

DŮCHODNÍČEK



PRO KLIENTY SOSLLA ZDARMA

OSTATNÍ 10,- KČ.

JARO 2017

CO NAJDETE V DŮCHODNÍČKU

3 – 4.....	Aktuality, Informujeme, Připravujeme, Chystáme
4 – 7.....	Jarní oslavenci, Ohlédnutí
8	Zápis ze schůze obyvatel
9 – 12.....	Pokračování vzpomínek – ohlédnutí za rokem 2014
13 – 16.....	Vyprávěcí koutek pana Jaroslava Skalického (dobrovolník)
17 – 21.....	První jarní rostliny
22 – 24.....	Mezinárodní den žen
24 – 27.....	Povídání o Velikonocích
27 – 28.....	Vyhodnocení průzkumu spokojenosti klientů Domova pro seniory
28 – 29.....	Vyhodnocení průzkumu spokojenosti rodinných příslušníků klientů
29 – 30.....	Velikonoční trénink paměti
31 - 32.....	Kontakty Sociálních služeb Lanškroun
33.....	Důležitá telefonní čísla

ÚVODNÍČEK

Vážení čtenáři Důchodníčku,

čas nezadržitelně běží, měsíc únor se svými krátkými dny nám utekl jako voda a máme tu měsíc březen. Sluníčko už nás pomalu ohřívá svými paprsky, na loukách a zahradách se objevují sněženky a bledulky. Zima se pomalu zřikává své vlády a žezla se ujímá veselé, slunečné, energické **JARO**. Na jaře se vše nové probouzí, tráva se začíná zelenat, po ránu nám ptáci zpívají pod okny - to vše s sebou přináší jaro.

Měsíc **březen** je podle gregoriánského kalendáře třetí měsíc v roce. Má 31 dní. Český název měsíce pochází z **rašení bříz** a začátku **březosti zvířat**.

V měsíci březnu dochází ke **změně zimního času na letní**. Ke změně na letní čas dojde **v neděli 26. března 2017 a čas se posune v noci ze 02:00 hod. na 03:00 hod.**

V aktuálním čísle **Důchodníčku** máme pro Vás připravené aktuality, ohlédnutí, oslavence a spoustu dalšího zajímavého čtení.

UPOZORNĚNÍ

**V MĚSÍCI DUBNU SE MĚNÍ VÝPLATNÍ DEN ZŮSTATKU Z
DŮCHODU.**

PŘESUNUJE SE NA 18. DUBNA 2017 Z DŮVODU SVÁTKU.

Váš Důchodníček

AKTUALITY

V NAŠEM DOMOVĚ JSME PŘIVÍTALI:

☞ Paní Marie Šemberová



ROZLOUČILI JSME SE:

- | | | |
|---|------------------------|--------------|
| † | Paní Božena Kalousková | 22. 01. 2017 |
| † | Paní Anežka Šimečková | 23. 01. 2017 |
| † | Paní Hana Faltová | 16. 02. 2017 |



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

INFORMUJEME, PŘIPRAVUJEME, CHYSTÁME

V dubnu nás čeká:

Velikonoční dílna





Tradiční pálení čarodějnice a stavění májky

A proto doufáme, že nám vyjde krásné počasí a budeme si moci posedět společně venku.

Líhnutí kuřátek

v dubnu budeme doufat, že se nám vylíhnou kuřátka jako minulý rok.



Hudební vystoupení s písníčkami od Karla Hašlera

s názvem „Procházka Prahou s Karlem Hašlerem.“ Posluchači v tomto díle půjdou pomyslnou procházkou z jeho rodného Zlíchova a budou zpívat písničky, které se vážou k mnohým místům „Staré Prahy“. Dozvědí se mnoho nových zajímavostí o Karlu Hašlerovi, a také o jeho milované Praze.

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

Výplata zůstatku z důchodu proběhne v úterý **18. dubna** a v pondělí **15. května 2017** 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

BŘEZEN – Krupková Jarmila, Brokešová Anna, Frgalová Františka, Kovářová Jarmila, Bergmannová Hana, Klementová Květoslava, Pacholíkova Blažena, Smrekovská Alžběta.

DUBEN – Benedíková Marie, Hrabalová Danuše, Šemberová Marie, Klepetková Hana, Felcmanová Jaroslava, Minářová Jaroslava, Severýn Zdeněk, Marešová Jarmila, Jirásek Jaroslav.

KVĚTEN – Vymazalová Věra, Poselová Zdeňka, Kubcová Stanislava, Bílá Libuše, Lopeň Lubomír, Minář Michael.



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

OHLÉDNUTÍ

ÚSPĚCH DOMOVA SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM

Sociální služba Domov se zvláštním režimem, která je součástí Sociálních služeb Lanškroun získala certifikát Vážka. Jedná se o velmi prestižní ocenění, které se uděluje za kvalitně poskytované služby lidem s různými typy demence. Tento certifikát uděluje Česká alzheimerovská společnost.

Zjišťování kvality poskytovaných služeb bylo zahájeno návštěvou auditorského týmu 25. listopadu 2016. Hodnotilo se několik oblastí, mimo jiné aktivizace, zdravotní péče, prostředí, ale hlavně byl kladen důraz na individuální přístup a na důstojnost klienta.

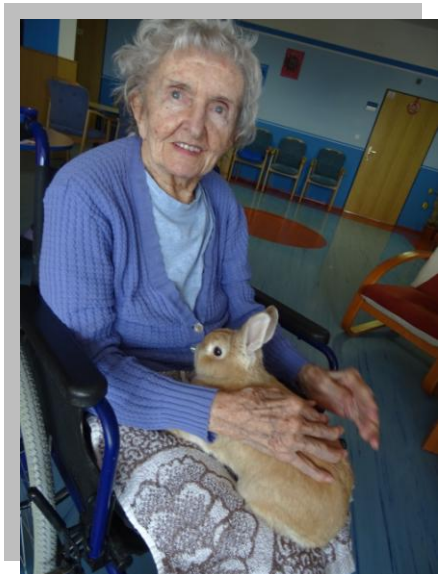
Cílem certifikace Vážka je poskytovanou péči osobám trpícím demencí neustále zvyšovat a zlepšovat, proto je certifikát udělen pouze na dobu 24 měsíců.

Udělení tohoto ocenění je pro naše pracovníky velikou odměnou za jejich kvalitně vykonávanou práci, a pro klienty a širokou veřejnost signálem, že naše služby jsou poskytovány na vysoké úrovni.



VALENTÝNSKÝ DEN SE ZVÍŘECÍMI KAMARÁDY

Dnes jsme u nás v Domově přivítali naše dvě psí kamarádky, a to fenku Sofi a fenku Ťapku. Sofinka náš Domov navštěvuje pravidelně, zato Ťapinka je u nás poměrným nováčkem. Nádherně se, ale tyto dvě psí kamarádky doplňovaly. Sofinka se věnovala klientům,



kteří se procházeli po chodbách, zato Ťapinka, která je menšího vzrůstu navštěvovala klienty na pokojích a ulehala společně s nimi do postele. Nezapomněli jsme ovšem také na kočku Micku a na králíka Happyho, kteří potěšili nejednu lidskou náruč.

MASOPUSTNÍ VESELÍ

Masopustní veselice
veselá je převelice.
Lidé vodí po vesnici
medvěda i medvědicí.
Tancuj, tancuj, medvěde,
karneval se povede.



