

DOMOV
PRO
SENIORY

HEŘMANŮV MĚSTEC



U NÁS DOMA

Ročník XXI číslo 3 březen/2015

www.domov-hm.cz



Časopis Domova pro seniory Heřmanův Městec, zřizovatel Hlavní město Praha

Obsah

Slovo na úvod.....	3
Jaro.....	3
Informace z Domova	4
E-Qalin	4
Jak se to má s obnovou částí zámku po požáru?	5
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku.....	6
Stanice A – Světlem tvého oka je tělo	6
Stanice B – Březen – měsíc knihy	7
Stanice C – Co víme o jaru?	8
Stanice D – Máte rádi zvířátka?.....	9
Stanice E- Francovka	9
Trénování paměti ve vile	10
Aktivizační úsek.....	11
Křest knihy	11
Setkání se sponzory.....	11
Maškarní rej na zámku	12
III. ročník turnaje v kuželkách	13
Doteky aneb masáže rukou	14
Návštěva výstavy	14
Keramická dílna v březnu	14
A na co se můžete těšit?	15
Sami sobě.....	15



Slovo na úvod

JARO

Už to tak bývá, jarní počasí si s námi pěkně hraje. Chvíli svítí sluníčko a vypadá to, že už brzy přijde jaro. Počasí se rychle střídá, sluníčko se však zase hned schová a máme smutné až depresivní pošmouro, které nám opravdu na náladě nepřidá...

Mám ráda březnová rána, kdy už alespoň občas ráno zaslechnu hlasy ptáků. Těším se na to, když

v parku
zahlédnu
skotačící
veverky. Dělají
mi radost
rozkvetlé
sněženky, které
svými kvítky
signalizují, že
jaro je za
dveřmi. Budou

následovat koberce něžných bílých sasanek, které pokryjí louky v našem parku. Všechno kolem začne mohutně pučet a zelenat se. Uchvacující pastelové barvy kvítků začnou příjemně lahodit našemu oku a pohladí zimou znavenou duši. Už se moc těším, až se zase ošklivá barva trávy v parku vymění za krásnou svěží jarní zeleň. Každý rok se na jaro vždy moc těším a snažím se, abych si to přicházející jaro vychutnala a užila. Chtěla bych být u toho, když přichází. Nikdy se to



nepovede. Lístky na keřích a stromech vyraší snad během několika minut. Připadá mi to jako ve zrychleném filmu. Těžko se to dá při každodenních povinnostech postřehnout. Koukám do parku a nemohu se vynadívát. Slovy se tento stav popsat nedá. Je to uvnitř a cítím, že je to ráj. Nenechme si tu nádheru jen tak

proklouznout
mezi prsty!
Příroda dokáže
divy, a právě na
jaře určitě ty
největší. Dá
nám
zapomenout na
nepříjemné
věci, na
smutek,
samotu, bolest
a i na to, jaká

zvěrstva dokáží někteří jedinci i v naší celkem poklidné republice napáchat.

Jaro mi dodává energii a elán do práce. Těším se na práci na zahrádce a vůbec mi nevadí ani jarní úklid. S radostí odložím a uklidím zimní oblečení. Těším se na obyčejné věci, například na posezení na zahrádce u kávy a procházky po parku. Máte to také tak?

Marie Málková, ředitelka

Informace z Domova

Milí čtenáři,

mimo shrnutí vydařených akcí, kulturních událostí a jiných, máme také povinnost vás informovat o tom, co děláme pro zkvalitnění našich služeb. Náš domov se již několik let zabývá kvalitou služeb, které poskytujeme. Mohli bychom připomenout Značku kvality, velmi úspěšnou inspekci i další drobné kroky, které vedou k neustálému zlepšování.

E-Qalin®



V dnešních dnech začínáme zavádět v domově projekt nový s názvem E-Qalin. Základem E-Qalinu je proces sebehodnocení v systému řízení kvality organizace. Metoda spočívá v jednorázovém vzdělávání, kterým se získá potřebné know-how vedoucích pracovníků (procesních manažerů) domova a tito pak mohou zavést celý systém ve svém zařízení. Toto vzdělávání máme již za sebou a můžeme se tedy pustit do zavádění této metody.

Model E-Qalin se člení na dvě oblasti — Struktury & procesy a Výsledky — a umožňuje tím kritický pohled na zařízení z pěti různých perspektiv.

Struktury a procesy popisují postupy, nástroje a principy organizace. Je zjišťováno CO, KDO a JAK dělá a to v následujících 5 perspektivách: uživatelé, zaměstnanci, vedení, okolí, učící se organizace.

