



Janáčkova 1003, 563 01 Lanškroun

DŮCHODNÍČEK

ČASOPIS SOCIÁLNÍCH SLUŽEB LANŠKROUN



7.+8. ČÍSLO

ČERVENEC A SRPEN 2011

Úvodníček

Milí čtenáři Důchodníčku,

přináším Vám tentokrát mimořádně prázdninové dvojčíslo. Máme tu prázdniny, tropické teploty střídají bouřky, prostě léto jak má být! S létem, více než kdy jindy, přichází mnoho zpráv o lidech, hlavně seniorech, kteří museli být hospitalizováni v důsledku kolapsu organismu způsobeného nedodržováním pitného režimu. I když je toto téma zmiňováno velmi často a každý je si vědom rizik, které nedostatečné pití přináší, stále děláme tytéž chyby, hlavně pijeme málo! I proto Vám přináším článek se sedmi typy, jak více pít. Tento měsíc si také můžete užít dvě křížovky, mysl bystřící stránku a také večerníčkový kvíz pro všechny správné babičky a dědečky.

Nová povídka Jardy Skalického se jmenuje Na vejšlapu a už název napovídá, o čem bude. Nahlédneme do světa bohatých a slavných a v článku o nejdražším hotelu světa se můžeme zasnít o tom, jak tráví dovolenou právě oni. Ze standardů kvality tentokrát připomínáme způsoby podávání stížností v našem zařízení.

Krásné prázdniny Vám přeje Váš Důchodníček



Důležité informace z Domova

V srpnu proběhne výběr plateb za ubytování, stravu a služby pro klienty Domova pro seniory, kterým přijde důchod z ČSSZ hromadným seznamem **v pondělí 15. srpna 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 pondělí 15. srpna do jejich pokoje.



DECHOVKA V DOMOVĚ

V neděli 7. srpna 2011 zahraje v našem Domově v odpoledních hodinách dechovka. Bližší informace budou uvedeny na nástěnkách volnočasových aktivit.



Nové tváře v našem Domově

Rádi bychom mezi námi přivítali nové obyvatele, kteří se do našeho Domova přistěhovali.

20. 6. 2011	Frgalová Františka
23. 6. 2011	Ing. Jareš Ladislav
24. 6. 2011	Švadlenková Hana
27. 6. 2011	Koláčná Božena
29. 6. 2011	Podvolecká Marie
1. 7. 2011	Kašparová Hana
1. 7. 2011	Šípková Milada

Vítejte mezi námi!



Opustili nás

Věnujme vzpomínku těm, kteří nás opustili.

10. 7. 2011	Novotný Jan
-------------	-------------

Nechť odpočívá v pokoji.



V červenci a srpnu oslaví své narozeniny:

Faltejsková Marta

Andrle Václav

Fialová Miroslava

Bárta Vladislav

Haasová Anna

Boščíková Bernardína

Jírasová Marta

Koláčná Božena

Karbusová Eva

Krátká Marie

Součková Anna

Lopeňová Růžena

Tomanová Jaromíra

Míkysková Ludmila

Poláčeková Milada



Žít šťastně, to znamená neztrácet humor, dělat každodenní malíčkosti s láskou a těšit se z malých náhodných radostí.

Přejeme Všem hodně zdraví, štěstí a pohody.

STARÁ ŘEMESLA

Šindelářství

Od dob jeskyní, přístřešků z větví a kůží jsme již daleko, přesto není marné si připomenout materiály, které sloužili k vytvoření bezpečného přístřešku pro naše předky. Od jeskyní přešli lidé k větvím, ze kterých vytvářeli roztodivné přístřešky. Jak plynul čas, naučili se využívat vrstvení těchto materiálů, a to jak větví, rákosu i kůže. Podle oblasti si lidé volili i materiál, ze kterého vytvářeli střešní konstrukci a následně krytinu.

V mnoha rozvojových zemích, ale zejména pak mezi obyvatelstvem domorodým jsou tyto materiály a technologie k vidění dodnes a mnoho turistů z vyspělých průmyslových zemí je vyhledává dodnes jako atrakci a romantické ubytování na dovolené. Do češtiny se pojmenování šindel dostalo nejspíše od Germánů (die schindel), ale lze je doložit také jako odvozené z latinského slova scindula - štípat. Šindel v českém jazyce zdomácněl a dostal se i do úsloví (hubený jak šindel).

Hotové šindele připomínají rovná či zkosená prkénka, která ale mají břit a drážku a při troše fantazie je lze přirovnat k palubkám. Do sebe tak dobře zapadají. Krása šindele vynikne teprve při jejich pokládání. Není tedy divu, že se na některých nově vystavěných domech tato krytina opět objevuje. Nejčastěji je však šindel vidět při rekonstrukcích ve skanzenech a při zkrášlování zejména církevních památek a v drobné zahradní architektuře, kde spousta lidí ráda připlatí za krásu šindelové střechy.



