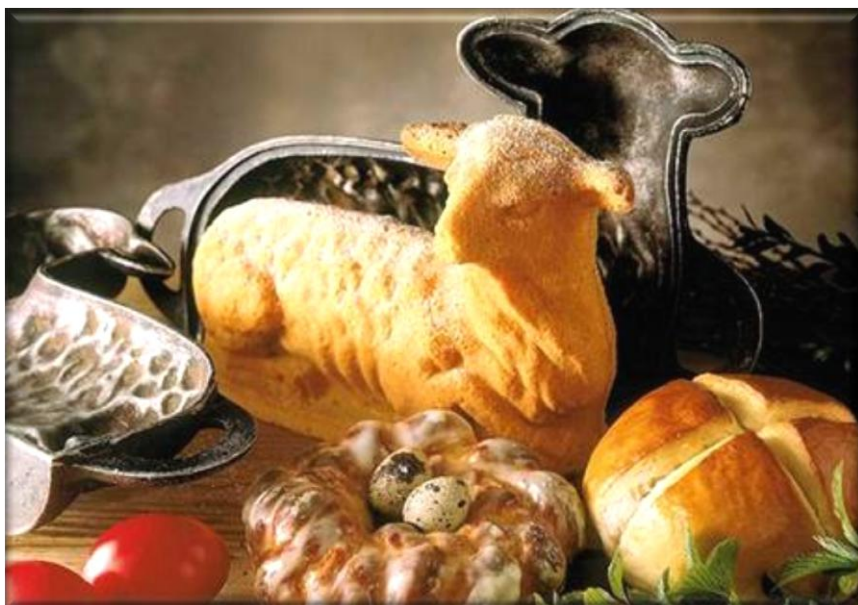
binovačka a vinovačka (z prutů vinné révy); dynovačka (z Chodska); hodovačka, houdovačka (odvozené od hodu - velkého svátku spojeného s hostinou); koleda (z jihomoravského Vranovska); karabáč, korbáč (z Moravy - slovo pochází z tureckého kyrbáč - tj. bič, důtky); kyčka,

kyčkování, kyčkovanka (z Opavska); mrskačka, mrskanda, mrskot, mrskut, mrskút (z jižní a střední Moravy); pamihod, pomihod, pomrhod (ze středních Čech - zkratka středověkého popěvku Pomni hody do provody); sekačka (ze Žďárska); šlaháčka, šlehačka, šlahání, vyplácání (z jihovýchodní Moravy); šmekúrst, šmekustr, šmerkous, šmerkust, šmigrust, šmirgust, šmykustr (ze severní Moravy a východních Čech); tatar, tatarec (ze střední Moravy); březové metličky, čugár, dingus, kančúch, metla, mrzkouz, roučačka, švihačka, šihačka, šihota, žíla, žila...

Velikonoční beránek

Symbol beránka byl velmi rozšířený už za doby pohanů, a to především v celém Středomoří, ovládaném po tisíciletí pastevci. U židů pak byly ovce symbolem Izraelity jako člena „Božího stáda“, o něj se stará jejich pastýř – židovský Bůh. Židé také beránka zabíjeli na památku vyvedení Izraele z egyptského otroctví. V křesťanství beránek symbolizuje památku Krista, „Beránka Božího“, který byl právě jako nevinný, čistý a poslušný beránek obětován na kříži a jeho krev zachránila pokřtěné od hříchu a smrti.

Beránek jako obřadní pokrm je znám už od středověku. Nevíme však, zda se jedlo přímo beránčí maso, které si jen málokdo mohl dovolit, nebo jen pečivo v podobě beránka. (zdroj: http://web.quick.cz/iveta_kulhava/Ve_symboly.htm)



Mysl bystřící stránka

Pozorně si přečtete dvakrát za sebou následující slova a snažte se zapamatovat si jich co nejvíce. Pak je zakryjte a запиšte na volné řádky slova, která si pamatujete (na pořadí nezáleží)

POČÍTAČ

HŘEBEN

LEOPARD

BAGR

HROZEN

DIVADLO

PETRKLÍČ

MERUŇKA

LETADLO

PANENKA

GLÓBUS

REVEŇ

OSADA

SLUNEČNICE

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Domácí lékař

aneb

aby bylinky léčily a neublížily

Češi na jedné straně víc než mnohé jiné národy věří pilulkám a například ve spotřebě těch na banální problémy typu rýma nebo občasná bolest hlavy nebo zad patříme mezi největší konzumenty na světě. Na druhé straně i zde se v posledních letech začínají hodně prosazovat bylinky a to nejen ve formě hotových preparátů z lékárny. Stále populárnější jsou různé bylinné čaje a nemálo lidí si alespoň nejběžnější léčivky samo pěstuje. Avšak pozor, ani bylinky nejsou bez rizik a zvlášť s některými by se mělo zacházet podobně jako s léky a třeba je bedlivě dávkovat.