DEN KRÁSY V RÁMCI MDŽ

V rámci oslav MDŽ se náš Domov proměnil v salón krásy. Naše pozvání přijaly žákyně Střední odborné školy a Středního odborného učiliště Lanškroun, které se po celé dopoledne věnovaly našim klientkám. Jejich péče spočívala v masážích rukou a šíjí a péči o pleť. Nezapomněli jsme také navodit příjemnou atmosféru pomocí



vonných svíček a relaxační hudby, takže si naše klientky připadaly jako v opravdovém salónu.

Troufáme si říci, že se naše klientky svěřily do rukou profesionálek ve svém oboru, neboť slečny byly velice šikovné a dokonce jedna z přítomných žákyň vyhrála mezinárodní soutěž v kadeřnické a kosmetické tvorbě zvanou Kalibr Cup.

PUNTÍKATÝ PLES



Ve středu 15. března 2017 jsme naši kulturní místnost mohli alespoň na chvíli nazývat puntíkatá, jelikož se u nás konal tradiční ples a letošním tématem byly puntíky. Červené, žluté, zelené, fialové a mnoho dalších barevných puntíků byly vidět nejen na naší výzdobě, ale přípravu na ples nepodcenili

ani naši klienti. Přicházeli oblečení v puntíkatých košilích, šatech, kloboucích nebo šátcích. Malým překvapením byl taneční mistr pan Dr. Petr Veleta M. A., který nás provázel celým plesem, a protančili jsme s ním celé odpoledne. Nezapomněli jsme také na tombolu, ze které si každý odnesl nějakou výhru. Všem sponzorům, kteří nám přispěli darem do tomboly, moc děkujeme.

ZÁPIS ZE SCHŮZE OBYVATEL

ČÍSLO: 2.

DATUM: 6. 3. 2017

PŘÍTOMNI:

Mgr. Martina Kvapilová – VSÚ, nutriční terapeutka, klienti a jejich rodinní příslušníci,
Marcela Severová a Markéta Zuzkovičová – sociální pracovnice.

PRŮBĚH:

1. Připomenutí minulé schůze obyvatel, přečtení a podepsání zápisu ze schůze.
2. Přítomnost nutriční terapeutky, diskuze nad poskytovanou stravou a možnost vznést dotazy ke stravě.
3. Informování o degustační komisy, která nově funguje i o víkendech, kdy jídlo chodí ochutnávat pracovnice kantýny a zdravotní sestra ve službě.
4. Od 1. 3. 2017 lze provést Odhlášku max. na tři hlavní jídla (snídaně, oběd, večeře) za týden (poskytovatel má povinnost poskytovat celodenní stavu).
5. Výplata zůstatku důchodu bude v měsíci dubnu provedena až 18. 4. 2017, tj. po velikonočním pondělí.
6. 15. 3. 2017 se uskuteční Puntíkatý ples za přítomnosti pana Velety – tanečního mistra.
7. Klienti seznámeni s personálními změnami – od 13. 3. 2017 nová vrchní sestra M. Kolomá (odchod pí. Tručkové do důchodu), další schůzi obyvatel povede budoucí vedoucí sociálního úseku Marcela Severová Dis., novou soc. pracovnící DD a DZR bude Bc. Zuzkovičová – obě představeny (nástup Mgr. Kvapilové na mateřskou).

Zapsala dne 16. 3. 2017: Mgr. Martina Kvapilová.....
Janáčkova 1003, 563 01 Lanškroun
IČ: 75061849, DIČ: CZ75084848

Za klienty:.....

POKRAČOVÁNÍ VZPOMÍNEK – OHLÉDNUTÍ ZA ROKEM 2014

ROK 2014



ZABÍJAČKA A MASOPUST

(KRONIKA)

Zabijačka v domově pro seniory? Že to nejde? Tak to se pletete ... My jsme si ji u nás v Domově udělali 20. února 2014. V dopoledních hodinách jsme si s klienty nakrájeli sádlo, oloupali česnek, nakrájeli večku a připravili další věci na přípravu jitrnic. Pak jsme si společně ještě uškvařili škvarky. No moc se nám povedli, klienti si pomlaskávali, jak jsou dobré, že je dlouho neměli.

Odpoledne k nám dorazil pan **řezník Radovan Filip** se všemi potřebnými pomůckami na výrobu jitrnic a už se mohlo začít. V kuchyni nám uvařili **vepřové hlavy a připravili játra a střívka**. Pan řezník si za pomoci našich zaměstnanců i klientů připravil náplň do jitrnic, a pak je společně začali dělat. Když byly jitrnice hotové, tak jsme je uvařili a nechali do druhého dne vychladnout. Poté jsme naše klienty obešly a každému dali na ochutnání. Celý den byl doprovázen zabijačkovým menu. I na při tvorbě jitrnic bylo možno ochutnat naše škvarky, ovar a další dobroty. Atmosféru nám zpestřil **zpěv a hra** na harmoniku pana Popeláře. Hodovalo se, zpívalo a tančilo až téměř do pozdních odpoledních hodin. Všem se akce líbila.

Zabijačka u nás probíhala v rámci Masopustního týdne, který jsme tu měli od 17. do 23. února 2014. Výzdoba, jídlo i aktivity byly opět laděny tematicky – takže jsme si v tvořivé dílně vyrobili masopustní masky, k obědu jsme dostali jako zákusek koblížky.

RETRO BÁL

PÍŠE SE STŘEDA 19. BŘEZNA 2014 (KRONIKA)

Ve středu 19. března 2014 jsme si v našem Domově uspořádali již tradičně ples. Letošním tématem byl **Retro bál ve stylu 20. a 30. let 20. století**. Kdo chtěl, mohl se stylově obléknout, a všichni jsme ve dvě hodiny odpoledne šli plesat. Klientky, které měly zájem, si do vlasů mohly dát čelenky s květinou, které jsme společně vyráběli před plesem na tvořivé dílně. I výzdoba kulturní místnosti byla laděna touto dobou, měli jsme půjčeno mnoho rekvizit od jednoho sběratele a dobové šaty od naší zaměstnankyně, oběma tímto děkujeme za zapůjčení. Předměty nejen zkrášlily naše prostory, ale udělali jsme s nimi i několik fotek klientů i zaměstnanců. K

poslechu a tanci hráli **manželé Gallovi**, kteří byli nejen stylově oblečeni, ale zahráli i hudbu této doby. Na dokreslení atmosféry jsme ještě promítali na plátno film *Dívka v modrém* s Oldřichem Novým a Lídou Baarovou, samozřejmě pouze obraz, abychom nerušili zábavu. Všem se ples moc líbil, pochvalovali si, jak se to pěkně povedlo. Všem, kteří se podíleli na přípravě i průběhu plesu, děkujeme.

SKANDINÁVIE NA TALÍŘI

PÍŠE SE STŘEDA 10. DUBNA 2013 (KRONIKA)

Kulinářské hody opět zavítaly do našeho Domova. Tentokrát to byla od 24. do 28. března 2014 Skandinávie na talíři. Severské země se nám opět promítli do výzdoby, aktivit i do jídelníčku. Měli jsme možnost ochutnat místní speciality, kterým vévodily hlavně ryby. Na **tvorivé dílně** jsme vyráběli papírové soby, další den jsme si např. zahráli společenskou hru *Lovení rybiček*. Kavárnička s hostem ani tentokrát nechyběla. Pozvání přijal pan **Jan Vetchý**, který má osobní zkušenosti s cestováním nejen po těchto zemích. Přednáška byla zaměřena na cestu po Norsku, byla velice pečlivě a poutavě připravená, že jsme ji ani celou nestihli. Klienti však měli zájem slyšet i zbytek, takže po vzájemné domluvě máme slíbeno, že nám ji pan Vetchý přijde dopovídat. Celý týden se nám opět moc líbil a už teď se těšíme na další.

