

DOMOV
PRO
SENIORY

PRAHA
PRAHA
PRAHA

U NÁS DOMIA



Ročník XXVIII číslo 5 květen/2022 www.domov-hm.cz

HEŘMANŮV MĚSTEC

Časopis pro pobavení



Jaro

Jaro

Jaro

Jaro

Jaro

Časopis Domova pro seniory Heřmanův Městec, zřizovatel hlavní město Praha

Obsah

Slovo na úvod.....	2
Informace z domova.....	3
Aktuality.....	3
Informace z ošetrovatelského a zdravotního úseku.....	4
Stanice A – O životě motýlů.....	4
Stanice B – Jaro na zahradě... ..	5
Stanice C – Není sluníčko, jako sluníčko	7
Stanice D – Ředkvičky	7
Stanice E – Kiwi	9
Informace z aktivizačního úseku	10
Hej, páni konšelé	10
Kavárna dobré pohody	10
Výstava v Třemošnici	10
Zprávičky z dílen	11
Opékání v oáze	12
... a na co se můžete těšit?	12
Hádej, kde jsem?	13
Informace ze sociálního úseku	15
Valorizace důchodů od 1.6.2022	15
Poděkování	15
Krásy kolem nás	16
Jaro a naše zvířátka	17
Historie domova	17
Skrývačky plné vitamínů	19



Slovo na úvod

Milí čtenáři!

Květnové číslo našeho časopisu je tady. Máme za sebou teplotně celkem vydařené pálení čarodějnic, na které se všichni vždycky těšíme. Myslím, že senioři i zaměstnanci mají tuto akci moc rádi a vždy je pro nás znakem toho, že už opravdu přichází teplejší počasí. Já sama nemám moc zimní období v oblibě a popravdě se vždycky těším na květen, kdy už můžeme stoprocentně svléknout zimní bundy a sluneční paprsky nás prohřejí.

Ve venkovních prostorách našeho domova i v parku se pořád něco děje. Začali jsme na několika místech opravy majetku a připravujeme pro seniory znovuotevření balkonu v jižním křídle. V parku už započala hojně růst tráva a práce je všude mnoho. Každý dělá, co je v jeho kompetenci a jsem ráda, že v mezičase již s kolegyněmi začínáme připravovat i slibované oslavy k 70. výročí poskytování služeb v našem domově. Vždy jsme rádi organizovali společenské akce pro naše seniory i další návštěvníky. Bohužel stále nemáme

opravený Rytířský sál po povodních, což nás v organizování omezuje. Projektová dokumentace na jeho opravu by měla být dokončena v následujících dnech a poté bude možné vyhlásit výběrové řízení na jeho stavební úpravy a restaurování.

I přes tyto komplikace oslavy určitě budou. Naši senioři započnou sérii oslav ve čtvrtek 2. června, následně bude také v červnu již avizované Setkání rodin a přátel našich seniorů a dalších pozvaných, které je vždy významnou a oblíbenou akcí. Setkání se uskuteční v sobotu 18. června. I pro naše zaměstnance chystáme slavnostní posezení s poděkováním. Toto posezení plánujeme na středu 21. září. Tím však



výčet společenských akcí nekončí. Máme se určitě na co těšit.

Přeji všem voňavý květen, pohodu a lásku!
Je přeci máj, měsíc lásky.

Klára Husáková, ředitelka

Informace z domova

Aktuality

V minulém roce jsme byli informováni Povodím Labe, které spravuje Podolský potok protékající našim zámeckým parkem, že mají v plánu provést opravy na korytu potoka v blízkosti zámku. Konkrétně se jedná o lokalitu mezi klenbovými mostky s ocelovým zábradlím v celkové délce 44 metrů a lokalitu u zděných garáží o celkové délce 8 metrů. V korytě potoka se budou opravovat břehová opevnění – vypadlé kameny, likvidovat se budou staré pařezy apod. Nyní již mají všechna povolení a v minulém týdnu proběhla schůzka s dodavatelem i zástupci životního prostředí. Na schůzce byly upřesněny pracovní postupy i místa provádění prací. O přesném termínu zahájení prací budeme ještě informováni. **Pokud tedy půjdete na procházku do parku, prosím, nevstupujte do staveniště a buďte opatrní.**

Další akci, kterou chystáme, je rozsáhlá obnova interiéru jídelny ve vile. V současné době již máme naplánované termíny, kdy budeme muset jídelnu uzavřít, protože v ní bude probíhat výměna podlahové krytiny, malování i některé zednické práce. Také plánujeme pořízení nových skříní a kuchyňské linky. Omlouvám se tedy za omezení provozu jídelny, ale při těchto úpravách to jinak nejde. Věřím, že odměnou bude příjemné prostředí, kde budou senioři rádi trávit svůj volný čas.