Bylinky mohou léčit nebo alespoň osvěžit náš organismus. A nemusíme je přitom jen pít. Pomáhat mohou i jako přísady do koupele či ve formě aromatických olejů. Asi nejznámějším bylinkovým čajem je v Česku heřmánek. Nálev z heřmánku dokáže uklidnit a zmírnit a nejvíce prosluly jeho protizánětlivé účinky. Jenže, heřmánek se v poslední době stává jedním z alergenů, a proto se čaj z něj, podobně ostatně jako jiné bylinkové čaje, nehodí k dlouhodobému pití. Dětem z rodin, kde se už nějaká alergie objevila, by se pro jistotu neměl dávat vůbec. A

platí to i pro heřmánkové koupele, heřmánek navíc hodně vysušuje.

Heřmánek však není mezi bylinkami jediným rizikem: tím dalším je třeba třezalka, která se doporučuje třeba na uklidnění. Jenže, podobně jako třeba ginkgo biloba nebo obyčejný česnek, působí také na srážlivost krve, a proto může být, jak ukázal nedávný zámořský výzkum, nebezpečná třeba před operacemi, jelikož může způsobit obtížně zvladatelné krvácení. Proto

je dobré případné užívání bylinných preparátů nebo pití bylinných čajů probrat s lékařem, podobě jako mu říkáte o lécích, které užíváte.

Jaké jsou možnosti užití nejznámějších bylinek? Horečku dokáže snížit čaj obsahující šípek, který je navíc proslulý vysokým obsahem vitamínu C. Odolnost vůči nachlazení má zvyšovat také nálev z obyčejné kopřivy. Nadýmání dokáže zabránit čaj z fenyklu, který mohou ostatně pít již velmi malí kojenci, které nadýmání často trápí. Doporučuje se proto i jejich kojícím matkám, aby tlumil v mléce účinek nadýmavých látek. Kromě toho fenykl podporuje chuť k jídlu.

Podobně působí i chutný čaj z máty, která navíc dokáže pročistit krevní oběh. Výhodou máty je, že čaj z ní lze podávat i jako vychlazený letní nápoj. Klasikou je lipový čaj, používaný při kašli. Měsíčkový čaj působí proti menstruačním bolestem. V lékárnách lze zakoupit nepřeberné množství předem namíchaných čajů, jako jsou bylinkové směsi proti nevolnosti, urologické čaje či čaje redukční.



Směsi na bylinkové čaje je dobré kupovat od renomovaných výrobců, protože například sušené byliny na trhu mohou obsahovat plísně a podobně. Bylinky ale nemusejí vonět jen z hrnků s čajem. Oblibu si v posledních letech získaly také aromatické oleje, ať už používané do lampiček či přímo do koupele. Osvěží například citron, eukalyptus, máta či bergamot, sedativní účinky mají vůně z heřmánku, levandule, santalu či majoránky. Proti depresím by měla pomoci i vůně z levandule či růže, bolesti zažene majoránka či opět levandule. Některé esenciální oleje, jako je třeba máta, eukalyptus a šalvěj, se hodí i na inhalaci. Masírovat lze například směsí rozmarýnu, zázvoru a jalovce. Olej z australského čajovníku lze použít i ve vysoké koncentraci jako dezinfekci na malé ranky. Kloktat například při bolestech v krku je možné eukalyptus, šalvěj či tymián. Kapka mátového oleje může také zahnat nevolnost.