Vše začíná štípáním správně vybraného špalku. Přestože dnes si pomáhají šindeláři různými mechanickými stroji, zejména štípačkami, stále musí mít

v rukou fortel a pořádnou sílu, protože manipulace s pečlivě vybranými špalky je stále stejně náročná, jako kdysi.

Přestože je dřevo dobře obrobitelný materiál a základní opravy šindelové střechy si zvládl udělat kde který zručný chalupář, začalo se velmi záhy šindelářství specializovat a věnovali se mu odborně vyučení řemeslníci, jejichž krásnou práci můžeme mnohdy obdivovat ještě dnes. Nejpoužívanějším materiálem k výrobě šindele je smrk. Méně často pak modřín či jedle. O výběru materiálu tak obvykle rozhodovala zejména cena, která byla samozřejmě u smrku nejnižší. Obsah pryskyřic je však tou nejpodstatnější vlastností dřeva, ze kterého je šindel vyroben. Modřín obsahuje samozřejmě největší množství těchto látek a modřínové šindele tak nejdéle odolávají povětrnostním podmínkám a hnilobám. Právě kvůli této vlastnosti a také dostupnosti byly modřínové šindele také nejdražší.

Šindel se pokládal zpravidla ve dvou vrstvách na latění, na které se přibíjel hřeby. Na obklad stěn se zpravidla užívala jediná vrstva. Myslíte si, že zvládnete udělat šindel? Pokud ano, tak vězte, že základ šindelové střechy leží někde hluboko v lese a nikoliv v hromadě kulatiny, která vám má posloužit v zimě jako topivo. Dřevo by mělo mít nejlepší vlastnosti a mělo by se velmi blížit dřevu houslařskému. Smrk má velmi dobré rezonanční vlastnosti, které se užívají právě i při výrobě hudebních nástrojů. Jde však o dřevo, které neroste všude. Léta stromu musí



být rovnoměrná, rovně rostlá a nikoliv kroucená pod vlivem povětrnostních vlivů. Stromy vhodné k výrobě šindele se vybírají na stojato a jejich těžba probíhá v zimních měsících, kdy jsou stromy ve vegetačním klidu a obsahují tedy pouze mizivou část mízy. Kmen takového vytěženého stromu poté zůstává v lese, kde dochází k jeho dalšímu pozvolnému vysychání. Kmen zůstává v kůře, která pomáhá regulovat jeho vysychání, ale také funguje jako obinadlo. Vysychající kmen prochází náročným procesem plným pnutí a uvolňování napětí.

Pokud byste takový strom odkornili, mohlo by dojít velmi snadno k jeho roztržení vlivem vnitřního pnutí a takový kmen by ztratil velkou část své hodnoty.

Výroba šindele začíná pokrácením vybrané části kmene na špalky požadované délky. Ty se následně odkorní. Poté následuje štípání, jehož účelem je vytvořit maximum vhodných štěpků, jejichž struktura maximálně respektuje rovnoběžnost vláken s osou šindele. Šindele se neřežou, ale štípají, protože štípané dřevo respektuje přirozenou strukturu dřeva a dřevo je tak více uzavřené a tedy odolnější vůči vnějším vlivům.

Naštípaný šindel se poté povrchově doupraví tak, aby se odstranily zejména větší nerovnosti vzniklé např. při štípání. Poté se vytvaruje břit a vytvoří drážka. Po naštípaní a vytvarování šindele se nechává přirozeně schnout několik měsíců, čímž se dosáhne větší tvarové stálosti dřeva.

Šindele jsou současnými šindeláři obvykle dodávány v nejrůznějších délkách a tvarech, podle přání zákazníka. Kónické šindele obvykle mají ale specifický účel a lze je tedy použít pouze na omezené množství architektonických prvků. Estetický, izolační a kvalitativní vlastnosti nelze šindeli upřít. Štípaný šindel navíc nevyžaduje tak častou péči, jako šindel řezaný a jeho odolnost proti nepříznivým přírodním vlivům je také nepopíratelná, zvláště proti kroupám.