Přeji hezké jarní dny.

Radka Stybalová



Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

Áčko

O životě motýlů



Snad každý z nás se pozastaví nad krásou lučních květů, nad nimiž poletují pestrobarevní motýli. Motýlům nelze upřít ladnost a křehkost. Jsou krásní a užiteční zároveň. Hned po včelách se řadí k nejvýznamnějším opylovačům květin a plodin. Díky svému dlouhému sosáčku opylují i květy trubkovitého tvaru. Bez jejich pomoci bychom se dobré úrody těžko domáhali. Jejich život začíná malým vajíčkem nakladeným samičkou na list živné rostliny. Ve



vajíčku tráví budoucí housenka týden až sedm měsíců. Na světě je velké množství druhů motýlů, proto se i životní cyklus u různých druhů od sebe navzájem liší. Z vajíček se vylíhnou housenky, živí se mateřskou rostlinou, nebo si vhodnou rostlinu vyhledají. Během svého života si několikrát svléknou svrchní tělesnou schránku, která neroste souběžně s tělem, aby mohly pokračovat v růstu. Při posledním svlékání již dojde k zakuklení. Uvnitř kukly se odehrává jedna z nejúžasnějších proměn v říši přírody. Po vylíhnutí z kukly musí motýl dobře osušit svá křídla, aby mohl bezpečně vzlétnout. Motýli mají svá jména odvozena podle svého vzhledu, nebo podle květin, rostlin a stromů, na které

usedají. Můžeme rozlišovat Babočku paví oko, nebo Babočku bodlakovou, kopřivovou, jilmovou, osikovou a jiné druhy.

Motýl se zajímavým názvem – Perleťovec stříbropásek žije na lesních loukách bohatých na bodláky. Za své jméno vděčí nápadnému stříbrnému pásku na spodní straně obou křídel.

Batolec duhový vypadá jako létající drahokam. Vyskytuje se ve světlých listnatých lesích.

Ohniváček celíkový poletuje od června do srpna na květinových loukách, podél cest, na pasekách a slatinách.

Pohádkově krásný Otakárek fenýklový se vyskytuje na slunných loukách a na okrajích cest.

Žlutásek řešetlakový je takový náš posel jara. Citronově žlutá křídla sameček můžeme obdivovat na vřesovištích a ve světlých lesích. Samičky jsou zelenavě bílé.

Rozkvetlá louka znamená pro motýly prostřený stůl. Ze zahradních květin rádi navštěvují šalvěj, levanduli, dobromysl, floxy, hrachory, rozchodníky, kopretiny, astry a jiné květiny. Velmi oblíbený je pro motýly tzv. motýlí keř – komule Davidova. A tak přejme motýlům bohatě prostřený květinový stůl a nám všem po celý dlouhý čas krásné procházky rozkvetlou přírodou.

Vlasta Růžičková

Béčko

Jaro na zahradě

Zima se dlouho nechce vzdát své vlády. A tak příroda jen velmi pomalu roztáčí svoji každoroční barevnou pestrost. Na jaře se člověk těší na žlutou barvu narcisů, překrásné barvy tulipánů, pomalu se probouzí tráva i stromy. Každý den sleduji z oken našeho domu stromy v parku. První se začaly zelenat javory a každý den jsou větve bohatší. Jsou však stále rána, kdy je trávník pokrytý námrazou. Musíme počkat na příchod zmrzlých mužů. Pankráce, Serváce a Bonifáce. Zahrádkáři však již nezhálí.