DEN KRÁSY

PÍŠE SE 19. KVĚTEN 2014 (KRONIKA)

Rádi zpestřujeme našim klientům jejich pobyt u nás. Proto jsme si 19. května 2014 k nám do Domova pozvali paní Marii Pulkrábkovou a paní Pavlu Minářovou, které k nám dochází i jako dobrovolnice, aby nám pomohli vytvořit pro klienty příjemné dopoledne. V kulturní místnosti jsme navodili **relaxační atmosféru** za pomoci přítmi, klidné odpočinkové hudby, plápolajících plamének svíček a promítání podmořského světa na plátno. Naše dobrovolnice postupně **namasírovaly** naše klienty, kteří se přišli podívat – každému kdo co chtěl, ať už to byla záda, krk, ruce nebo nohy. Všichni klienti odcházeli uvolnění, klidní, nabití energií a navíc s květinou ze zahrádky, jež dostali jako dárek od dobrovolnic. Dopoledne se vyvedlo a všem se líbilo, jak masérkám, tak klientům, a i nám, co jsme se podíleli na přípravách a průběhu akce. Dohodli jsme se, že toto setkání musíme zase někdy zopakovat, jak to bylo příjemné :)

CESTA ZA POKLADEM

PÍŠE SE ÚTERÝ 20. KVĚTNA 2014 (KRONIKA)

Proč nevyzkoušet **něco nového**. Počasí v úterý 20. května 2014 bylo na jedničku, tak jsme s pár klienty vyrazili ven hledat ztracený poklad. Sraz jsme měli u naší kantýny, kde klienti dostali do ruky **starou mapu k pokladu** s přesně vytyčenou

trasou i se zastávkami na splnění úkolů, které nás posunou blíž k cíli. Klienti postupovali přesně podle ní po našem okolí, hledali místa, kde se mají zastavit, a řádně plnili zadané úkoly, které vždy měli napsané v ruličce papíru, které dostávali od doprovodu, co šel s nimi A našli i poklad, jenž se schovával v **altánku** na zahradě za naším Domovem. Bylo to sladká odměna, kterou si všichni zasloužili a také si ji správně užili. Dopoledne strávené venku se nám líbilo a nikdo se nebránil tomu, že bysme to mohli zase někdy zopakovat.

RYBAŘENÍ U LANŠKROUNSKÉHO RYBNÍKA

KRONIKA 2014

Ano, i **rybařit** se u nás může. Samozřejmě jsme nešli **lovit kapříky** do našeho jezírka, ale zajeli jsme si k lanškrounskému rybníku, známému jako Krátký. Pan Radim Vetchý nám nabídl, že s námi a našemi klienty půjde k rybníku a umožní nám, abychom si mohli 19. 6. 2014 zarybařit. Senioři, kteří měli zájem, se posadili k vodě a vyzkoušeli si, co ještě nikdy nedělali, nebo si naopak připomněli svou oblíbenou činnost. **Sluníčko** nám krásně hrálo a ryby se nám na prut chytaly skoro samy. Odpoledne se nám moc líbilo.

OSMÉ VÝROČÍ DOMOVA

KRONIKA 2014

Náš Domov letos oslavil již **osmé výročí**. Před osmi lety se nastěhovali **první obyvatelé**, někteří jsou zde stále s námi, jiní nás již bohužel opustili. No ale tento den jsme nemohli nechat jen tak bez povšimnutí. V dopoledních hodinách jsme si s klienty udělali vzpomínkovou kavárničku, během které jsme si promítali fotky od začátku až dodnes. Klienti poznávali sebe i své známé a vyprávěli si, co si kdo pamatuje. Odpoledne jsme se znovu sešli, pan ředitel se ujal slova a také zavzpomínal. Poté jsme od našich kuchařů dostali **koláčky**, ke kterým jsme si uvařili **čaj a kávičku**. A jako program nám přišel zazpívat Lanškrounský ženský pěvecký sbor pod vedením Mgr. Jarmily Uhlířové. Nejedna slzička ukápla ...

JABLKOBANÍ

PÍŠE SE 12. LISTOPADU 2014 KRONIKA

Všude se teď konala vinobraní, tak my jsme se rozhodli, že si uděláme svoje vlastní **JABLKOBANÍ**. V dopoledních hodinách dne 12. 11. 2014 jsme s klienty pekli **jablkové záviny**, odpoledne jsme se sešli znovu, tentokrát v jídelně, a dělali jsme si **vlastní mošt** ve vypůjčeném padesát let starém moštovači. Klienti si jenom blaženě pochutnávali. A abychom tam jen tak potichu neseseděli, pozvali jsme si pana

Hurycha a pana Matějku, výborné muzikanty, kteří nám svou hrou **na kytary** a zpěvem celé odpoledne zpestřili. Moc děkujeme.

PÁR FOTOGRAFIÍ Z AKCÍ



RETRO BÁL



JABLKOBANÍ



SKANDINÁVIE NA TALÍŘI



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

VYPRÁVĚCÍ KOUTEK PANA JAROSLAVA SKALICKÉHO (DOBROVOLNÍK)

VYPRÁSKANÁ POMLÁZKA

Jaro už bylo ve dveřích, a já, pamětliv národních tradic, se chystal zahájit přípravy na velikonoční svátky. Mé představy o zcela poklidném průběhu letošního předjaří vzaly onoho dne za své.

Manželka, která po předlouhé zimě začala mít úklidovou náladu, mne začala tvrdě prohánět. Pod jejím velením započal generální úklid. Z hloubi duše tyhle jarní manévry nenávidím. A stejný názor bude se mnou sdílet i drtivá většina mužů. Nemá cenu si nalhávat, že je to naopak. Naše plemeno si nikdy nebude rozumět s ženským pojetím pořádku. Pokud muž nechá ženu v nestřeženém okamžiku vpadnout do své pracovny a už po několika minutách zjistí, že své oblíbené místo nepoznává a vrcholem všeho zoufalství je, v jeho očích, málem stoprocentní jistota, že bude nemálo potřebných věcí hledat po zbytek roku.

Nijak mi nevadí, když má drahá polovička pobíhá po bytě a smýčí ve všech koutech. Dokonce jsem natolik zlomyslný, že se často připojím. Má pomoc má, pochopitelně, své meze. Obvykle na sebe беру úkol transportu nábytku, který již tradičně přesouvám. Pomocnou ruku podá i soused Bořek, který má ženu podobného ražení, jako je ta moje. Oba sledujeme počínání svých žen s mírným pobavením, někdy ovšem s hrůzou zježenými vlasy, když si dámy usmyslí některé dost krkolomné experimenty. Sousedská výpomoc je dlouhodobě jediným řešením, jak řádění ženských přežít. On pomůže v mém bytě, já v jeho. Alespoň máme jistotu, že neskončíme se strženými zády.

Naše drahé polovičky již dávno zjistily, že náš názor na kvalitu úklidu je více než laxní. Ono zjištění je přivedlo na pokraj infarktu a my jsme to tenkrát odnesli strženými hřbety.