	ZAVODNÍ LOĎ	PŘE	LOŠÍ MASO	ROZSUDEK		KULOVITÁ BAKTERIE	INICIÁLY REŽISERA VÁVRY	LYŽAŘSKÉ VĚTROVKY	POCIT SOUCITU	MILNEEC		DOMÁCKY LIANA	ZNAČKA ABVOLTU	POSEKAT	KLADNÁ ELEKTRODA	KOVANÁ HUL SE SEKÝRKOU
HLAVNÍ MĚSTO NORSKA					AUSTRAL. VACNATEC RÁNA SEKÝROU						LAPACÍ ZARÍZENÍ					
1. DÍL TAJENKY											ŽENSKÉ JMENO ZN. VOLT-AMPERU					
MALÝ MOST (Fidce)						JIHOČESKÁ REKA KŘÍDLO BUDOVY							365 DNÍ ZÁČATEČNÍK			
SQU-HVĚZDÍ (Beran)					NEROST (uhličitan sodný) UTAJOVAT							DLOUHÁ CHVÍLE KOVOVÝ PRVEK (Zn)				
	HLUBOKÝ MUŽSKÝ HLAS	NÁRODNÍ LISTY (zkr.) 2. DÍL TAJENKY			SDRUŽENÍ PODNIKU NÁPLŇ BUCHET						VELKÝ ZOBAK PŘESTAT LÍTAT					
KOŽEŠINA KE KRKU				NEPLATNÝ PRÁVNÍ AKT OCHOTNĚ						DIVADELNÍ UMĚLKYNĚ ČES. HEREC (Tomáš)				UKAZATEL SMERU V AUTĚ		ÚTOK
ARMÁDA SPÁSY (zkratka)			MENŠÍ ROJE RADIO-LOKÁTOR						HONBA PORODIT							
PROŽÍT (dovolenou)							JEDEN Z PRSTŮ POLYNĚSKÝ NÁPOJ							CELNÍ KÓD LITVY ŠPANEL ŠLECHTIČNA		
	UDÍLET RADY CESTOVAT AUTEM					MALÝ KŮŇ STĚNY							DIABETICKÝ (slang.) REMÍZA V SACHU			
SLOUČE-NINA JODU S KOVEM						ZAVANOUT CELNÍ KÓD USA						STŮL V DÍLNĚ RUSKÝ SOUHLAS				
PRVNÍ ŽENA				3. DÍL TAJENKY												
ŠKROBENÍ				OBYVATEL ASIE						NECHÁ-PAVY ČLOVĚK						POMŮCKA: ARIES, TRONA, BOA, TER.

Abú Zabí: Nejdražší dovolená světa

Zřejmě nejdražší dovolenou světa nabízí movitým turistům jeden superluxusní hotel ze Spojených arabských emirátů. Za cenu milionu dolarů (asi 20,4 milionu Kč) získají zájemci týden života v ohromujícím přepychu, což váženým hotelovým hostům prý alespoň na chvíli pomůže zapomenout na starosti způsobené finanční krizí. Týdenní dovolenou pro dvě osoby nabízí hotel Emirates Palace, nacházející se v hlavním městě Abú Zabí. Cena pobytového "balíčku" zahrnuje let první třídou z jakékoliv světové destinace a ubytování v apartmá Palace Suite o velikosti 680 metrů čtverečních. K dispozici jim po celou délku pobytu bude vlastní číšník a limuzína Maybach i s řidičem. Ve vybavení apartmá nebude chybět plazmová televize s úhlopříčkou 150 centimetrů, obrovský balkon a několik počítačů. Hlad mohou tito hosté utišit v kteroukoliv denní i noční dobu v jedné z 12 hotelových restaurací, z nichž některé disponují i vlastní harfenistkou.



Palace Suite se skládá ze tří "královských" ložnic, elegantní jídelny a vchodové haly se zlatými a stříbrnými lustry. Hotel obklopují kilometry nádherných pláží, ale disponuje rovněž i dvěma obřími bazény, ultramoderními lázněmi, tělocvičnami a tenisovými kurty. Součástí "milionového" pobytu jsou také tři cesty v soukromém tryskáči po okolních zemích arabského světa. První cesta bude směřovat do Íránu a je spojená s návštěvou dílny na výrobu koberců, v níž budou mít zámožní turisté možnost utkat si vlastní perský koberec. Další na řadě je výlet do

Jordánska s návštěvou exkluzivních lázní na břehu Mrtvého moře. Zlatým hřebem celé dovolené, kterou hotel Emirates Palace na svých webových stránkách inzeruje jako "speciální nabídku", pak zřejmě bude potápění za perlami u pobřeží Bahrajnu. Nalezené perly pak místní zlatníci ozdobí a hosté je později dostanou na památku.



Ani během zbytku pobytu se patrně nikdo nebude nudit. Návštěvníci hotelu Emirates Palace si užijí rybářského výletu na moře, vyrobí si vlastní parfém a vyzkouší si golf v prvotřídním golfovém klubu v Abú Zabí. Hotel Emirates Palace je oblíbenou zastávkou mnoha celebrit a politiků. Přenocoval zde například bývalý prezident Bush, americká ministryně zahraničí Riceová či bývalý britský premiér John Major. Ze slavných herců tu v poslední době byli například Ben Kingsley, Susan Sarandonová a Catherine Deneuveová.

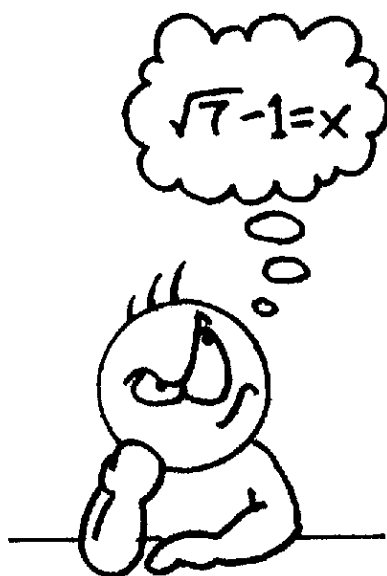


(zdroj: <http://cestovani.tiscali.cz>)