Papriky jsou již zaseté, brambory nasázené,... zahradníkovi nastal kolotoč. Kvalitní půda je základ úspěchu. Ať chceme pěstovat zeleninu či okrasné rostliny. Úrodná půda zajistí krásné květy a plody. O půdu se vyplatí dobře pečovat. Na podzim zryt, důkladně pohnojit, zalévat dešťovou vodou. Už od mého dětství si pamatuji, že jsme vodu chytali do sudů. Dokonce nejen na zalévání, ale na máchání prádla. Voda není tak tvrdá. V současné době se musí vodou šetřit, dokonce již nyní byli někde vyhlášeny zákazy používání pitné vody na zalévání zahrádek či napouštění bazénů. Na naší zahradě teče potok, což je také velkou výhodou. V létě, v době velkého sucha je však zavřený. V té době je minimum vody, nebo okrasná školka nad námi vodu zadržuje na zalévání stromků. Dříve bylo na tomto potoce plno mlýnů, dokonce dva v našem těsném sousedství. Jeden byl vyhlášen jako památkový objekt a má i zachovalé mlýnské kolo. Naši zahrádku máme rozdělenou plůtky. Užitečná zahrádka nám přináší úrodu jahod, rajčat, okurek, mrkve či brambor. Na okrasné květiny už není moc místa. Máme i fenku boxera, která vše nové, co na zahradě dosud nebylo, dokáže vytrvale vracet do původního stavu. Raději to řeším odolnými trvalkami.

Mám ale velkou zahradu u chalupy. Brambory tam sázíme na „babosedu“. Za traktorem je valníček, na něm sedátka (my máme jen dvě, ale na velkých polích se požívají čtyři vedle sebe). Před sedátky jsou kola s lopatkami, do kterých se vkládají



naklíčené brambory, které se z lopatky dostanou do půdy, která je vzápětí zahrnuta zeminou. Pamatuji si, že jsem na tomto stroji seděla poprvé asi v šestnácti letech. Naše babička z nás byla nejrychlejší, a ještě stihla kontrolovat, že jsme do lopatky nestihli dát bramboru. A lamentovala, že tam nic neporoste. Letos nám můj bratranec traktorem vytahal přes deset velmi starých, už minimálně plodících stromů. Zahrada vypadala jak po boji. Museli jsme hodně uvážit, kam zasadit nové jabloně, třešeň, višeň a hrušku. Trávu z větší části sekáme traktorem a sušíme. Takže stromky musíme viditelně označit, aby při sekání nepřišly k úhoně. Okolo chalupy se snažím sázet rostliny, které měly na svých předzahrádkách naše babičky. Naší babičce je 96 let a stále musí mít osázenou nejen předzahrádku. Celá léta pozorujeme, že hrabání v hlíně a radost z nových květů ji vlévá sílu do žil. A hlavně miluje žluté begónie. Však každý rok je přes zimu uchovává doma, kde zaberou okno v koupelně.



Někdo má možnosti velké, ale někomu musí stačit osázet květináče a truhlíky balkónovými květinami, ale určitě přinesou stejnou radost. Už se těším, až vše postupně pokvete a moje srdce bude jásat. U okopávání a plení záhonků už tak jásat nebudu. Každý z vás měl zahradnické náčiní určitě v ruce a zavzpomíná na své pěstitelské úspěchy a taky zaručené rady. Vzpomínám si, když v Chlumci nad Cidlinou každý rok město vyhlašovalo soutěž o nejhezčí dům města. Bydlela tam sestra babičky, a tak při cestě, třeba do kostela, jsem sledovala plno domů obklopených nádhernými květy.



Čerpejte sílu z jarních dnů.

Petra Polgárová

P.S.: V dubnu jsme oslavili výročí našeho sňatku. Manžel mi předávání květin doplnil otázkou, zda mám již vypleté papriky. V den naší svatby jsem totiž již ustrojená a připravená čekala na příchod ženicha. Na okně byly sazenice paprik, na které nikdo s přípravami na svatbu neměl čas. Tak jsem se do toho pustila a stihla je vyplet před příchodem ženicha. Manžel si to pamatuje celé ty roky.



Řešení ze str.19 - 1. švestka, 2. křen, 3. hruška, 4. salát, 5. rajče, 6. ananas, 7. rybíz, 7. borůvka

Céčko

Není sluníčko, jako sluníčko...

V dnešní nelehké a neveselé době je někdy těžké najít trošku toho veselí a radosti. Ale my, na stanici C, se o to snažíme za každé situace! A tak mi teď na chvíli dovolte, vrátit se s vámi v čase o několik dnů zpět. Tedy do Velikonoc.

Jak všichni víme, Velikonoce jsou svátky jara. A sluníčko nám všem v tomto období přináší první paprsky tepla a radosti. Venku se vše zazelená, rozkvétají květy a ptáci zpívají jako o život.

A pro naše seniory na stanici C je takovým sluníčkem „naše“ malá dobrovolnice Lucinka! Na Velký pátek nás přišla pozdravit, rozdat dobroty, které sama připravila a popřát hezké Velikonoce. Povedlo se jí vykouzlit spousty úsměvů na tvářích našich seniorů i nás personálu.