Druhým nosným sloupem modelu E-Qalin jsou výsledky, které jsou získávány z výše uvedených procesů a kvantifikovány prostřednictvím ukazatelů. V rámci této modelové části je analyzováno, jaké dílčí výsledky organizace mohou být dosaženy a jak mohou být plánovány a řízeny.

Prozatím byla vytvořena řídicí skupina celého projektu, která prošla základním vzděláním. Následně jsme seznámili všechny zaměstnance domova s touto metodou s doplněním o videoukázku a také vyhlásili možnost zapojení jakéhokoli pracovníka z DS do projektu. Věříme, že brzy najdeme další spolupracovníky.

V současné době se mimo řídicí skupinu vytváří 3 PRACOVNÍ SKUPINY zaměstnanců. Jedna se bude věnovat provozním záležitostem a další 2 skupiny spíše tématice sociálně ošetrovatelské. Všechny tyto skupiny budou po dobu jednoho roku pracovat na zhodnocení výše uvedených oblastí. Řídicí skupina následně všechny zjištěné údaje zpracuje a

výsledkem celého projektu bude tzv. **katalog zlepšovacích návrhů**. Ukončení tohoto projektu je naplánováno na říjen roku 2016. Věříme, že tomuto časovému harmonogramu dostojíme a že celý projekt bude mít kladnou odezvu a mnoho zapojených zaměstnanců.

Klára Čížková a Lenka Doležalová, procesní manažerky E-Qalinu

Jak se to má s obnovou částí zámku poškozených požárem v září loňského roku?



Tak nějak člověku chybí zkušenosti, jak se vypořádat s následky požáru. Zažije to (pámbu zaplať) málokdo a obvykle nejvíce jednou za život. Už dávno měli na pokojích st. B bydlet noví uživatelé. Nestalo se tak. Přestože již v lednu byly pokoje vymalované, umytá okna a PVC, nástupy jsme museli odložit, a to asi do konce března. Proč se tak stalo? Naštěstí nás, laiky, napadlo nechat proměřit vlhkost podkladních vrstev pod podlahami odborníkem (znalec z oboru dřevozpracování, pan Pavel Drápalík), který konstatoval vysokou vlhkost podkladních vrstev (způsobenou hašením). Doporučil stávající podlahové vrstvy rozebrat, vyměnit části postižené plísní a hlavně nechat vyschnout kvůli nebezpečí rozvoje dřevokazných organismů.

Na stanici E (podkroví) jsou rekonstrukce v plném proudu, je plně obnoveno vedení elektřiny, vodovodní a topný řád, a od 23.2. nastoupila na tento úsek parta malířů. Přestože tato část budovy byla poškozena požárem mnohem více, bude k obývání dříve, než část v 1. patře.

Markéta Jirásková



K 28. února 2015 končí pracovní poměr odchodem do důchodu dvě zaměstnankyně z vily – paní Danuše Lášková a paní Vlasta Bláhová.

Lenka Novosádová

Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

SVĚTLEM TVÉHO OKA JE TĚLO

Jen málokterá doba si libovala ve smyslových prožitcích více než ta, ve které žijeme. A jen málokterou to dovedlo do takové bezradnosti, jako tu naši. Jsme obklopeni vizuálními podněty natolik silnými a tak rychle se střídajícími, že to nemá v lidských dějinách obdoby. Náš život nabírá často takového tempa, že se v něm jen střídají události, podobně jako obrázky ve zrychleném filmu. Z toho, co nás obklopuje (a taky to, čím se obklopujeme sami), si obvykle jen minimum zaslouží, abychom si toho skutečně všimli. Dívat se na něco a vidět něco je rozdíl. „Svět je dnes už natolik povrchní, že jen stěží chápe význam toho, co je na povrchu“, pronesl na počátku 20. století slavný anglický dramatik Oscar Wilde a přesně tím

Stanice A

vystihl tragiku moderní doby, která tak moc postrádá duchovní hloubku.