Mysl bystřící stránka

K názvům stromů se pokuste správně přiřadit jejich plody

- | | |
|-------------|---------------|
| 1. dub | A. jeřabina |
| 2. jírovec | B. jablko |
| 3. borovice | C. kaštan |
| 4. buk | D. lusk |
| 5. líska | E. žalud |
| 6. jalovec | F. šiška |
| 7. ořešák | G. „nos“ |
| 8. jeřáb | H. bukvice |
| 9. javor | I. ořech |
| 10. jabloň | J. ořech |
| 11. akát | K. jalovčinka |



Sedm tipů, jak pít víc

1. Začněte den tím, že si hned po probuzení dáte sklenici pramenité vody s čerstvě vymačkaným citronem nebo s jednou lžící jablečného octa. Nastartujete tím zažívací trakt a látkovou výměnu.
2. Zvolíte-li vodu s příchutí, pravděpodobně zjistíte, že vám nápoj více chutná. Na trhu jsou k dostání ochucené neperlivé vody s nulovým obsahem kalorií.
3. Ke každému šálku kávy nebo hrnku černého čaje si dejte sklenici vody. Kofein působí močopudně, což vede ke ztrátě tekutin.
4. Množství přijímaných tekutin lze kontrolovat pitím předem připraveného nápoje z plné lahve o známém objemu. Postavte si lahev na stůl a uvidíte, že večer bude vypitá.
5. Doporučuje se pít průběžně po celý den od samého rána. Zvykněte si doplnit snídani, oběd, večeři i svačiny vhodným nápojem. Pravidelný přísun vody udrží tělo po celý den aktivní a umožní správné fungování důležitých orgánů. Působí jako očistná kúra.
6. Každý den si dopřejte dostatek ovoce a zeleniny, mají vysoký obsah vody.
7. Ve svém jídelníčku nezapomínejte na polévky, které jsou vhodným doplňkem pitného režimu.



„Dnes moje žena zachránila život několika chodců!“ „No to je úžasné! Jak to dokázala?“ ... [text tajenky]

POMŮCKA: ANKR. TAPIS, RIES, ANIMUS.	KLADNÁ ELEKTRO- DA	DROBNÝ KOPYT- NATEC	BEDUÍN- SKÝ PLAŠT	MÍSTO V SESTAVĚ	HOUKAT (dětsky)	ODDĚLENÉ MÍSTO V KOSTELE	VOJENSKÁ AKADEMIE (zkratka)	POBÍDKA	VOJENSKÉ VOZIDLO		OBYTNÝ VNITŘNÍ DVŮR	JAPONSKÁ MILE	DIVADELNÍ JEDNÁNÍ	DROBOUN- KÁ	JIHO- EVROPAN	ASLISKÝ JELÍNEK
PŘÍZPŮ- SOBIT										DUMASŮV MUŠKETÝR						
1. DÍL TAJENKY										NAPODOBO- VATÍ HODINY KLUB LED. HOKEJE (zkr.)						
OMÁSTEK (nářečně)							KOLÍK U CIR- KUS. STANU OBRAZ MUŽE (dle Junga)					NÁPOR PROPADLÉ				
RUSKÝ SOUHLAS			OTEC (morav.) VÁNOČNÍ RYBA					KRATŠÍ FILM. SNÍMEK SPOJKA (čili)					ILONA (domácky) UŠATÁ ZVÍRATA			
AFRICKÝ NARODNÍ KONGRES (zkratka)			TUNA (sloven.) PAŘÍŽ. MOD. SALON					INDIÁN JMÉNO HERCE PACINA							3. DÍL TAJENKY	LIST PAPIRU
	SMUTNO	INIC. HERCE DELONA 2. DÍL TAJENKY			KATEŘINA (domácky) ZIM. SPORT. NAČINÍ					HLAVNÍ MÍSTO RUSKA ZUŘIVOST						
DRUH KOBERCE						ZMATEK PATŘÍČÍ LEOVI					HIT ÚTOK JIZDY					
KLUB EVROP. STATŮ V EU									AFRICKÝ STÁT LITERÁRNĚ TVORIT					POVZDECH RYBAŘSKÁ POTŘEBA		
ZKRATKA STREDY		1 000 ARCHŮ (v Německu) PRAŽSKÉ DENTAL. DNY						NATO ZNAČKA ŽEHLIČEK					KOČÍHO STŮJ ELIŠKA (domácky)			ČÁST UST
ÚDER NOHOU			NEBOŤ (nářečně) ZNAČKA LITHIA				ZNAČKA KOL ŘÍMSKÁ ČTYRKA					STÁTNÍ POKLADNA ADOPTIVNÍ PÉČE (zkr.)				
PŘIPOMÍ- NAJÍCÍ NUDLE										LOUŽE						
ODDĚLO- VAT PO ŽDIBČÍCH										DŮLEŽITÝ TECHNICKÝ NEROST						

Znáte české Večerníčky?