Onehdy jsme naše ženy přesvědčili, že pro jednou můžou zanechat obav o úklid a klidně si někam vyrazit. Bořek jim velkoryse zapůjčil svého zánovního stejšna a my se vrhli na provedení celé akce. Zpočátku šlo všechno dobře, jenže s postupujícím

časem stoupala žízeň a v přímé úměrnosti i spotřeba piva, kterým jsme se bohatě zásobili.

Jistě si dovedete představit, jaký směr nabrala naše výkonnost a také jak se měnil náš názor na pořádek. Nemá smysl zabíhat do detailů. Pro mne i Bořka to skončilo absolutním fiaskem. Když se ženské vrátily domů, našly nás ležet na podlaze. Alenu Bořkovu, manželku musela ta moje křísit. Oba byty vypadaly jako po boji. Hned druhý den nastaly galeje. Vážení, něco takového bych nepřál ani svému největšímu nepříteli. Nejenže jsme museli makat jak barevní, ale naše drahé se smluvily a na nic nesáhly, stály nad námi jak duo drábů, a náš výkon komentovaly takovým způsobem, že by si od nás nevzal pes ani kost. Pivo před námi zamkly (k lahváči jsem mohl přičichnout až po dlouhých čtrnácti dnech) a napájely nás pouze minerálkami, které oba nesnášíme. Trest to byl strašlivý. Z následků téhle akce jsem se dával do kupy dobré dva týdny. Bořek to však odnesl o dost hůř. Na dva měsíce se k nim přistěhovala tchýně. Mezi ní a Bořkem panuje otevřená oboustranná nesnášenlivost.

Od té doby pomáháme manželkám jen s věcmi, které nezvládnou. Naše pokusy o přímou pomoc při úklidu mají za následek vyhazov, který samozřejmě vítáme. Tudíž se cíleně motáme manželkám pod rukama, až nevydrží a pošlou nás do hospody.

Tam si sedneme k jednomu točenému a sledujeme cvrkot. Každý rok se tu lze setkat s odstrašujícími případy mužské ješitnosti a pitomosti. Chápu ovšem, že mužský v zoufalé snaze vyhovět přežene raději své síly, než aby poslouchal lání dopadající na něho s kadencí kvalitního kulometu. Není nad to se v této době někam zdekovat. Osvědčenými místy jsou pracovny nebo lokály náleven. Hospody jsou vhodným místem azylu.

A krčmáři si mnou ruce. Nejednen uprchlík tu tiší žal nad ztrátou milovaného pořádku, který si hýčkal ve své pracovně. Lze tu najít mnoho zoufalců. Většina se jen podmračeně kouká na svět přes sklenici koly, která je černější, než jejich myšlenky. To jsou nešťastníci, kteří již nemají odvahu ani se pořádně zlít do němoty, pantofel jim přímo číší z očí.

Letos Bořek navrhl, že namísto obvyklého posezení v hospodě vyrazíme na venkov. Dostal nápad, jak si trochu přivydělat. Hnala nás dávná touha po vlastnoručně vyrobené pomlázce. Bořek je podnikatelský typ, prohodil, že by z toho mohla kápnout i nějaká ta koruna, která by se nám konec konců hodila. Na tohle tvrzení jsem zabral.

Bleskově jsme skočili do stejšna a motor se po několika kašlavých zvucích rozběhl. Bořek sešlápl plyn k podlaze a veterán se s řevem rozjel. Veden podivným tušením jsem hrábl po pásech a se sinavým obličejem sledoval kamarádovu jízdu. Bořek je ten typ řidiče, který dává do řízení celé srdce. To však nemohu tvrdit o jeho řídičském umění. Již po pár desítkách metrů jsem seznal, že tahle jízda nebude z těch příjemnějších. Křivolaké uličky našeho města projížděl způsobem, který by vyděsil i zkušeného kaskadéra. Tu a tam zavadil o popelnici, jinde se otřel o lampu pouličního osvětlení. Mé napětí trochu opadlo, sotva jsme se vymotali z města a dojeli na výpadovku. Po celou dobu jsem se v duchu modlil. Ne však za zdravé dojetí, jak by každý čekal, ale za to, abychom nepotkali hlídku dopravní policie. Bořek mi totiž během jízdy prozradil, že mu minulý týden propadl řidičák.

Šťastně jsme dojeli k vytouženému cíli. Bořek znal místo, kde se rostlo tolik košíkářských vrb, že by je člověk mohl brát kosou a přesto by porostu příliš neublížil. S hurónským řevem jsme vytasili nože, vrhli se vpřed. Ignorovali jsme přitom nízký polorozpadlý plůtek, který šel snadno přeskočit.

Stačila chvílka a měli jsme slušnou otýpku. Mohlo nám to stačit, ale jako ne jednoho měšťáka před námi, nás posedla touha, sobecká touha mít víc, než je nutné a jít za tím i přes mrtvoly. Rvali jsme pruty jako smyslů zbavení. Úplně jsme ztratili přehled o tom, co se kolem nás děje. A tak jsme nezaslechli tlumený štěkot, a který se rychle blížil. Procitli jsme teprve v okamžiku, kdy se temné zavrčení ozvalo již za mými zády. Opojení vyprchalo. Psisko bylo očividně velmi špatně naložené a jeho výraz svědčil o tom, že nás mezi přátele rozhodně počítat nemíní. Navíc se rychle blížil mužský hlas. Zřetelné nadávky sílily a dokazovaly mi, že čeština je skutečně bohatá. Žádný z výroků bych se neodvážil vyslovit před dvaadvacátou hodinou denní. Překotně jsme se dali na ústup, část úlovku jsme sice nechali namíste, ale přesto se nám podařilo zachránit nemalé množství materiálu. Dobrman byl ve své

životní kondici. Vystartoval za námi jak stíhačka a bylo vidět, že se ani nezdál. Byl nebezpečně rychlý. Několika skoky nás dostihl a hbitě rozdal pár poctivých rafanců. Naše kalhoty se změnilly v cosi, co silně připomínalo sukňě havajské tanečnice. Nohavice přestaly existovat i košile doznaly úhony. Zběsilý úprk jsme zakončili v bezpečí kabiny vozu. Pes sice zuřivě dorážel a my byli rádi, že jsme z toho jakš takš vyvázli. Naše hamižné dušičky hrála úctyhodná otep proutí. Mrkli jsme na sebe a Bořek otočil klíčkem. Auto tentokrát naskočilo na první pobídnutí. A vyrazilo vpřed. S krvácejícími končetinami jsme vyrazili k domovu. Dobrman se naštěstí vzpamatoval a moudře se uklidil z cesty. Kolem našeho auta sice prosvištělo několik pepných nadávek, které za námi poslal rozvzteklý majitel vrboví, nicméně byly to již jen tečky za touto epizodou.

Domů jsme dojeli bez nehody. Kořist jsme zatím ukryli ve sklepě a odbelhali se do svých příbytků. Jako zpráskaní jsme se proplížili zkrze předsíně do našich bytů. Naše ženušky nebyly naštěstí doma. Oba jsme zalezli do svých pracoven lízat si rány.

Když náš zdravotní stav objevily naše drahé. Sklidili jsme místo politování jen notnou dávku pobaveného opovržení. Můj zubožený stav byl okomentován je konstatováním, že pro příště si budu pamatovat, že krást se nemá, byť by to byla sebemenší věc.