Je staletím prověřenou pravdou, že to, na co se člověk dívá, tím se také stává. Má-li možnost setkávat se se *smysluplnou* krásou (nikoliv jen *smyslovou*) pak to proměňuje celý jeho život. Přihlíží-li dlouhodobě zlu, násilí či falši, pak to jeho duši nejenom pokrucuje, ale přímo proměňuje ke zlému. „*Světlem tvého těla je oko. Je-li tvé oko čisté, i celé tvé tělo je plné světla. Je-li však tvé oko špatné, i tvé tělo je ve tmě,*“ říká Ježíš v Lukášově evangeliu (Lk 11,34). Díváme-li se na to, co je dobré (a tím pádem také krásné), pak do našeho života vstupuje světlo, které prozařuje naše nitro, usídluje se v něm a znovu se dere na povrch, aby skrze nás vydalo svědectví světu. Hledíme-li jen na to, co je zlé, pak se otevíráme zlu a temnotě. Staré české přísloví praví, že „oko je do duše okno“ hovoří o tomtéž. Na očích poznáme únavu, bolest, zlobu, lhostejnost, ale naštěstí i radost, optimismus a lásku. V očích se určitým způsobem zračí i lidská duše. „*Radostným srdcem zkrásní tvář, kdežto trápení srdce ubíjí ducha*“ (Přísl 15,13)

Dnes je důležité osvojit si půst očí a myšlenek. Nedívat se na to, co škodí, přestat myslit na to, co nás rozptyluje. Myslitelé všech velkých duchovních hnutí byli ještě daleko přísnější. Jsou zajedno, že lidskou mysl, tuze útlý a jemný organismus, je třeba opatrovat víc než oko v hlavě.



Eva Homolková

Knihy jsou krásné, a přesto v poslední době trochu upadají v zapomnění díky pokročilé technice. A protože březen je označován jako měsíc knih a čtenářů, tak mě napadlo připomenout alespoň trochu knižní historii.



Historie knih

Ústní podání (řeč, tradice, doslech) je nejstarší způsob rozšiřování zpráv a příběhů. Po objevu písma v starověkých civilizacích byly informace zapisovány na hliněné destičky nebo pergamenové svitky. V té době se objevují první knihovny pro jejich skladování (např. Alexandrijská knihovna). Pergamenové svitky byly později postupně nahrazovány kodexem, což je svázaná kniha se stránkami a hřbetem, tedy forma většiny knih dodnes. Pro svitky byl nejčastěji používán papyrus, pro kodexy pergamen. Ten byl ve 14. století nahrazen lacinějším papírem. Před objevem a zavedením tiskařského lisu byly všechny knihy psány ručně. To je činilo drahými a vzácnými. V raném středověku si knihy mohla dovolit jen církev, univerzity a bohatí a často bývaly připevněny řetězy k polici nebo ke stolu proti odcizení. V polovině 15. století začaly být knihy v západní Evropě vyráběny blokovým tiskem (technika byla na východě známá už staletí předtím). Při blokovém tisku byl obrysový obraz celé stránky vyřezán ze dřeva. Matrice mohla být mnohokrát natřena inkoustem a použita na reprodukci kopií dané stránky. Výroba celé knihy byl ale stále náročný proces, vyžadující ručně řezanou desku pro každou stránku. Dřevěné desky také nebyly velmi trvanlivé a snadno se opotřebovaly nebo poškodily.

Čínský vynálezce (Pi Sheng) vyrobil pohyblivé litery z kameniny (žádné příklady jeho tisku se ale nezachovaly). Znaky a zarovnávací výplně vkládal do mělké přihrádky a zaléval je horkým voskem. Po ztuhnutí vosku šla přihrádka s písmeny používat na tisk celých stránek.

Když Johann Gutenberg v 15. století zavedl tiskařský lis s kovovými pohyblivými literami, knihy začaly být levnější a široce dostupné. Odhaduje se, že před objevem tiskařského lisu bylo v Evropě vytvořeno ročně jen asi 1000 různých knih. Knihtisk představoval radikální změnu, kdy jedné knihy mohly být najednou vytištěny statisíce exemplářů. Např. jen dílna Hanse Luffta, tiskaře ve Wittenbergu, vytiskla mezi lety 1534 a 1574 více než 100 000 výtisků Lutherovy bible.

Další staletí znamenaly zlepšení tiskařského lisu a současně i podmínek pro svobodu tisku postupným uvolňováním přísných zákonů cenzury. V polovině 20. století knižní produkce v Evropě byla přes 200 000 titulů ročně.

Zdobení vazby

Potah obálek (knižních desek) je kvůli ochraně papíru často *laminován*. Povrch papíru je potažen slabou fólií - lesklou, matnou nebo strukturovanou. Používá se také *lakování* papíru. Laik rozdíl téměř nepozná. Pro větší efektivitu se může nalakovat pouze část papíru (obálky, přebalu), to pak nazýváme *parciálním lakem*. Dále se obálka zdobí *slepotiskem*, což je vytlačení nápisu nebo obrazce do obálky (přebalu). Ražba je vyražení nápisu nebo obrazce do obálky knihy přes slabou fólii, ze které se na obálku přenesou barva (např. zlatá).