Znalost večerníčků je pro správné dědečky a babičky nezbytná. Máme za to, že je v dnešní hektické době nanejvýš vhodné zachovat přízeň roztomilým příběhům, prostým jakéhokoli hrubého násilí, kriminality, zpronevěr a politiky. Prokažte své znalosti v našem testu.

1) Loupežník Rumcajs byl původní profesí:

- a) Kovář
- b) Myslivec
- c) Švec
- d) Správce



2) Který herec ztvárnil v Krkonošských pohádkách Krakonoše?

- a) František Peterka
- b) Václav Satoranský
- c) Ilja Prachař
- d) Ondřej Vetchý

3) Se zlomyslnou vránou měli neustále problémy Štaflík a:

- a) Žeryk
- b) Bagetka
- c) Špagetka
- d) Ron

4) Z pera Karla Čapka vzniklo krásné povídání o pejskovi, který se jmenoval:

- a) Žeryk
- b) Max
- c) Dášenska
- d) Bob

5) Překrásný večerníček O Maxipsu Fíkovi výborně namluvil pan:

- a) Dvořák
- b) Nárožný
- c) Prachař
- d) Lábus

6) Strýčkem Tipa a Tapa byl:

- a) Berry
- b) Tik
- c) Fido
- d) Timur



7) Největší kamarádka Hurvínka se jmenuje?

- a) Mánička
- b) Katka
- c) Alenka
- d) Žofka

8) Kamarádkou Maxipsa Fíka bylo děvčátko, které se jmenovalo:

- a) Dája
- b) Ája
- c) Kát'a
- d) Pét'a

9) Mach a Šebestová byli žáky:

- a) 1.B
- b) 2.C
- c) 3.B
- d) 6.A

10) Ve kterém Večerníčku opakovaně zaznělo, že „práce šlechtí“:

- a) O Makové panence
- b) Krkonošské pohádky
- c) Hroši
- d) Králíci z klobouku

11) Ha hradě Kulíkově byl se zvířátky pana Krbce duch:

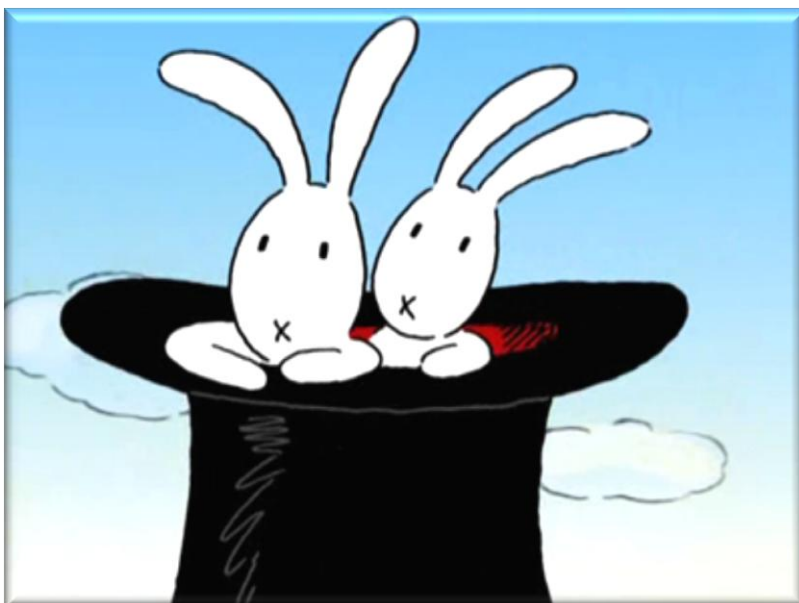
- a) Zloduch
- b) Vilík
- c) Hromburác
- d) Ruprecht

12) K poučným příhodám o Jájovi a Pájovi patří vysloužilý námořník:

- a) Severín
- b) Albert
- c) Děda Šmoula
- d) Děda Lebeda

Správná řešení

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
C	A	C	C	A	C	A	B	C	D	D	D



Povídkový koutek Jardy Skalického

Na vejšlapu

(část 1.)

Je už to nějaký pátek, co jsem holdoval pěší turistice. Léta utěšeně ubíhala a spolu s nimi mi kolem boků narůstala neméně utěšená pneumatika. I moje drahá polovička se na mou postavu už nedívala s takovým zájmem jako kdysi. Když jsem si to uvědomil, zatrnulo mi. Tohle přeci nemůžu



nechat jen tak. A hned druhý den jsem se přihlásil do posilovny. Lidi, takových mašin jsem už dlouho neviděl. A to jsem začínal ve fabrice. Po několika týdnech usilovného cvičení, které mi, kromě části tuku, totálně odbouralo i manželčinu úctu, jsem seznal, že na to musím jinak. Jednak mě už nebavilo ženino špičkování a za druhé jsem se v kolektivu posilovny stal oblíbeným terčem vtipů. V posilovně jsem se už neukázal, a

raději zkusil způsob, který mi doporučili čtyři doktoři z pěti, které jsem v zoufalém afektu navštívil. Tím způsobem, při němž se prý nejvíce hubne, je prachobyčejná chůze.