A protože nám sluníčko přineslo opravdu krásné jarní dny, rozhodli jsme se udělat našim seniorům v oáze příjemné posezení.

Povídalo se, četly se pohádky, a kdo nemohl přijít, anebo přijet na vozíku, toho personál vyvezl na sluníčko i s postelí. Atmosféra byla opravdu krásná. Sluníčko nám dodalo mnoho sil do dalších dnů a tak máme zase na co vzpomínat.

A co nás čeká v měsíci květnu? Někteří naši uživatelé budou mít narozeniny, a protože všichni rádi oslavujeme, tak se u nás bude slavit, slavit a zase slavit! Ale o tom zase příště!



Magda Kudrnová

Ředkvičky

Déčko

Ředkvička je naší oblíbenou a zdravou kořenovou zeleninou s jemně štiplavou chutí podobná ředkvi. Zemí původu je pravděpodobně některá ze zemí Blízkého Východu, možná i Japonsko.

Kuchyňská úprava ředkviček

Ředkvičky se obvykle pojídají čerstvé – syrové. Po omytí teplou vodou, kdy vynikne jejich jemně štiplavá chuť, je přidáváme do salátů, předkrmů nebo pomazánek. Různě zdobené a aranžované bývají ředkvičky také součástí obložených talířů a mís, nebo zeleninové oblohy hlavního pokrmu. Ředkvičky můžeme také tepelně upravovat, a to buď jako zeleninu do polévky nebo teplou zeleninovou přílohu k masu.

Éčko

Kiwi

Máte rádi ovoce? Chcete udělat něco pro své zdraví a imunitu? Jezte kiwi. 😊

Je to totiž jedno z nejzdravějších druhů tropického ovoce.

Má blahodárné účinky na náš organismus, je obrovským zdrojem mnoha vitamínů a minerálních látek. Jedno kiwi

pokryje denní dávku vitamínu C, dále obsahuje vitamín E a B1, B2, A, D, K, je bohatým zdrojem kyseliny listové, karotenu, vlákniny. Obsahuje draslík, fosfor, vápník, železo a hořčík. Vysoký obsah vitamínů a dalších prvků má pozitivní účinky na naše zdraví, podporuje imunitní systém, působí preventivně proti rýmě, chřipce a nachlazení. Antioxidanty v něm obsažené zpomalují stárnutí a působí proti nádorovým onemocněním.

Konzumace kiwi pročistí střeva a udržuje je v kondici, působí protizánětlivě a jako prevence zácpy. Draslík uvolňuje cévy, pomáhá udržet optimální krevní tlak, snižuje riziko kardiovaskulárních onemocnění. Působí jako prevence ledvinových kamenů. Přispívá k produkci kolagenu, zvyšuje pružnost pokožky a hydrataci.

Kiwi obsahuje také hormon serotonin, který se podílí na širokém spektru fyziologických procesů - pomáhá učení a zapamatování si, reguluje náladu i chuť k jídlu, zlepšuje kvalitu a délku spánku.

Vitamín K obsažený v kiwi hraje důležitou roli při srážení krve, konzumace kiwi může zpomalovat srážení krve a zvyšovat riziko krvácení.

Kiwi podporuje trávení, zlepšuje kvalitu zraku, hydratuje pleť, omladí vás a pomůže v boji s akné.

Kiwi je nejlepší konzumovat v syrovém stavu, výborné je do dezertů, do ovocných šťáv, do zmrzliny, dá se usušit, kompotovat,...

Proto zapomeňte na „umělé vitamíny“ a dejte si raději ke svačině kiwi. 😊

Jana Novotná



Jiřina Dittrichová



Informace z aktivizačního úseku

Hej, páni konšelé

V týdnu před Velikonocemi náš domov navštívil zpěvák a moderátor Šimon Pečenka se svým hudebně zábavným pořadem Hej, páni konšelé. Ten byl věnován zpěváku Karlu Gottovi a jeho písním. Společně jsme si zazpívali známé hity a zavzpomínali na našeho mnohonásobného držitele ocenění Zlatý slavík.