Zdroj: Wikipedia.org

Klára Svobodová

Stanice C

Co víme o jaru?



Všichni se na něj těšíme, ten přechod ze zimy do jara je něco úžasného. Ale kdy vlastně začíná a jak celé to probouzení přírody probíhá? Je to malý zázrak...

Jaro začíná v době jarní rovnodennosti, kdy je den stejně dlouhý jako noc a tepla stále přibývá. A právě světlo a teplo probouzí ze zimního spánku celou přírodu. Stromy začínají pučet a ukazovat nové listy a větvičky, ze země vyrážejí nové rostlinky. Většina zvířat má na jaře mláďátka a ptáci se vrací domů ze svých

zimovišť. Všechno je v pohybu, roste a rozvíjí se s ohromnou energií. To, co se děje v přírodě na jaře, můžeme přirovnat ke zrození létům života člověka.

Měsíc - BŘEZEN je měsíc přeměny zimy na jaro, čas tajícího sněhu a probuzení života.

Měsíc - DUBEN většina stromů a keřů začíná pučet a vyhání nové výhonky a ze země vyrážejí svěží rostlinky.

Měsíc - KVĚTEN je měsíc květů a vůní, mláďat a čas prvních teplých dní.

Už jen pár dní a všechno uvidíme na vlastní oči, když se nám park začne zelenat a sluníčko nás šimrat na tváři. Odpočineme si od zimy, při procházkách načerpáme energii, a budeme objevovat jak je náš svět krásný.

Petra Justová

Březen suchý, duben mokrý a máj prochlazený, roček bude vydařený.

Máte rádi zvířátka?

Stanice D

Snad v každé rodině se někdy vyskytlo nějaké zvířátko-domácí mazlíček. Za mého mládí jsme doma měli rybičky, andulky i pejska. V pozdější době měli moji synové křečky. Nyní již přes 10 let máme vodní želvu. Její přesný název je želva nádherná.

Obvykle dorůstá do délky 15-30cm, ve výjimečných případech pak až 40cm. Samečkové jsou o něco menší než samice, většinou dorůstají délky kolem 20-30cm.



Typickým znakem těchto želv je červená skvrna nebo pruh po stranách hlavy, čímž se želvy nádherné odlišují od jiných severoamerických želv. Barva se pohybuje od sytě červené přes cihlovou až po jasně oranžovou. Tak jako u téměř všech ostatních želv, je i u želvy nádherné většina těla kryta tuhým krunýřem. Krunýř nabývá v průběhu želvího života různé zbarvení, nově narozené a

mladé želvy mají krunýř sytě zelený, během dospívání pak postupně tmavne až do olivových a hnědých barev.

Velikost krunýře a jeho zbarvení však také souvisí s tzv. pohlavním dimorfismem, což znamená, že samec a samice se v některých ohledech odlišují. Samci mají přední drápy dlouhé a zakřivené, zatímco samice mají rovné a krátké. Dalším rozpoznávacím znamením je, že samci mají nápadně větší a širší ocas.

Potrava: hlavní složkou potravy by měly být ryby. Ke krmení se také hodí převážně všechny druhy plžů. Jako výborný druh krmení se osvědčili mouční červy. Lze je také krmit rybím, kuřecím a hovězím masem, které musí být libové.

Rozmnožování: námluvy a páření u želv nádherných většinou probíhá od března do července. Podmínkou je pohlavní dospělost obou jedinců, což u tohoto druhu bývá mezi 3-5roky.

Při chovu vodních želv je důležitá častá výměna vody, vodní filtry, vhodné složení krmiva.

Zajímavost: želva nádherná je jeden z nejchovanějších druhů sladkovodních želv na světě.

Jana Novotná

Francovka

Stanice E

Taky vás všechno bolí? Dlouhá zima a časté výkyvy počasí nám na zdraví ani na náladě nepřidají. A tak jsem si nedávno vzpomněla, jak všechny tyto neduhy řešila moje babička. Představte si, že vše léčila francovkou! Bolely jí klouby – namazala si je francovkou, bolelo jí

v krku – vykloktala si francovku, měla kašel – nakapala si ji na kostku cukru, atd. Ať jí bylo cokoliv, vždy pomohla francovka. A tak jsem si našla informace, co o tomto „všeléku“ píší dnes.