V duchu jsem zajásal. Tohle zvládnou a ještě navíc za to nemusím platit hříšné peníze. Začal jsem chodit všude pěšky. Do práce, na nákupy, do schodů (to je, pane, cvičeníčko, když se vlečete do sedmého patra s nákupními taškami nacpanými k prasknutí), skoro všude jsem se dostal po svých. A na auto v garáži jsem pomalu zapomínal. Postupně jsem získával sebevědomí a ztrácel kila. Začínal jsem věřit, že je mým osudem být štíhlý a zdatný. Jenže jak to tak bývá, přátelé, ruka osudu je tvrdý soudce. A jeho rozsudky dokážou pěkně pošramotit i tu nejpevnější sebedůvěru. Měl jsem už v nohách nejeden kilometr a já jednoho nádherného pátečního odpoledne, chvátaje z práce, narazil na plakátovací plochu, kde viselo oznámení: Velký 100 km pochod o ceny. První cena: Zájezd na Bahamy. Nadšeně jsem si představil, jak mi manželka klečí u nohou a zbožně mi hledí do očí. V pozadí palmy a nádherný západ slunce zrcadlící na tisících hřebenech vln. I datum bylo víc než příhodné, právě zítra. To má manželka narozeniny. Cena za vítězství by byla víc než

příjemným překvapením. Už nyní jsem se pevně rozhodl, že se postavím na start. Ráno bylo víc než krásné, slunce svítilo a ptáci si mohli vyzpívat hlasivky. Manželka, utahaná po tvrdé směně u pokladny v supermarketu, tvrdě spala. Skoro jsem jí záviděl. Doslova jsem se vykradl z ložnice a vyrazil do koupelny. Nezbytný ranní rituál, při němž mě poněkud rozladil nečekaný pád zrcadla na zem, byl dílem několika okamžiků. Nejsem osoba pověřivá (na rozdíl od manželky), a tak mi střepy nálady nezkazily. Avšak ani nechtěný hluk mou drahou polovičku nedokázal vypudit z Morfeovy říše.

Hbitě jsem uklidil následky nehody. Po krátké snídani jsem si obul zábovní tenisky a vyrazil ze dveří. Na startu se už tísnil velký počet lidí. Od pořadatelů jsem získal startovní číslo 1313, vyfasoval mapu s vyznačenou trasou a začal s napětím očekávat startovní výstřel. Padla rána a víc jak mnohanohé stádo lidí se s dupáním vydalo na trasu. Zpočátku šlo všechno dobře. První soupeři odpadávali již po pár kilometrech. Nechával jsem za zády sípějící a láteřící trosky, které nechaly vlastní údy na holičkách. Tvrdý trénink se mi začínal vyplácet. Kilometry rychle ubývaly, a mně se šlo

v celku dobře. Chvíli jsem se bavil počítáním patníků, stromů a tak dál. Dokonce jsem z dlouhé chvíle počítal i černé kočky, kterých přes cestu přebíhalo vcelku dost. Jejich počet mě však přestal zajímat už u čísla deset. Silnice vedla mírně zvlněnou krajinou a kroutila se jak příslovečný had. Okolo třicátého kilometru se však



krajina výrazně změnila. Nízké pahorky byly vystřídány prudšími svahy, které se postupem času změnily na prudké srázy. I silnice, původně kvalitní asfalt, změnila svůj povrch na drsný štěrk. Stále jsem doháněl ty, kteří své síly buď přecenili, nebo je nedokázali náležitě rozložit.

Mezi nimi byla i žena, která mi kohosi připomínala. Začalo ve mně klíčit zvláštní podezření. Sledoval jsem ji pohledem tak úporně, že jsem přestal vnímat okolní terén. Znělé zadunění mě vytrhlo z fascinace. Na mé oči padla tma. Když jsem přišel k sobě, a podařilo se mi zaostřit zrak. Spatřil

jsem nad sebou sklánějící se ženu. Dopravní značka, pozor chodci, za jejími zády ještě vibrovala. Tedy takový pohled bych vám přál. Moje zákonitá manželka není sice k zahození, ale tohle je snad zhmotněný sen všech mužů. I ten ustaraný pohled byl tak líbezný, že se mi v žilách málem vařila krev. Vydrápal jsem se na nohy a vysoukal ze sebe jakés takés poděkování. A začal si s hlasitým sykáním zamačkávat velkou bouli, která se mi usadila přímo na čele. Zvonivý smích mi konečně prozradil, s kým mám tu čest. Takový smích měla jen jediná osoba. Moje bývalá spolužačka. Tajně jsem ji miloval. Přestal jsem si zamačkávat ozdobu hlavy a oslovil ji. Mé dohady se potvrdily. Překvapeně odpověděla. Byla to ona. Neviděl jsem ji dobrých patnáct let. Udivilo mě, že se z nohaté a hubené holky, která navíc nosila obrovské brýle s kostěnými obroučkami, stala taková lamačka mužských srdcí. Už už jsem se hotovil k tomu, že ji pozvu kamsi na oběd, když tu se objevil kdosi třetí. Tedy, pokud existuje na světě kříženec King Konga s Rambem, pak jsem takové monstrum viděl před sebou. Má znovuoobjevená kamarádka ztuhla. Sykla koutkem úst, že je to její manžel. Šíleně žárlivý vůl, který skoro všechno řeší pěstmi. To mi nemusela říkat. Bylo to víc než vidět. Obluda se ke mně hnala rychlostí rychlovlaku a už zdaleka byl slyšet dunivý hlas, pronášející nadávky, při kterých padalo listí ze stromů. Žel bohu, mé reakce po kolizi se značkou byly ještě značně pomalé, takže než jsem se vzpamatoval, držely mne za límec dvě ohromné lopaty. K dovršení všeho jsem seznal, že se mé podrážky vůbec nedotýkají země. Ovládly mě instinkty. Strach mi propůjčil netušenou sílu. Veškerou svou energii, jsem vložil do mocného kopance. Zabralo to. Ale jinak, než jsem čekal. Místo toho, aby mě ten chlap pustil a složil se s úpěním na zem, tahle kreatura mě odhodila do hustého hloží rostoucího hned u cesty.