Druhý den jsem zaskočil za svým kamarádem lékařem. Pečlivě mne prohlédl a neodpustil si poznámku, zda mne nepokousala má manželka. Znal moc dobře její vyřídilku a popravdě řečeno, nějakou dobu s ní i chodil. Kápl jsem božskou a celou anabázi mu převyprávěl. Kousance mi ošetřil a se smíchem mi svěřil, že před půl hodinou ošetřoval i Bořka. Potvrdil, že Bořkova ženuška (mimochodem vyhlášená klepna) roznesla celý náš příběh po městě. A k našim bytům se nyní hrnuli zájemci o pomlázky. Každému z nás zůstala jen malá pomlázka a dlouho se o nás po městě vyprávělo.

Já i Bořek jsme si slavnostně přísahali, že na proutí už nikdy v životě nepojedeme. A pomlázky.. ty mi ještě dlouho zaváněly čertovinou.

Jaroslav Skalický

PRVNÍ JARNÍ ROSTLINY

BLATOUCH BAHENNÍ

V dřívějších dobách se mladé listy zjara používaly jako zelenina a šťávou z květů se barvilo máslo. Poupata zavařená ve slané vodě nahrazovala středomořské kapary. Sušená nať blatouchu sloužila jako močopudný prostředek a projímadlo, dnes se uplatňuje v homeopatických prostředcích.



Plnokvěté či poloplňné kultivary se sází jako okrasné rostliny k venkovním jezírkům. Je jedovatý a zároveň léčivý. Lidé dříve často konzumovali jeho poupata nebo je nakládali do octa či zavařovali ve slané vodě jako středomořské kapary.



Otravy touto rostlinou sice nejsou smrtelné, ale jsou velmi nepříjemné a dovedou pěkně potrápít. (Otrava se projevuje závratěmi, nevolností a otoky v obličeji. U otráveného je nutné vyvolat zvracení a podávat aktivní uhlí.)

Blatouch však bezesporu vynikne jako okrasná rostlina v bahenní zóně zahradního jezírka.

BLEDULE JARNÍ

Bledule je jedna z prvních na jaře kvetoucích rostlin. Mnohde si razí cestu za sluníčkem i ve sněhu. Jedná se o rostlinku, kterou lze velmi dobře poznat podle velkého zvonkovitého bílého květu. Okvětní lísky zdobí žluté skvrnky, které jsou umístěny na okraji každého z nich. Květ je umístěn na



bezlistém stvolu. Kolem něj vyrůstá několik úzkých sytě zelených listů s výraznou souběžnou žilnatinou. Celá rostlina pak vyrůstá z podzemní cibule, která po odkvětu uchovává veškeré živiny. Koukořík, jak se bleduli též lidově říká, se rozmnožuje buď semeny, nebo dceřinnými cibulkami.

MEDVĚDÍ ČESNEK

Náš původní druh z vlhkých lesů se často využívá také v kuchyni k přípravě salátů. Má léčivé účinky a jeho listy jsou bohaté na vitaminy. Česnek medvědí patří mezi jeden z mála druhů, který vyžaduje vysokou vlhkost. V



dobrych podmínkách tvoří souvislé porosty.

Je přírodním antibiotikem, antioxidantem a zdrojem vitamínu C. Bývá doporučován při jarních očištných kúrách, snižuje krevní tlak a podporuje trávení. Řeč je o medvědí česneku a právě teď je jeho čas. Co z něj v kuchyni můžete připravit. Připravili jsme pět jednoduchých tipů.

Nejlepší je medvědí česnek čerstvý. Výborný je na chlebu s máslem. Když ho nasekáte na drobno a posypete si jím chleba, můžete si být jistí, že nepřijdete o nic z jeho „zázračných“ účinků. Z medvědího česneku se běžně dělá tinktura, která se využívá v lidovém léčitelství. Užívá se na snížení krevního tlaku, proti chřipkám, ateroskleróze a astmatu.

Medvědí česnek pomáhá při: vysokém krevním tlaku, zanesených cévách, akutních a chronických průjmech, zácpě, doprovázené křečemi v podbřišku, chronicky zanesené pleti, poruchách srdečního rytmu, léčbě mykóz a plísní.

HLUCHAVKA BÍLÁ



Největším neštěstím hluchavky je, že se chudinka podobá nenáviděné kopřivě, a proto ji mnozí lidé nemají rádi. Velmi jí tím křivdí, neboť hluchavka vůbec nepálí. Je to milá, příjemná rostlina s pěkně vykrajovanými lístky a s bohatými bílými květy, které jako věnečky objímají stonek. Pro léčebné účely se sbírá jako věnečky objímající stonek. Pro léčebné účely se sbírá pouze čistě bílá hluchavka, samotné květy nebo celé vrcholky rostlin, hned na počátku kvetení.

V ženském organismu hluchavka výborně léčí menstruační problémy, posiluje dělohu, pomáhá při zánětu vaječníků a zastavuje bělotok, který se často vyskytuje u mladých žen. Proto se přidává po kontryhelu jako druhou nejdůležitější bylinku do všech čajových směsí na ženské choroby.

U mužů, hlavně ve starším věku, bývají zas časté problémy při vylučování moči. Tady hluchavka příznivě ovlivňuje prostatu, uvolňuje močové cesty, usnadňuje močení a pomáhá i při jiných onemocněních močových cest.

Čaj z hluchavky má lahodnou chuť, pomáhá při nespavosti a příznivě ovlivňuje trávicí a dýchací orgány. Pro toto použití ho můžeme osladit medem a pít jako konzumní čaj.

Silný hluchavkový odvar se používá zevně na omývání kožních ekzémů a je dobrý i do sedacích koupelí při hemoroidech. Mladé lístečky je zvykem přidávat i do jarních čisticích a vitaminových salátů.

KONVALINKA VONNÁ

Konvalinka vonná je prudce žvýkání stonků či listů, nebo (bílých, narůžovělých) plodů. když se napijí vody z vázy, kde dobu pobývaly. Otrava se



jedovatá. K otravě dojde při požíváním červených Otrávit se mohou i děti, konvalinky vonné nějakou projevuje zvracením,

průjmem, z výšeným vylučováním moči, v těžších případech omámením, křečemi, poruchou krevního oběhu až kolapsem.

Má bílé zvonkovité květy a plodem jasně červené dužnaté bobule. Její využití je nejen jako okrasná rostlina, ale také jako přídavek do kosmetických výrobků (parfémy, mýdla, ...).

PAMPELIŠKA LÉKAŘSKÁ

Léčivé účinky mají mladé listy, kořen a květ. Látky v nich obsažené podporují tvorbu žluči, aktivitu jater i ledvin a chuť k jídlu, působí protizánětlivě, mají očištný účinek, posilují vazivo a snižují hladinu cukru v krvi.

Z lístků, které ještě neobsahují mléko, lze připravit chutný jarní salát bohatý na vitaminy a minerální látky. Kořeny lze pražit, poslouží stejně jako kořeny čekanky coby náhražka kávy. Z úborů v plném květu se připravuje sirup, med či víno.



PRVOSENKA JARNÍ



Rostlina obsahuje velké množství saponinů, které rozrušují (ředí) hlen, takže petrklíč usnadňuje vykašlávání, odhlehčuje, tlumí a zvlhčuje kašel. Užívá se i při bronchitidě (zánětu průdušek), zápalu plic atd. Dále se rostlina užívá při slabších neurózách, tiší bolest hlavy. Droga se užívá i při prochladnutí hlavy a horečce (horečnatých onemocněních). Petrklíč dále pomáhá při látkové výměně (metabolismu). Užívá se při revmatoidní artritidě. Je mírně potopudný (zvyšuje pocení).