Francovka je roztok různých látek, zejména mentolu, kafru a bylinných extraktů.

Používá se

- ke zmírnění bolestí při kloubním a svalovém revmatismu,
- kloktání zředěného roztoku při chorobách z nachlazení a při chřipce,
- k inhalacím při rýmě, chřipce, katarrech, nachlazení,
- při odstranění celkové únavy po mimořádné zátěži organismu,
- k dezinfekci drobných oděrek a ran,
- k masážím při revmatických bolestech svalů,
- jako osvěžující prostředek do koupele, k obkladům,
- k výplachům ústní dutiny při všech infekcích úst, při krvácení dásní, ústním pachu, viklání zubů a paradentóze,
- při bolesti zubů – nakapat na vatku a přiložit na bolavý zub,
- při bolestech hlavy – nakapat francovku do týla a na spánky,...



Přesto, že dnes máme v lékárnách mnoho účinných medikamentů, jednu lahvičku s „babiččiným zázrakem“ jsem si z nostalgie koupila. A běda, když nezabere! 😊

Jiřina Dittrichová

Trénování paměti ve vile

V pátek 27.2. jsme se již po osmé sešli ve vile na kurzu trénování paměti. Trénování paměti umožňuje aktivní formu odpočinku, můžete se zbavit stresu a zvýšit si mozkovou kapacitu, je označováno jako **terapie příjemného šoku**, protože člověk si uvědomí, jaké množství informací má uloženo v mozku a co všechno si pamatuje.

Cvičením si procvičíte dlouhodobou i krátkodobou paměť, osvěžíte si logické myšlení, procvičujeme pravou mozkovou hemisféru, svojí schopnost koncentrace a můžete si zvýšit i svojí slovní zásobu. Naučíte se používat mnemotechniky.

Podněty mozek získává prostřednictvím smyslů – zrak, čich sluch, chuť a hmat. Mnemotechniky jsou techniky, které zdokonalují spolupráci mezi krátkodobou a dlouhodobou pamětí. Krátkodobá paměť má omezenou kapacitu, zapamatuje si pouze 5-9 podnětů. Dlouhodobá paměť má neomezenou kapacitu. Prostřednictvím mnemotechnik se nová informace stane pro mozek atraktivnější, a proto si ji mozek snadněji uchová a v případě potřeby si jí i snadněji vybaví. Postupně jsme se seznámili s technikami jako je kategorizace, dnes už víme, co to jsou akronyma a akrostika, naučili jsme se prostřednictvím mnemotechnik kalendář na rok 2015, techniku Loci atd. Také jsme se pobavili a zasmáli, a hlavně už víme, jak hodně si pamatujeme.

Eva Merclová

Aktivizační úsek



Křest knihy Ivo Šimáka „KNÍŽE OLDŘICH FERDINAND KINSKÝ na zámku a panství v Heřmanově Městci v letech 1919-1938“

Ve čtvrtek 29.1. odpoledne jsme se společně sešli v Rytířském sále ke slavnostnímu křtu a k uvedení již druhé knihy Ivo Šimáka. Program zahájilo a hudebními vstupy doprovodilo zámecké duo Jirka + Magda. Ivoš pohovořil o vzniku knihy a

seznámil přítomné s jejím obsahem a prameny, z nichž čerpal historické dokumenty, fotografie a další cenné informace. Paní ředitelka poté společně s Ing. Alešem Jiroutkem a autorem pokřtili knihu netradičně – posypáním solí. Jistě se ptáte, proč byl proveden křest právě solí? Je to jednoduché, vysvětluje Ivoš : „Sůl je, jak všichni vědí, nad zlato a právě proto, že v této knize jsou některé dokumenty, které nelze vyvážit zlatem, mají cenu právě soli, která je víc než zlato. Proto byla kniha solí pokřtěna.“ Naši uživatelé během programu nejen pozorně poslouchali, ale popíjeli také kávu a pochutnávali si na pařížském řezu. Příjemně strávené odpoledne všichni přítomní ocenili a nešetřili chválou!