Zapadl jsem do něho jak těžkotonážní buvol do bažiny. Zlobné zavytí roztrásl keř, který se už beztak klepal v rytmu mého nekontrolovaného strachu. Hledal jsem pokud možno nejschůdnější trasu vedoucí k opuštění nezáviděníhodného stanoviště a bezděčně vyslechl jednu z nejzúřivějších hádek mého života. Kupodivu měla navrch ona. Upřímně řečeno, v duchu jsem si blahopřál. Mít doma stvoření s takovou vyřídilkou by byl můj hrob.

(konec 1. části)

PODÁVÁNÍ STÍŽNOSTÍ

KOMU SI STĚŽOVAT:	JAK:	KDO:	JAKÝM ZPŮSOBEM:
➤ SOCIÁLNÍ PRACOVNÍCI ➤ PRACOVNÍKŮM SOSLA ➤ ŘEDITELI SOSLA ➤ NADŘÍZENÝM ORGÁNŮM	➤ ÚSTNĚ ➤ PÍSEMNĚ ➤ ANONYMNĚ	➤ KLIENT SLUŽBY OSOBNĚ ➤ KLIENT V ZASTOUPENÍ (JEHO ZÁKONNÝ ZÁSTUPCE, JEHO RODINNÝ PŘÍSLUŠNÍK, FYZICKÁ ČIPRÁVNICKÁ OSOBA ZASTUPUJÍCÍ KLIENTA) ➤ ZAMĚSTNANEC SOSLA	➤ ÚSTNĚ ➤ VHOZENÍM DO SCHRÁNKY PŘED JÍDELNOU ➤ POŠTOU ➤ ELEKTRONICKOU POŠTOU ➤ TELEFONICKY
PRAVIDLA:			
➤ PODÁNÍ STÍŽNOSTI NEMÁ ŽÁDNÝ NEGATIVNÝ VLIV NA POBYT A PÉČI ➤ U ANONYMNÍ STÍŽNOSTI BUDE ŘEŠENÍ VYVĚŠENO NA NÁSTĚNKÁCH ➤ SOCIÁLNÍ PRACOVNICE JE POVINNA VÁS O VÝSLEDKU ŘEŠENÍ STÍŽNOSTI INFORMOVAT DO 30-TI DNŮ OD OBDRŽENÍ STÍŽNOSTI ➤ VAŠE STÍŽNOST BUDE VŽDY ŘEŠENA			
SOSLA JANÁČKOVA 1003 563 01 LANŠKROUN TEL.: 465 503 001	MĚSTSKÝ ÚŘAD NÁM. J. M. MARKŮ 12 563 01 LANŠKROUN TEL.: 465 385 263	VEREJNÝ OCHRÁNCE PRÁV OMBUDSMAN ÚDOLNÍ 39 602 00 BRNO TEL.: 542 542 111	ČESKÝ HELSINSKÝ VÝBOR ŠTEFÁNIKOVA 21 150 00 PRAHA 5 TEL.: 257 221 141
			MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ NA POŘÍČNÍM PRAVU 1, 128 00 PRAHA 2. TEL.: 221 921 111

Váše tvorba

Vážení přátelé,

já Vás všechny zdravím. 24. června navštívil náš Domov v rámci Čermenských slavností soubor ze Slovenska. Krásní šuhaji a frajárky nám předvedli tance z jejich kraje. Obdivuji hbitost jejich nohou, těla a jejich hudbu. Úraz se může stát nejen na silnici, ale i na jevišti, kde je dřevěná podlaha. To se stalo i některým tanečníkům a ti nás proto nemohli navštívit. I přesto nás velice potěšilo, že i po namáhavých vystoupeních na Čermenských slavnostech, soubor náš Domov navštívil a tanečníci si nakonec zatančili i s našimi seniory. A nám nezbyvá, než za to krásné odpoledne ze srdce poděkovat a popřát jim mnoho úspěchů, málo úrazů a našemu vedení nejen za to, že tento soubor zajistili, ale také za to, že připravili prostředí, aby se vešli i vozíčkáři, za což jim patří velký dík.