Tlumí záněty. Zevně, jako obklad, se používá při bolestech trojklanného nervu nebo artritických kloubů.

Prvosenka jarní je známá pod názvem petrklíč a jak název napovídá, je také jednou z prvních bylinek. Je součástí jarních detoxikačních směsí, léčí a navíc i voní. Sbírá se květ s kalichem, nebo i s oddenkem.

SEDMIKRÁSKA CHUDOBKA

Droga obsažená v květech i kvetoucí nati podporuje vykašlávání, působí protizánětlivě, ve formě koupele léčí kožní nemoci. Květy se dají přidat do salátů a nápojů.



SNĚŽENKA PODSNĚŽNÍK

Sněženka podsněžník zároveň s bledulí vyrůstá a vykvétá často ještě za sněhové pokrývky a to někdy již v únoru. Jedná se typického zástupce předjarních druhů rostlin a patří mezi jednu z nejznámějších rostlin brzkého jara vůbec.

I přesto, že je to rostlina opravdu hojně rozšířená a není těžké na ni narazit, je sněženka zařazena mezi ohrožené rostliny.

KOPŘIVA DVOUDOMÁ

Výhonky mladých kopřiv mají pro účinky, takže kopřiva by se na našem snad povinně. Navíc obsahuje látek, zejména draslík, vápník provitamin A, vitaminy biologicky aktivní látky.

Působí močopudně, snižuje pomáhá vázat železo v těle, žlučnickových chorobách, všeobecně k povzbuzení metabolismu.



organismus vynikající čisticí stole měla objevit každé jaro velmi mnoho nerostných a železo, vitamin C, skupiny B a další hladinu krevního cukru, užívá se při jaterních a avitaminózách, chudokrevnosti a

MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN

HISTORIE MDŽ

Historie MDŽ je dlouhá a poměrně pestrá. Podnětem pro vznik MDŽ byla také stávka amerických švadlen počátkem 20. století, během které daly ženy najevo svou celkovou nespokojenost s postavením v práci i ve společnosti.



Návrh na zavedení Mezinárodního dne žen předložila v roce 1910 Němka Clara Zetkinová na Mezinárodní konferenci socialistických organizací v Kodani. Určení přesného data tohoto svátku vycházelo z pozdější revoluce žen v Petrohradě v roce 1917.

V roce 1975 OSN oficiálně uznala MDŽ jako svátek ve všech zemích a poukazuje na rovnoprávnost, spravedlnost, mír a rozvoj.

Původně se jednalo o Mezinárodní den pracujících žen. Slaví se v mnoha zemích. Někde chtějí vyjádřit ženám úctu a lásku, jinde zase oslavují jejich ekonomické, politické a sociální úspěchy. V některých zemích stále zůstává na předním místě boj za rovná práva žen.



První oslava proběhla 3. května 1908 v Chicagu. Následovaly další a v srpnu 1910 se na Mezinárodní konferenci žen v Kodani rozhodlo o pravidelném každoročním opakování. Tehdy však nebylo ještě stanoveno konkrétní datum.

V ČESKU SE MDŽ SLAVIL NEJVÍCE PŘED REVOLUCÍ

V roce 1911 se už tedy konaly první mezinárodní oslavy. Probíhaly v Americe a od roku 1913 v Rusku. Do roku 1914 se uskutečnilo mnoho demonstrací, pochodů a protestů - žádný z nich však nebyl 8. března. V roce 1917 proběhla v ruském Petrohradě demonstrace ke Dni žen. Příklada na poslední únorovou neděli - podle gregoriánského kalendáře 8. března. A tento den už MDŽ zůstal.

Na Západě se Mezinárodní den žen stal populárním po roce 1977, kdy Organizace spojených národů (OSN) vyzvala členské státy, aby 8. březen slavily jako Den OSN pro práva žen a světový mír.

U nás se MDŽ slavil nejvíce za socialismu. Probíhaly podnikové oslavy, na kterých slavili ale spíše muži než ženy. Na ty se ale také myslelo, dostávaly právě rudé karafiáty, bonboniéry a například utěrky, zřejmě aby nezapomínaly, kde je jejich místo. V televizi byly vysílány zábavné pořady, jejichž jmenovatelem byla žena a její svátek. Kvůli tomu, že byl tímto způsobem svátek zprofanován, po roce 1989 se



nějaký čas v Česku neslavil. Do kalendáře se jako významný den vrátil v roce 2004. Do svátku byly samozřejmě vtaženy také děti. Ve školách nebo v pionýrských oddílech (menší děti v jiskřičkách) vyráběly přáníčka, do kterých psaly verše. Ty po většinou začínaly slovy: „Moje milá maminko, vše nejlepší k MDŽ...“ Nutno podotknout, že se školáci na výrobu přáníček převážně těšili.

MDŽ DNES

MDŽ byl oficiálně uznán OSN v roce 1975, což byl Mezinárodní rok žen. V tomto roce MDŽ uznalo také mnoho národních vlád. V roce 2001 vydal generální tajemník OSN u příležitosti MDŽ poselství, kde zdůrazňuje problém současné doby - nerovnoprávné zastoupení žen v politickém životě. Upozornil na to, že je třeba do rozhodovacích procesů zapojit více žen, neboť jejich přístup může v mnohém přispět v předcházení konfliktů a zajišťování míru.

Dnes je MDŽ demonstrací za odstranění diskriminace a lepší pracovní podmínky žen a připomínkou boje za jejich rovnoprávnost.

MDŽ a 8. březen je tedy možná částečně poznamenán svou komunistickou minulostí, kdy se ho komunistická politická elita v Československu zmocnila k využití své propagandy. Jde však o den uznávaný v různých částech světa. Připomínat a oslavovat tento den je velice důležité, neboť to znamená podporovat a souhlasit s rovnými příležitostmi pro ženy a muže v zaměstnání, politice, vzdělání, rodině a ve veřejném životě vůbec. Tento den může být také připomínkou, že ačkoli došlo v určitých oblastech k výraznému zlepšení v postavení a právech žen, stále ještě není situace ve všech oblastech a také ve všech státech uspokojivá. Je nutné dále prosazovat rovnoprávnost žen a mužů a v některých zemích je navíc nutné dále bojovat za ženská práva, kterých se tam ženám nedostává ještě ani nyní, v 21. století. MDŽ nám tedy připomíná, že boj za ženská práva a rovnoprávnost ušel už dlouhý kus cesty, dlouhý kus cesty má ale ještě před sebou.

(zdroj:<https://www.novinky.cz/zena/styl/329426-mdz-je-svatek-lasky-a-ucty-k-zenam.html>)

POVÍDÁNÍ O VELIKONOCÍCH

Velikonoce jsou nejstarším a nejdůležitějším křesťanským svátkem. Velikonočními svátky oslavuje křesťanstvo zmrtvýchvstání Ježíše Krista a začíná padesát dnů trvající velikonoční doba, která končí svatodušními svátky.

Velikonoční stálý cyklus začíná **Popeleční středou**, po níž následuje **čtyřicetidenní postní doba**. Připomíná se tím čtyřicet dnů, po které se Ježíš postil v poušti.

Poslední týden před Velikonocemi se nazývá velikonoční nebo **pašijový týden**. Začíná **Květnou nedělí**, kdy křesťané slaví příchod Ježíše do Jeruzaléma.