(zdroj: <http://www.ordinace.cz/clanek/aby-bylinky-lecily-a-neublizily/>)

Povídkový koutek Jardy Skalického

Starým mládencem na půl úvazku aneb Slaměný vdovec sportuje

(část třetí - poslední)

Začal jsem se ošívát, že jako brankář nejsem moc spolehlivý. Snažil jsem se jim vysvětlit, že bych byl vhodnější jako obránce. Chlapi však stáli na svém. Navíc jsou všechny posty obsazeny a zbývá jen tohle jediné místo. Do branky se nikdo, kdo má všech pět pohromadě nadšeně nehrne, je přeci jen jaro a bůh ví, jaké bude počasí. Klepat se zimou v omezeném prostoru brankoviště není ta nejlepší vyhlídka. Hučeli do mne tak dlouho, až mne brněla hlava. Tak tedy dobrá, zlomili mne a já kývl. Bylo na nich vidět, že si oddechli. Když však viděli, že jsem v plné práci, nikdo z nich neváhal a chopili se věci. Prý abych nebyl na ten zápas moc utahaný, tvrdili a vrhli se do práce. Převlékat se nemuseli, všichni přišli v běžném oblečení pro každou příležitost. To tady na vsi znamená, v čemkoli, co se může roztrhat a manželky pak nelitují zničené kalhoty a svetry.

Stačilo jediné odpoledne a bylo hotovo tolik věcí, s kterými bych se sám dřel nejméně týden. Znamenalo to tedy, že víkend bude volnější, než jsem si myslel. Pozval jsem chlapy do chaty na poctivý grog, což s povděkem přijali. Při teplém nápoji jsme se začali vypracovávat taktiku boje. Je až s podivem na jaké nápady může chlap přijít, když má naplánovat nejrůznější finty a signály. Během týdne jsme se několikrát sešli na tréninku, který se ovšem odbýval z větší části v hospodě, než na trávníku. Pět pracovních dnů se překulilo, ani jsem nevěděl jak. Ani mé kuchařské umění mne nehrozilo, protože jsem si prozíravě otvíral konzervy. Jeden den jsem se důkladně proběhl, protože Barykovi se povedla „kájínkovská akce“ a zmizel mi za plotem. Naštěstí měl namířeno za nedaleko sídlící hárající fenou, takže stíhací operace proběhla vcelku bez nesnází. Nadešla sobota a krátce po poledni náš manšaft naklusal na trávník. No.. naklusal... Spíše to vypadalo, že se na plac přivalilo stádo medvědů. Mladíci nás tam již očekávali. Vypadali jako výkladní skříň kulturistů a basketbalistů. Každý z nich měl na sobě černobílý dres a jen se na nás třásl. I ten nejmenší našeho nejvyššího (mě) převyšoval nejméně o hlavu.

Co by to bylo za zápas, kdyby se tu neobjevil sudí. Černý havran nás sledoval a důležitě si pohazoval píšťalkou. Nechal naše kapitány vybrat si stranu mince. Vyhodil ji do vzduchu a pak určil, kdo bude vykopávat. Začnou mladí. Rozestavili jsme se, zazněl hvizd. Vzápětí se ozvala dutá

rána, jak jejich rozehrávač nakopl merunu. Thudd!! Ten zvuk mi málem roztrhl bubínky. Hned od prvního okamžiku se na mne řítila pohroma. Míč vzlétl k obloze a já měl v příštím okamžiku ukázat, co ve mně vězí. Chňapl jsem po míči a to byl můj první skoro úspěšný zákrok onoho dne. Nebylo to nic moc, protože jsem míč vychýlil do zámezí na rohový kop.

Práásk!! Dzinn! Zazněla v zápětí tyč mé svatyně a já viděl, jak se celá konstrukce branky třese. Štěstí, že tam stojí, blahořečil jsem vibrujícímu kusu železa. Rozpoutala se pravá nefalšovaná bitva generací. Hra se převalovala ze strany na stranu a já musím přiznat, že mladí měli navrch. Duffff!!! Jeden z mladíků nabral míč opravdu razantně. S děsem v očích jsem sledoval, kterak se na mě řítí bíločerná tsunami. Tak chytit tohle po mě nechtějte, rozhodl jsem se ve zlomku vteřiny a raději jsem se schoulil do obranného postoje. Góóól!!! Rozburácely se tribuny a já s kyselým obličejem lovil balón ze sítě. Náš tým horko těžko o pár minut později vyrovnal, ale kampak my na mládí. Do konce zápasu zbývalo ještě nemálo času a už po první čtvrt hodině jsme si připadali značně omšeli od toho, jak nás ti výrostci mleli. Rána stíhala ránu a já nejednou musel zasahovat, pravda, párkrát jsem raději zabořil nos do nevysokého trávníku v obavě, aby mi ten zpropadený kulatý nesmysl neodnesl hlavu z obvyklého místa. Tribuny halasily a fandily účastníkům mače jako o život. Skóre naskakovalo, a i když jsme se snažili, nebylo nám to nic platné. Bodový rozdíl se nezadržitelně zvyšoval.