Zdraví všechny Anežka



Vážení přátelé,

já Vám přeji dobrý den. V roce 1946 jsme se přestěhovali do pohraniční obce Tatenice. Jako mladí lidé, novomanželé, plni naděje a očekávání. Já jsem se chtěla rychle seznámit s lidmi, kteří chtěli také jako já začít nový život. Většinou to byli zemědělci, kteří si zajistili kromě bydlení co nejvíc zemědělské půdy. A já zas, kde se bude cvičit. A protože takových lidí tady bylo víc, založil se TJ Sokol i hasičský sbor.

A členové dali dohromady fotbalové mužstvo, ale chybělo hřiště. Až jak se zbouraly dva dřevěné statky, členové sokola a všechny složky hasičského sboru se daly do práce. Začalo se uklízet rumisko s pomocí místních sedláků, kteří se svými koňmi odváželi rumisko pryč. Obecní úřad zajišťoval různá povolení na okrese i peníze. Dalo to moc práce, než vzniklo hřiště. Jenže to nestačilo, chyběly lavičky, kabiny na převlékání, ale kde je dobrá vůle a šikovné ruce, tak se vše podaří a na 1. máje stála na hřišti první májka.

A začal se hrát fotbal! Nejen u nás, ale i v jiných obcích a městech. Chlapci sedli na kola, některým maminky strčily i děti a ty už po cestě křičely: „Do toho! Do toho!“. A já jsem se starala o to, kde se bude cvičit. Napřed začaly školy na hřišti i ve škole. Po smrti pana Hegera se zavřela hospoda a Sokol dostal do nájmu celý sál. A děti mohly cvičit i ve volném čase. A začala Spartakiáda. Celá ves se zapojila a my členky Sokola jsme se po nácvičku dostaly až do Prahy, do okresních měst i na Slovensko. A první, co jsme se naučily, jsme předvedly na našem hřišti i ve škole za veliké účasti našich občanů.



To již bylo nové vybavení kabin, sprchy, sociální zařízení, které bylo vybudováno za veliké pomoci obecního výboru, a předsedy Sokola Jiřího

Smrkala a všech členů Sokola, kteří obětovali svůj volný čas. Pomáhali i občané. A když přišli domů, unavení, hladoví, nemluvil s nimi ani kredenc. A dnes, kdyby nebylo naše hřiště, tak by si neměla kde hrát naše mládež a zbyla by jim jen ta hospoda. A hlavně by nevyrostl fotbalový dorost, naše naděje. Já sama jsem se věnovala Sokolu celá mladá léta. A dnes mohu již jen sledovat, že Sokol v Tatenicích stále žije. Dokud to budete dělat s láskou a poctivostí, všichni členové, tak já mohu klidně zemřít s vědomím, že je o naši mládež postaráno.

Na památku k šedesátému výročí založení Sokola v Tatenicích zapsala své paměti Anežka Šimečková



ZÁPIS ZE SCHŮZE OBYVATEL

ČÍSLO: 6.

DATUM: 13. ČERVNA 2011

PRŮBĚH:

1. Připomenutí minulé schůze obyvatel, podpis zápisu z minulé schůze zástupcem z řad obyvatel.
2. Klienti byli požádáni v případě změny bohoslužby, aby to nahlásili sociálnímu úseku, který upraví plakáty.
3. Klientům bylo připomenuto, aby vraceli krabičky od večeře (klienti, kteří chodí do jídelny), v případě, že se krabička nevrátí, kuchař nemá do čeho dát studenou večeři. Všechny krabičky jsou označeny jménem klienta a je zde uvedena i dieta.
4. Klienti byli seznámeni s výpadkem elektřiny, který bude 15. června 2011 od 8:00 do 14:00 hod. Strava bude objednána z jídelny Madoret. Klienti mají možnost volby ze dvou jídel. V případě výměny stravy bylo klientům připomenuto nahlášení v kantýně.
5. Klienti byli seznámeni s novým přehledem základních činností, který je určen pro Domov pro seniory a Odlehčovací služby. Tento přehled základních činností byl aktualizován – např. navýšení kapacity Domova pro seniory, vyhrazení nového prostoru pro kouření, otevírací doba kantýny (Od 7:00 do 12:00 hod a od 13:30 do 18:00 hod.).
6. Klienti byli seznámeni s novým pracovníkem – paní Lea Poláčková, která bude součástí zdravotního úseku a bude pracovat jako aktivizační pracovnice a rehabilitační pracovník na půl úvazku.
7. Klienti byli seznámeni s kondičním cvičením, které se bude konat v úterý od 10:00 hod, cvičení povede paní L. Poláčková a v pátek od 13:00 hod, cvičení povede E. Chlupová v tělocvičně v suterénu budovy Domova.
8. Klienti si přejí více salátu a zeleniny, předáno nutričnímu terapeutovi.
9. Volná diskuze.

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: 009

e-mail: mzdy@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