Lenka Pumerová

Kavárna dobré pohody

Myslím, že nebudu moc troufalá, když řeknu, že se naše kavárny staly oblíbené, z čehož máme radost. Co kavárna, to jiné téma a jiná dvojice, která je provází. Téma předposlední kavárny bylo ZPÁTKY DO ŠKOLY. Po vzoru filmu Marečku, podejte mi pero, jsme si napsali diktát, s paní profesorkou si zazpívali a v neposlední řadě jsme si zkusili vzpomenout na základy matematiky. Recitovaly se verše. Za mě to bylo opravdu povedené a měla jsem radost, že vás toto téma zaujalo a aktivně jste se zapojili. Kavárnička se s podzimem zase vrátí a nyní se už budeme těšit z jara.

Veronika Vodičková a Jana Voříšková

Výstava v Třemošnici

Uživatelé domova se zúčastnili výstavy s názvem: Portréty - z filmu do pohádky, která se uskutečnila v galerii města Třemošnice. Jejím autorem je Zuzana Adámková. Vystavuje zde převážně portréty herců a filmových a pohádkových postav. Portréty jsou zhotoveny hlavně pastelem, barevným



pastelem a tužkou. Uživatelé domova si zde připomněli například hlavní postavy z pohádky Tři oříšky pro Popelku, a to prince a Popelku, nebo postavy ze seriálu Chalupáři a také hlavního představitele dětských rolí Tomáše Holého. Nechyběli zde ani hrdinové zahraničních filmů, například Harry Potter. Uživatelům se kresby moc líbily.

Po prohlédnutí výstavy dostali uživatelé domova chuť na zmrzlinu, kterou si vybrali v nedaleké cukrárně. Zmrzlina jim moc chutnala.

Jana Voříšková

Zprávičky z dílen

Ve čtvrtek 31. března 2022 se konal v jídelně tradiční Velikonoční jarmark. Prodejem výrobků jsme získali částku 4.600,- Kč. Peníze budou použity na nákup materiálu pro další tvoření, např. barvy, mašle, špejle, nitě a další. Potěšil nás velký zájem z řad zaměstnanců i uživatelů.



Nyní v šicí dílně stříháme, šijeme a plníme různě barevné polštářky, pleteme a natíráme košíčky. Stříháme a lepíme ubrousky na košíčky, vymýšlíme nové hračky pro děti. Pokud by vás tato práce zajímala, přijďte mezi nás, rádi Vás zapojíme do nenáročné, ale zajímavé činnosti.

Hana Zítová

Řešení ze str. 12 - Městské části – 1. Praha, 2. Pardubice, 3. Brno, 4. Hradec Králové

Opékání v oáze

Letos poprvé jsme si v oáze při pěkném počasí a s hudebním doprovodem Zámeckého dua Jirky a Magdy mohli užít příjemné odpoledne. Špekáčky opečené na ohýnku chutnají vždycky nejlépe a když je k tomu i něco dobrého na zapití, zbývá už jenom zatančit si. Nálada byla skvělá a tak někteří známé melodie nejen poslouchali a pobrukovali si je, ale také šli odvážně do kola! Rej čarodějnic se nám po všech stránkách vydařil!

Alena Tučková



... a na co se můžete těšit?

Úterý 3.5 – Masáže rukou ke Dni matek

Středa 4.5 - Schůze uživatelů v jídelně v 9,30 hodin

Čtvrtek 12.5. – Děti z mateřské školky zaspívají na nádvoří na zámku a ve vile od 10 hodin

Středa 18.5. – Výstava v Třemošnici, odjezd ve 13 hodin z nádvoří

Středa 25.5. – Sportovní hry v DS Nová slunečnice, Praha 8

Termín upřesníme – výstava ZUŠ v Galerii v Heřmanově Městci

MŠE se koná každé úterý ve 13,30 hod. v kapli v 1. patře

Městské části

Uhodněte, ve kterém městě se nacházejí tyto městské čtvrti.

1. Žižkov, Malá Strana, Vinohrady
2. Polabiny, Bílé Předměstí, Zelené Předměstí
3. Židenice, Žabovřesky, Královo Pole
4. Březhrad, Kukleny, Moravské Předměstí

Řešení naleznete na str. 11

Hádej, kde jsem

V dubnovém čísle jsem zveřejnila čtyři fotografie z Prahy a vaším úkolem bylo uhádnout, co na nich je. Tak tedy:

Fotografie č. 1 Malá Strana

Fotografie č. 2 Sovovy mlýny

Fotografie č. 3 Václavské náměstí

Fotografie č.4 Čertovka

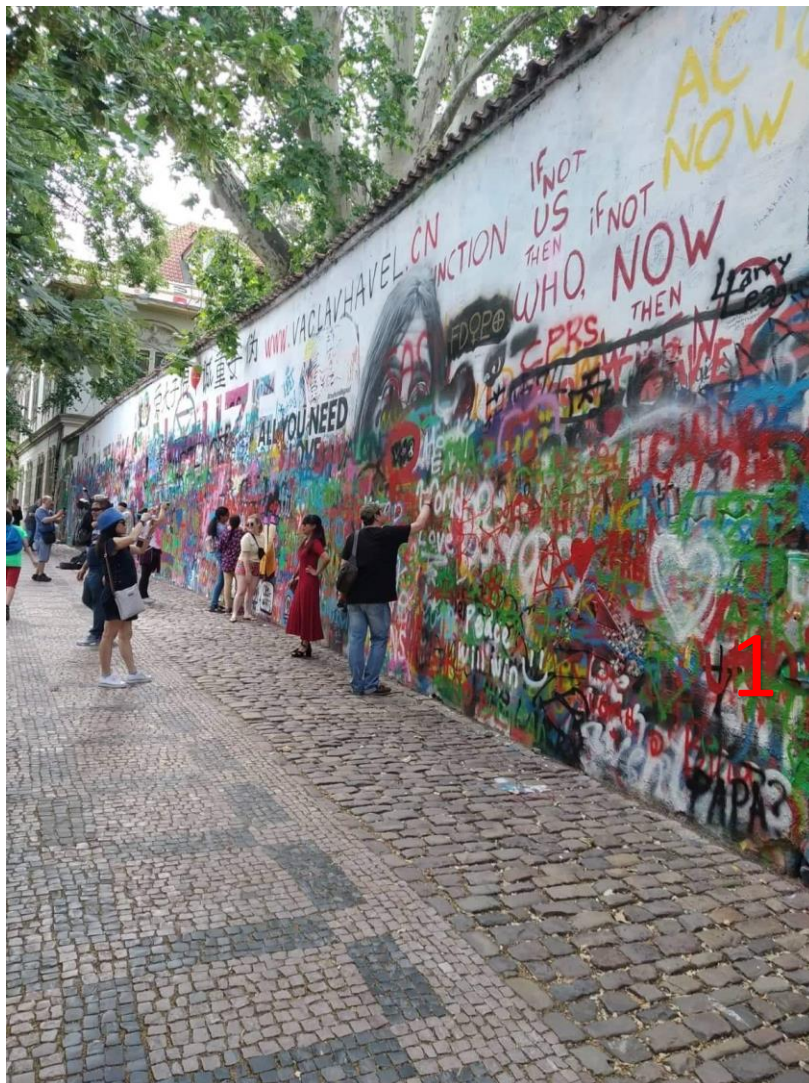
Další fotografie jsou také z našeho hlavního města a vy si můžete tipnout, v jaké části Prahy jsem je pořizovala a co na nich konkrétně je.

Fotografie č. 1

Fotografie č. 2

Fotografie č. 3

Fotografie č.4 Lenka Pumerová



3



4



Informace ze sociálního úseku

Valorizace důchodů od 1.6.2022

Z důvodu vysoké inflace se budou mimořádně zvyšovat státní důchody.

Každý starobní důchod se skládá ze základní výměry a procentní výměry. Základní výměru mají všichni penzisté stejnou. Činí od 1.ledna 2022 částku 3 900,- Kč. Ta zůstává stejná, nemění se. Procentní výměra důchodu závisí na konkrétním průběhu pojištění, to znamená získané době pojištění. Dále je závislá dále na průměrné hrubé měsíční mzdě v době pojištění.

Při mimořádné valorizaci od června se bude všem příjemcům státního důchodu zvyšovat procentní výměra důchodu o 8,2 %. Zvyšovat důchody se dle zákona můžou v případě, že inflace v rozhodném období překročí výši 5 %. Taková situace letos právě nastala.

Jednoduchý výpočet

Senior pobírá od 1.1.2022 důchod např.ve výši 15 940,- Kč. Starobní důchod se skládá ze základní výměry 3 900,- Kč a procentní výměry, která v tomto případě činí částku 12 040,- Kč. Od června bude mít náš senior důchod **16.928,- Kč**. Navýšení činí částku 988,- Kč.

Důchod původní	15940,-	
Základní výměra	3900,-	
Procentní výměra	12040,-	(15 940-3 900)
Navýšení procentní výměry	13028,-	(12 040 x 1,082)
Výše důchodu od 1.6.2022	16928,- Kč	(3 900+13028)

Kdybyste potřeboval někdo bližší vysvětlení, obraťte se na sociální pracovnice. Rády vám navýšení u každého konkrétně vysvětlíme.