Do konce první půle jsme jakž takž drželi krok, ale druhý poločas byl ve znamení debaklu, jak má být. Hráli jsme, až se hory zelenaly, a já se v skrytu duše modlil, aby už byl, pro všechno na světě, konec. Ten záhy přišel a my se, jako zpráskaní psi, mohli odpotácet do kabin. Měl jsem pocit, že ten sudí těm mlad'ochům nějak nadržuje, ale s tím jsem se svěřil až v hospodě, kde jsme zapíjeli hořkou porážku. 15 :7 ve prospěch mládí je dost tvrdá lekce. A navíc po bitvě u piva je pak každý generálem. Někdo kritizoval můj výkon, já si postěžoval na obranu, která spíš připomínala cedník, než bytelný val a ani na útoku jsme nenechali suchou nit'. Sebekritika a jízlivost jsou strašlivé věci, nicméně pravda je pravda. Holt se budeme muset příští rok snažit víc, shodli jsme se jednohlasně. Tým ženáčů prohrál už popáté v řadě, ale podle vyjádření všech zúčastněných jsem se vyznamenal. Bodový rozdíl byl obvykle mnohem vyšší a díky mé snaze byl letos dosažen výrazně lepší výsledek. Snad mi to příští rok vyjde mnohem lépe, říkal jsem si a už jsem plánoval, jak začnu trénovat. Takže příští jaro jsem tu jako na koni. A hrát budu, to se s vámi klidně vsadím.

VAŠE TVORBA

Vážení přátelé,

já Vás všechny mile zdravím. Zima ještě vládne se svými mrazy a i myslivci zjišťují, že tím trpí i zvíř. Musí krmit a do krmelce nosit krmení,



lidé jim potom z toho kradou zrní i řepu. Každá zima přináší nějaké újmy na zdraví. Ani náš Domov se nevyhnul zákeřné chřipce. Zastihla i mne a byla jsem v takovém stavu, že jsem nesměla z pokoje ven ani na chodbu. Byl to pro mne veliký stres. Jídlo mi nosili na pokoj, čehož jsem se vždy bála nejvíce. Moje nemoc ale měla i svou výhodu, mohla jsem

sledovat televizi a poslouchat rozhlas. Ráno jsem vyslechla Toulky českou minulostí a dozvěděla se, jak císař František Josef stále bojoval a tolik mladých vojáků za jeho vlády zůstalo na bojišti.

V televizi běžel film Babička. Tu můžete vidět, kolikrát chcete, stále je aktuální. A máte o čem přemýšlet. Taková skromná, obyčejná žena a tak moudrá, že i paní kněžna žasne a řekne ta krásná slova: „Šťastná to žena!“. Svou radou dokázala nenápadně pomoci chudým lidem i mladým milencům.



V neděli jsem zase mohla v rozhlase vyslechnout kázání z kostela v Brně. Kázání o tom, jak seděl na schodech nemocný člověk a měl u sebe housle a klobouk před sebou. Lidé chodili okolo, ale do klobouku nikdo nic nehodil. Až přistoupil jeden pán, vzal ty housle a začal hrát tak krásně, že se lidé zastavovali a házeli do klobouku nejen peníze, ale i šperky, náramky a prsteny. A ten houslista byl Paganini. Ten ubožák mu řekl, ať si housle nechá, že pro něho nemají žádnou cenu, když na ně nemůže hrát.

Byly to vzácné housle – Stradivárky a ten chudák si za peníze z klobouku koupil domek, ve kterém pak žil.



A zas hlásí rozhlas, že Tomáš Masaryk, náš bývalý a první prezident má výročí narozenin. A zas hlásí František Novotný, že hraje pro krásné ženy k MDŽ. Někde se to již neslaví, lidé si spíš vzpomenou na den matek.