Na **Zelený čtvrtek** (český přívlastek zelený vznikl zkomolením původního německého názvu „Grün“, což původně nepochází od barvy, ale ze staroněmeckého slova „Grein“, což znamená plakat, lkát) oslavují křesťané poslední večeři Ježíše s apoštolů. Při této večeři rozdělával chléb a víno jako „své tělo a svou krev“ a

přikázal jim, aby to opakovali na jeho památku. Tak vzniklo křesťanské slavení a svátost eucharistie.

Příštího dne, o **Velkém pátku**, se připomíná Ježíšovo ukřižování. Na **Bílou sobotu** se v západní církvi koná tzv. "bdění u Božího hrobu" a třetího dne, na Boží hod velikonoční, vstal Ježíš podle Bible z mrtvých.

SYMBOLY VELIKONOC

Beránek

Kromě zmíněné pomlázky je to beránek, který je jedním ze symbolů Ježíše Krista (on byl obětovaným beránkem za spásu světa). Peče se tradičně na Neděli velikonoční. Symbol beránka je pro Velikonoce tradiční, protože už v pohanských časech působili pastevci na velmi rozsáhlých územích. Židé vnímají ovce jako členy Božího stáda, beránka ovšem i zabíjeli jako památku na vyvedení lidu Izraele z egyptského otroctví.

V křesťanství beránek symbolizuje Beránka božího. Nevinného, čistého a poslušného beránka, který byl obětován na kříži a jeho krev zachránila pokřtěné od hříchu a od smrti.

Beránek je jako obřadní pokrm známý už od středověku. Nikdo už ovšem nezjistí, zda se velikonočním beránkem rozumí dnešní sladké pečivo ve stovkách variant nebo skutečně pouze jehněčí maso.

Kočičky

Lidé vítali Ježíše přijíždějícího do Jeruzaléma palmovými ratolestmi. V našich krajích je ovšem nahradily kočičky – pučící květy jív. Tyto něžné jarní symboly se světí v kostelech na Květnou neděli a podle tradice by se měly spálit následující rok na Popeleční středu.

Velikonoční zajíček

Své místo má zajíc v mnoha mytologiích – v egyptské, řecké, čínské a symbolizuje obvykle štěstí, stejně tak ovšem i čas, který je vyměřený životu.

Bible radí zajíce mezi tvory maličké na zemi a moudřejší nad mudrce, takové, kteří symbolizují skromnost a pokoru.

V lidovém pojetí se zase zajíček považuje za symbol zmrtvýchvstání. A to proto, že nikdy nespí; nemá totiž oční víčka.

Současný velikonoční zajíček má však jednoznačné poslání. Přináší dětem vajíčka, nejlépe čokoládová. Tradice zajíčka-nosiče k nám pronikla z Německa a postupem doby se postava zajíčka stává stále populárnější. Ptáme-li se, proč právě on může za tajné roznášení sladkých dobrot po zahradách a domech, odpověď je jednoduchá. Zajíc se zjara velice často dostává do blízkosti lidských obydlí, protože tu hledá potravu.

I v našich krajích patřilo ke starším velikonočním zvykům honit zajíce. Znamenalo to hledání vajec ukrytých v poli.

Kromě toho zajíček nutně nemusí obdarovávat svými sladkostmi pouze na Velikonoční pondělí a navíc na roznášku není ani zdaleka sám.

Na Olomoucku objevovaly děti na zahradě vajíčka od Pánbíčkových slepiček už na Zelený čtvrtek.

Děti v **západních Čechách** zase v tentýž den usilovně hledaly v zahradách červená vejce od kohouta, který je snášel údajně jedenkrát do roka, právě pro tuto příležitost.

Ve Slezsku na Velikonoční pondělí hledaly děti v brázdách polí sladkosti, které jim tam nadělil skřivánek – škovránek. **Ve středních Čechách** pro změnu nadělovala liška. A například **ve Francii** nosí zajíček sladkosti už v neděli. Časně zrána tu hledají děti čokoládové dobroty ukryté na zahradě nebo v domě. Milým dárcem přitom není nikdo jiný než sympatický a ušatý symbol velikonočních svátků.

Kříž

K dalším symbolům patří kříž, protože právě na něm byl Ježíš ukřižován.

Vajíčko

Typické je také vajíčko, které je symbolem nového života, ale i plodnosti a vzkříšení.

Pomlázka

Tradice pomlázek je v českých zemích velmi stará. Zmiňuje se o ní už ve 14. století pražský kazatel Konrád Waldhauser.

Čas pomlázky přichází právě o Velikonočním pondělí, kdy chlapani a muži vycházejí už časně zrána na koledu. Pokud jde o vdané ženy, vyšlehání pomlázkou jim má vyhnat zlý jazyk. Každé šlehnutí pomlázky znamená pro dívky jistotu, že jim po celý rok nebude chybět elán, energie, budou veselé, zdravé a pilné. Podíváme-li se do historie, i hospodář tak šlehal čeládku, aby nebyla líná, krávu, aby se brzy otelila, a stromky, aby se probudily k další úrodě. Někde místo pomlázky používají studenou vodu. Říká se tomu oblévačka a její efekt je podle všeho podobný.

VELIKONOCE VE SVĚTĚ

Každá země má své zvyky a tradice, které s naší oslavou Velikonoc mají pramálo společného. Například v Anglii ženy přivazují muže k židlím a požadují peníze za jejich propuštění. Ve Spojených státech je velmi oblíbený lov velikonočních vajíček, který probíhá v neděli ráno. Podle tradice byla totiž vajíčka během noci přinesena velikonočním zajíčkem a poschovávaná po domě a zahradě, aby počkala na děti, až se probudí. V Norsku jsou Velikonoce tak trochu krvelačné. Hlavním tématem jsou totiž vraždy. V televizi i v novinách jsou k vidění samé morbidní příhody, a dokonce i krabice od mléka mají speciální potisk s příběhy vražd.

(zdroj: <http://www.ireceptar.cz/zajimavosti/kde-se-vzal-velikonocni-beranek-zajicek-kocicky-a-pomlazka/>)

VYHODNOCENÍ PRŮZKUMU SPOKOJENOSTI KLIENTŮ DOMOVA PRO SENIORY

Průzkum klientů probíhal v průběhu listopadu 2016.

- Klienti odpovídali celkem na 20 otázek.
- Bylo rozdáno celkem 30 dotazníků.
- Celkem se vrátilo zpět 8 dotazníků.

O průzkum spokojenosti klientů Domova pro seniory je rok od roku čím dál menší zájem. Návratnost dotazníků činila pouze 8 dotazníků z celkového počtu rozdaných 30 dotazníků, což je na celkový počet klientů v Domově (45) celkem málo a to i přes to, že s vyplněním dotazníku byli ochotni pomoci praktikanti, což v mnoha případech tak i bylo.

Z výše uvedeného se tak dá říci, že jsou klienti spokojeni s ubytováním, stravováním, s úklidem, s praním, s ošetrovatelskou i zdravotní péčí. Spokojenost projeví i s prací sociálního a ekonomického úseku.

U klientů se osvědčila praxe, že se na jednom patře střídají stále stejné pečovatelky. Klienti by uvítali častější canisterapie, přednášky a bohoslužby.

Z průzkumu lze také vyčíst, že klienti vědí, že v Domově pracují pracovníci individuální terapie, ale ani v jednom případě si nevzpomněli na jméno. Klienti také vědí, že si mohou klíčového pracovníka změnit.