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala našemu dlouholetému dobrovolníkovi panu Ing. Janu Mannovi. Od roku 2014 pravidelně docházel k nám do domova. Po osmi letech vedení počítačových kurzů oznámil, že končí. Proto bych ráda Ing. Mannovi poděkovala za trpělivost, vytrvalost, laskavost, s kterou vás, seniory, učil, jak se pohybovat ve světě počítačů a internetu. Moc děkujeme a do dalších let panu Mannovi přejeme hodně zdraví, štěstí a jen to nejlepší.

Eva Merclová

Krásy kolem nás

Někdy nemusíme jezdit ani daleko a zjišťujeme, že kolem nás se děje spousta veselého a krásného. Stačí se dobře rozhlédnout, vnímat krajinu a mnohdy nás překvapí zajímavá setkání. Před týdnem jsem náhodou objevila za naším domem na louce čápa. Přistál tady, asi lovil myši. Čápí hnízdo máme na komíně nedaleko, od nás asi 1 km vzdušnou čarou, kde každý rok vyvedou mláďata. Nevím, zda přiletěl čáp, nebo čápí maminka, prostě hledali potravu pro mláďata. Přiblížila jsem se co nejvíce, abych ho mohla vyfotit, ale abych ho zároveň moc



nevyrušila. Sledoval mě pozorně, byl krásný. Za nějakou chvíli vzlétl a odletěl. Bylo to hezké setkání. S některými zvířaty se ovšem u nás volně nesetkáme, tak jsem vyrazila do ZOO ve Dvoře Králové. Vzali jsme s sebou naše krysařičky Darinku a Koli. Bylo krásně slunečno, holky byly vzorné a okukovaly zvířata. Nejkrásnější zážitek jsme měli v pavilonu pro primáty. Malý kočkodan si zálibně prohlížel oba naše pejsky, vypadalo to, že si s nimi chce hrát. Natahoval na ně ručičky a seděl u nás velmi těsně, dělilo nás jen sklo. Lidé, co tam byli, koukali a smáli se. Na moment jsme se stali i my atrakcí. Jediné, čeho se naši pejscí báli, byl hodně silný řev lva, který opravdu budil respekt. Přeji vám hezké jarní

počasí a mnoho procházek v našem parku a okolí.

Veronika Ludvíčková





Jaro a naše zvířátka

Asi každý z nás se těší po dlouhé zimě na jaro. I když poslední roky už nejsou takové zimy jako bývaly dříve. Sníh, mráz a bílé Vánoce, ty mi chybí asi nejvíce. Ale co naděláme, o to víc tedy vyhlížím první teplé sluneční paprsky. Na zahrádce každým rokem rozkvete více petrkličů a krásně žlutě tam září. Později se k nim přidají skalničky, narcisky a tulipány a vše hraje barvami. Sluníčko láká ven i naši kočku Rozárku, přes zimu ji stále chodíme pouštět ven a zase domů. Chtěla by být venku, ale jak zjistí, že je venku zima, už mňouká za dveřmi. Teplé počasí si užívá natolik, že kolikrát nechce na

noc ani domů a vyloženě dělá, že nás neslyší, když ji voláme. V závěru minulého roku do naší početné zvířecí rodinky přibyl kocourek plemene Sphynx, jménem Simba. Dlouho si ho přály dcery, nakonec jsem podlehla. Říká se o nich, že jsou povahou něco mezi kočkou, psem, opicí a dítětem. Vzhledem k tomu, že jsem dosud neměla s tímto plemenem žádnou zkušenost, musím uznat, že ten náš nemá k opici daleko. Jen přijdu domů, už mi sedí na rameni. Občas zavravorá, uklouznou mu nožky a o škrábance není nouze. Říkala jsem si, že už chápu, proč byly v pohádkách ježibaby tak hrbaté... No, to měly určitě z těch svých koček. A aby kočičkám „nebylo smutno“, dělají jim společnost ještě 2 čivavy a labradorka. Tu má kocour nejraději, má s ním totiž největší trpělivost.

Velikonoce trávíme již tradičně na chatě v Kraskově. Je tam krásný klid, voní tam les a při posezení před chatou se kocháme výhledem na rybník. Letos tomu nebylo jinak a společnost nám dělali i naše zvířátka. Když vyrazíme na procházku, pravda, je nás trochu více, ale zase to máme spravedlivě rozdělené. Děti vedou čivavy, manžel labradorku a já popoháním kocoura na kšírách, anebo ještě lépe, nesu ho na rameni, aby měl přeci pěkný výhled. A vlastně jsme tak všichni spokojeni.