A já už se těším na odpoledne, na pohádku a film pro pamětníky v televizi. Na to se vždy těším. Tak moji milí přátelé, doufám, že tu za týden již nebudu zavřená na pokoji a zas mě uslyšíte v našem rozhlase, jak oznamuji, že přijede pan Skalický, aby nám přehrával písně našeho mládí a filmy pro pamětníky nebo pohádku.

Těším se na Vás, Anežka.

Vážení přátelé,

já Vám všem přeji dobrý den. Přijde jaro, přijde, bude brzy máj, rozpuknou se ledy, zazelená se háj. Jako děti školou povinné jsme každé jaro nastrojily Moranu a odnesly jsme ji za vesnici na znamení toho, že je konec zimy. Skončila její vláda a zpátky jsme nesly nastrojený májíček. Zastavily jsme se u jednoho statku a zazpívaly: „Paní mámo zlatá, otevřete nám. Neseme májíček, uťal ho Janíček.“ A paní máma vstala, koláče nám dala.

Na to jsem si vzpomněla 23. dubna, když nás navštívily děti ze ZŠ Smetanova, aby nám pomohly udělat jarní výzdobu. Když někdo přijde do naší budovy, dýchne na něho krásné jaro. Všichni se těšíme na krásné sluníčko. Nadarmo se neříká, tam kde nechodí slunce, chodí lékař. A v našem Domově je to zvlášť potřeba, aby se zlepšila nálada, aby mohl jít člověk na procházku, rozhýbat své ztuhlé tělo. Všichni víme, že jsme tu jako na návštěvě, proto musíme využít toho pohodlí, které tady máme díky veškerému personálu a panu řediteli.

Zdraví Anežka



ZÁPIS ZE SCHŮZE OBYVATEL

DOMOVA PRO SENIORY

ČÍSLO: 2

DATUM: 16. BŘEZNA 2011

Schůze obyvatel se v měsíci únoru nekonala z důvodu chřipkové epidemie.

PŘÍTOMNI:

Marcela Knápková, DiS. – sociální pracovnice

Jana Hrabčuková, DiS. – instruktor sociální péče

Eva Chlupová – aktivizační pracovnice

Klienti Domova pro seniory

PRŮBĚH:

1. Připomenutí minulé schůze obyvatel, podpis zápisu z minulé schůze zástupcem z řad obyvatel.
2. Klientům Domova bylo vysvětleno sčítání lidu, domů a bytů 2011. Sčítací komisař pro Domov pro seniory je sociální pracovnice Marcela Knápková. Sčítací formuláře budou klientům postupně od 23. března 2011 předávány a 26. března 2011 si je sčítací komisař bude vybírat zpět. Klientům bylo vysvětleno, že komisař bude obcházet jednotlivé klienty a pomáhat jim s vyplňováním daných formulářů. Sčítání lidu, domů a bytů je pro všechny povinné dle zákona. Všichni klienti, kteří budou v rozhodný okamžik v Domově, budou sčítáni (včetně Odlehčovací služby, i klientů, kteří nemají trvalá pobyty v Domově).
3. S klienty byl zhodnocen dotazník spokojenosti klientů, který vyplňovali v průběhu měsíce února 2011. Klienti celkem odpovídali na 22 otázek. Bylo rozdáno 50 dotazníků a 45 se jich vrátilo zpět. Společně jsme prodiskutovali jednotlivé body a návrhy na změny. Tyto dotazníky slouží k zjištění spokojenosti klientů. Dotazníky budou také projednávány na poradě vedení.

4. Klientům byly předány inforočenky pro rok 2011.
 5. Klientům byl navrhnout výlet na zámek Potštejn a do solné jeskyně. Bližší informace budou předány při dalších schůzích, prozatím byl zjišťován předběžný zájem klientů.
 6. Klienti byli seznámeni s technickou přestávkou v kantýně, která bude každý den od 12:45 hod do 13:30 hod. V tuto dobu, bude kantýna uzavřena.
 7. Klientům byly předány informace týkající se keramiky v Domově. Orientační schůzka zájemců se koná 16. 3. 2011 od 15:00 hod v knihovně Domova.
 8. Klienti byli seznámeni s vyhlášenou soutěží o nejlepší kraslici, které se mohou zúčastnit. Výstava všech kraslic bude probíhat v Domově. V příštím týdnu budou také zaměřeny aktivity, kde si klienti Domova mohou za pomoci sociálních pracovníků kraslici vytvořit.
 9. Klienti byli seznámeni s tím, že v případě nepřítomnosti nutriční terapeutky (klienti budou informováni o její nepřítomnosti), pokud se stravují na patře, je nutné, aby výměnu stravy nahlásili službu konající sestře. V případě, že klient výměnu nenahlásí, bude mít automaticky menu č. 1.
- 10. Volná diskuze.**