Z průzkumu jsme zjistili, že mobilní schránka není plně využívána, že převážná většina klientů schránku nevyužívá.

V průzkumu se také osvědčili fotografie zaměstnanců, pro lepší orientaci. Převážná většina klientů také výrazem obličeje zhodnotila, že pracovníci, kteří o ně pečují, pracují vždy s úsměvem.

VYHODNOCENÍ PRŮZKUMU SPOKOJENOSTI RODINNÝCH PŘÍSLUŠNÍKŮ KLIENTŮ

O průzkum spokojenosti rodinných příslušníků je v Sociálních službách Lanškroun je rok od roku čím dál menší zájem. Návratnost dotazníků činila pouze 5 dotazníků z celkového počtu rozdaných 30 dotazníků. A z toho jeden rodinný příslušník vrátil 1 dotazník nevyplněný. Nejvíce dotazníků se vrátilo od rodinných příslušníků ze zeleného patra.

Bohužel díky malé návratnosti dotazníků nejsou výsledky průzkumu spokojenosti příliš objektivní. Je však zřejmé, že většina rodinných příslušníků, kteří dotazník vyplňovali je s přístupem a prací zaměstnanců spokojeni.

Výsledky hodnocení tohoto dotazníku budou zhodnoceny na poradě vedení a dále předány prostřednictvím důchodníčku rodinným příslušníkům.

V rámci vyhodnocení dotazníku jsme došli k závěru, že by bylo vhodné více motivovat rodiny k jejich vyplňování a získat tak zpětnou vazbu. V příštím roce by bylo vhodné zkusit vytvořit dotazník nejen papírovou formou, ale také elektronicky,

aby si rodinný příslušník mohl dotazník vyplnit v klidu prostředí domova. Také by bylo vhodné nechat delší časový horizont na vyplnění dotazníku.

VELIKONOČNÍ TRÉNINK PAMĚTI

Jelikož máme v dubnu Velikonoce, zkusíme si vyplnit velikonoční tréninkový kvíz.

1. Vzpomenete si, na který den „odlétají zvony do Říma“?

- a) Sazometná středa
- b) Zelený čtvrtek
- c) Bílá sobota

2. Z jakého důvodu se peče právě beránek a co vlastně symbolizuje?

- a) Je symbolem Kristovy loajálnosti, poslušnosti a obětavosti. Ježíš byl označován za „Božího beránka“
- b) Tento zvyk nemá žádný základ v křesťanství
- c) Že půst je u konce a začíná doba hodování, dobrého jídla a pití



3. Co tolik tradiční jidášky vlastně symbolizovaly?

- a) Jidášův dlouhý nos
- b) Provaz, který stál Jidáše život
- c) I když to k tomu samo vybízí, tak s Jidášem nemají společného vůbec nic, teda kromě jména. Nějak se tomuto pečivu prostě muselo říkat

4. Tušíte, co je velikonoční vigilie?

- a) Bohoslužba v předvečer svátku
- b) Noc, kdy byl ukřižován Ježíš Kristus
- c) Období, kdy Jidáš zradil Krista

5. Jak se přezdívá pondělí v období pašijového týdne?

- a) Oranžové
- b) Modré a někde žluté
- c) Rudé a někde zelené

6. Na Velký pátek bychom neměli nikomu nic půjčovat. Proč tomu tak je?

- a) Daný předmět či věc může být očarována zlou silou
- b) Nemusel by nám ten dotyčný danou věc vrátit
- c) Stihl by nás trest a země by nevydala své poklady

7. Popeleční středa označuje konec masopustního období a začínající období půstu, které trvá:

- a) 60 dnů
- b) 40 dnů
- c) 50 dnů



8. Tradiční odměnou pro koledníky za vyšlehání pomlázkou je:

- a) láhev slivovice
- b) malované vajíčko
- c) živé kuře

9. Co je „pučálka“

- a) postní pokrm z naklíčeného hrachu
- b) větvičky kočiček, které „pučely“ ve váze
- c) uskladněné obilí, které vlivem počasí začalo „pučet“



10. Na Boží hod velikonoční se:

- a) nikde nepracovalo, lidé hodovali a oslavovali.
- b) se bílily stěny a všude se uklízelo.
- c) se lidé setkávali v hostinci a společně popíjeli.

11. Muži a chlapi dívky na Velikonoční pondělí šlehají pomlázkou:

- a) aby je během roku pouštěly ženy na pivo
- b) je to připomínka Kristovy cesty na Golgotu
- c) aby byly dívky stále mladé a krásné

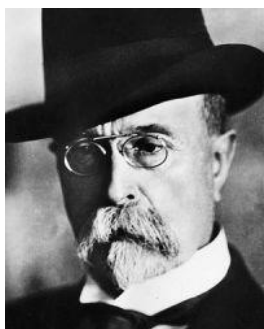


12. Mezi velikonoční symboly patří:

- a) myš, kočka a pes
- b) kráva, osel a kůň
- c) kuře, zajíc a beránek

Správné odpovědi kvízu z minulého vydání Důchodníčku

1.



2.



3.



4.



5.



6.



7.



8.



1. Tomáš Garrigue Masaryk

2. Nataša Gollová

3. Waldemar Matuška

4. Václav Neckář

5. Marilyn Monroe

6. Jiří Šlitr

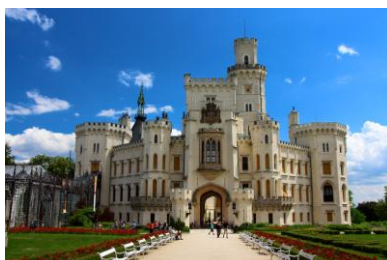
7. Yveta Simonová

8. Charlie Chaplin

1.



2.



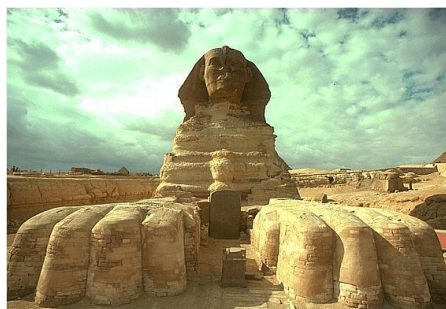
3.



4.



5.



1. Ještěd

2. Zámek Hluboká

3. Trabant

4. Karlštejn

5. Sfinga (Egypt)

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): Monika Kolomá

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

Vedoucí sociálního úseku: Mgr. Martina Kvapilová

linka: 006 **e-mail:** soc.pracovnik@soslla.cz
soc.pracovnik2@soslla.cz

Vedoucí technického úseku: Marta Šifrová

linka: 005 **e-mail:** vtu@soslla.cz

Pokladní: Pavla Antesová

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

Nutriční terapeut: Ludmila Dostálková

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

Sesterna: linka: 020

Kantýna/recepce: linka: 015

Prádelna: linka: 011

Úřední hodiny sociálního úseku:

Po: 7:00-12:00,13:00-16:30 hod.

Út: 7:00 – 12:00 hod.

St: 7:00-12:00, 13:00-15:30 hod.

Čt: 7:00 – 12:00 hod.

Pá: dle telefonické domluvy

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)

DŮLEŽITÁ TELEFONNÍ ČÍSLA

Jednotné číslo tísňového volání	112
Hasiči	150
Záchranná služba	155
Policie	158
Městská policie	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.*