Soňa Kočí

Historie domova - čtení na pokračování

Život v domově se po povodni nezastavil. Všichni zaměstnanci dělali vše pro spokojenost obyvatel.

I přesto, že v parku byla většina cest zničena, již v červnu sloužily k pravidelným procházkám seniorů. A zatím co údržbáři a firmy pracovaly, senioři jezdili na výlety, chodili na koncerty a žili v domově svým životem. V této době vzniklo další nebezpečí v podobě ohně. Mokrý uhlí

v uhelně zahořelo a jen s velkým vypětím zaměstnanců se nestala další katastrofa. A to, že se v domově vrátil život do starých kolejí, dokládala i svatba obyvatelů domova, která se uskutečnila 5.11.1977. Pro novomanželé byl uspořádán vedením domova slavnostní oběd a zahrála i živá hudba.

Cílem a přáním všech zaměstnanců a vedení domova bylo, aby prostředí a celý provoz na obyvatele působil jako jejich vlastní domov a aby svoje stáří v domově přišli ještě prožít a ne jen dožít.

Na podzim 1982 těžce onemocněl vedoucí domova pan Janda, přechodně ho zastupovala až do roku 1984 paní Božena Janatová, účetní domova.

V roce 1984 vystřídala dosavadního vedoucí domova pana Jandu paní Jitka Plíšková. Byla to v tehdejší době mladá a perspektivní vedoucí domova. Její velkou výhodou byla znalost prostředí domova, zaměstnanců, seniorů. V domově v té době, ač ji bylo teprve 33 let, pracovala již deset let. Splňovala také všechny požadavky poplatné v té době, jak politické, tak společenské. V této době měl domov kapacitu 211 lůžek a pracovalo zde 59 zaměstnanců. Z toho 41 zaměstnanců pracovalo v přímé péči, ostatní zajišťovali chod domova – údržbáři, kuchaři, pradelny, administrativa.

V této době se připravovala další náročná adaptace domova. Bylo to v letech 1984-1987. Výměna oken a dveří, rozvody vody do všech pokojů seniorů. Voda v té době byla zavedena pouze v koupelnách, na WC a chodbách. Adaptace probíhala zcela za plného provozu a trvala dva roky. A tak, jak to u nás chodí, po skončení této fáze obnovy, byla naplánována další adaptace. Velká budova potřebuje stále nové a nové zásahy.

V té době se veškerá činnost nesla v duchu plnění a uzavírání závazků brigád socialistické

práce, ROH, KSČ a vztahovala se k významným výročím a oslavám.

V roce 1988 došlo v domově k zásadním změnám, a to na všech úsecích domova. Od ledna 1988 byla přeložena do Prahy vedoucí domova paní Plíšková. Na její místo nastoupila paní Marie Málková.

Naléhavé v té době bylo rozšířit sociální a rehabilitační péči o lidi, a proto na částečný úvazek nastoupila do domova první



sociální pracovnice. Pokračovaly rekonstrukce. Zámek vyžadoval trvalou údržbu a stále vylepšování podmínek pro obyvatele domova. Pokračovala výměna zdravotní techniky, zavádění vody do celého objektu, provedla se překládka tašek na střeše, prováděly se izolační práce proti vzlínání vlhkosti, modernizovala se elektroinstalace, proběhla výměna topných kotlů.

Pokračování příště.

Skrývačky plné vitamínů!

Dokážete v následujících větách objevit názvy ovoce a zeleniny?

1. Prostor za půdními dveřmi sloužil jako skrýš vest, kapesníků a pruhovaných ponožek.
2. Vyjadřoval se jedovatě a příkře, neměl nejmenší zájem o přátelskou konverzaci.
3. To vaše extempore má nepříjemnou dohru, škaredě si ho odskáčete.
4. Denisa látala kalhoty dlouho předlouho a nevšimla si, že v nich nechala zapíchnutou jehlu.
5. Muzikante, hraj české písničky, těch anglických už jsme od tebe slyšeli hodně.
6. Po pozdním návratu domů jsme se těšili na párek a na nastavovanou kaši.
7. K večeři si patrně dáme rybí závitky, mám na ně velkou chuť.
8. V závěru zasedání parlamentních výborů v kanceláři vypukly vášnivé debaty.



Řešení naleznete na str. 6