Zapsala dne 18. 3. 2011: Marcela Knápková, DiS.

Z dotazníku spokojenosti...

V uplynulých týdnech jste měli možnost vyplnit dotazník spokojenosti. Z 50 rozdaných dotazníků se 45 vrátilo. Děkujeme tímto všem obyvatelům Domova, kteří se tohoto průzkumu zúčastnili. Zjištěné informace jsou pro nás velkým přínosem. Z dotazníku bychom teď rádi vybrali několik Vašich zajímavých námětů, na které můžeme hned odpovědět.

- Častější tréninky paměti a aktivity -

Tréninky paměti se budou konat jednou za 14 dní, pokud o ně bude zájem a trénovat paměť bude chtít více klientů.

Obecně se v dotazníku objevovalo, že byste měli zájem o více volnočasových aktivit. Pořádaných aktivit se ale účastní velmi málo z Vás. Proto Vás žádáme o návrhy aktivit, kterých byste se rádi účastnili. Tyto návrhy můžete sdělit přímo pracovnícím sociálního úseku, případně je vhodit do schránky přání a stížností před jídelnou.

Zájem jste měli také o půldenní výlety a procházky. Na schůzi obyvatel Vám byl nabídnut půldenní výlet na hrad Potštejn a procházka s návštěvou solné jeskyně v Lanškrouně. Zájemci se už nyní mohou hlásit. Dle počasí potom výlety uskutečníme.

- Kužárna –

Po zrušení kužárny ve žlutém patře jste nesouhlasili s vymezeným prostorem pro kužáky u vchodu z parkoviště. Pžáli jste si vymežit prostor na kouření na terase v zeleném patře. Jak víte, toto přání již bylo splněno.

K poznámkám týkajících se stravy, se vyjádřila nutriční terapeutka na stravovací schůzce v pondělí 28. března. Zápis z této schůze Vám přineseme v květnovém Důchodníčku.

KONTAKTY

DOMOV PRO SENIORY (TEL. 465 503 ...)

- *MIMO DOMOV SE VŽDY VOLÁ PŘES 9, UVNITŘ DOMOVA SE VOLÍ JEN LINKA (NAPŘ. SESTERNA 020).*

Ředitel: Ing. Milan Minář

linka: 001

e-mail: reditel@soslla.cz

Vrchní sestra: Anna Tručková

linka: 002

e-mail: vrchni.sestra@soslla.cz

Sociální pracovnice: Marcela Knápková, DiS.

linka: 006

e-mail: soc.pracovnik@soslla.cz

Instruktor sociální péče: Jana Hrabčuková, DiS.

linka: 007

e-mail: isp@soslla.cz

Vedoucí technického úseku: Marta Šifrová

linka: 005

e-mail: vtu@soslla.cz

Pokladní: Pavla Antesová

linka: 003

e-mail: pokladni@soslla.cz

Úřední hodiny pokladny:

Út: 9:00 – 12:00 hod.

St: 12:30 – 14:30 hod.

Čt: 9:00 – 12:00 hod. (nebo dle tel. dohody)

Kantýna/recepce: linka: 015

Prádelna: linka: 011

Sesterna: linka: 020

Pečovatelská služba – sociální pracovníce:

Jana Hrabčuková, DiS.

linka: 029 e-mail: isp@soslla.cz

Pečovatelská služba – pečovatelky

linka: 030

DŮLEŽITÁ TELEFONNÍ ČÍSLA

Policie ČR	158
Městská policie	156
Záchranná služba	155
Hasiči	150
Jednotné číslo tísňového volání	112
Život 90 senior telefon	800 157 157
Elpida – zlatá linka seniorů	800 200 007
Bílý kruh bezpečí	257 371 110