Alena Tučková

Setkání se sponzory

Propagace druhé knihy Kníže O.F. Kinský na zámku a panství v Heřmanově Městci v letech 1919 - 1938 pokračovala dne 20.2. od 10,00 hodin na zámku v Rytířském sále, kde se uskutečnilo setkání sponzorů a pracovníků státních archivů. Účast sice byla trochu poznamenána chřipkovou epidemií, ale přesto se zúčastnilo 15 lidí z 22 pozvaných. Úvodní slovo a přivítání účastníků obstarala velice pěkným projevem paní ředitelka Málková, pak ke slovu přišlo naše zámecké DUO Jirka a Magda a než byla účastníkům rozdána kniha a káva, vyplnili tuto část písní. Poté jsem si jako autor knihy vzal slovo já a provedl jsem zúčastněné obsahem knihy. Dříve než byl podán oběd, tradiční řízek a bramborový salát, tak se rozvinula zajímavá diskuse účastníků, zejména pracovníků z archivů Děčín a Litoměřice a



Dr. Hořejše z Technické národního muzea. Setkání bylo velice příjemné a spontánní. Zúčastnili se ho např. starosta Města Heřmanův Městec pan Kozel, lékárnice Mgr. Machová, Ing. Karabec z MK Market, Ing. Plíšek z Vodárenské společnosti, MUDr. Novotná, kronikářka města Mgr. Bočková, matrikářka Vladimíra Dlouhá Dis., Luboš Kubík, fotbalový

internacionál, Petr Mareš zástupce tiskárny Sezemice, Ota Kápička za fotbalový sportovní klub atd. Poděkování patří za přípravu a obsluhu přítomných Bc. Veronice Kumperové a Mirce Bečkové.

Přesto, že původně bylo setkání plánované tak na hodinu, účastníci se rozcházeli takřka po dvou a půl hodinách, což svědčí o velmi srdečné atmosféře, která panovala na setkání.

Dovolte mi, abych ještě jednou všem poděkoval za podporu jak morální tak finanční, neboť bez toho, by tato druhá kniha nikdy nevznikla. Již se těším na poslední akci a to bude setkání a prezentace knihy pro veřejnost, která proběhne na zámku v Rytířském sále dne 29.3.2015 od 14 hodin.

Ivoš Šimák

Maškarní rej na zámku



Na pátek 13. února 2015 jsme se připravovali v našem Domově několik týdnů. Chystali jsme se totiž na maškarní rej.

Vše vypuklo přesně ve 13 hodin v 1. patře našeho Domova. Sešlo se několik desítek krásných masek. Za hudebního doprovodu Standy Mrázka průvod navštívil uživatele na pokojích v 1. patře a následně i na stanici C v přízemí. Poté jsme se

všichni společně vyfotografovali na zámeckém nádvoří a přesunuli se do vyzdobeného Rytířského sálu. Pochutnali jsme si na masopustních koblihách a čaji s rumem. Zaposlouchali jsme se do lidových písniček, zaspívali si, zahráli si hru „Dynamit“ a poznávali jsme písničky jen podle hudby.

Závěrem paní ředitelka Marie Málková vyhlásila tři nejkrásnější masky, které obdržely ceny:

Mořská víla - paní Charouzová

Noc - paní Kocková

Černokněžík - pan Matějovič

Zvláštní cenu za masku vodníka obdržel pan Čejka od zdravotního týmu - lékař a pět sestřiček - přímo na pokoji.

Vám všem, kteří jste se ustrojili do kostýmů a hlavně personálu, který se přípravě a průběhu akce plně věnoval, patří velké poděkování. Na tuto krásnou akci budeme určitě ještě dlouho vzpomínat.



Hanka Zítová

III. ročník turnaje v kuželkách



Už se stalo tradicí, že pro vás v únoru pořádáme turnaj v sálových kuželkách. Letos našlo odvalu soutěžit 11 uživatelů. V kategorii ženy vyhrála paní Marie Svobodová, druhé místo patřilo paní Miloslavě Skramuské a třetí místo paní Věře Flíčkové. V kategorii muži první místo získal pan Alois Svoboda, druhé místo pan Josef Zázvorka a třetí příčku obsadil pan Stanislav Vejnar. Gratulujeme! Nikdo ze soutěžících ani diváků neodcházel s prázdnou. Každý, kdo přišel, dostal cenu útěchy. Klobouk dolů před těmi, kdo našli chuť a odvalu si zasoutěžit. Na shledanou u IV. ročníku v roce 2016. Za tým aktivizace

Veronika Kumperová

Doteky aneb masáže rukou



Ve středu 4.2.2015 v místnosti rehabilitace probíhala akce, která zatím v našem Domově nebyla. Vždy je něco poprvé. Sešli jste se v hojném počtu, zájem byl obrovský a každý z vás nešetřil chválou.

Masáž rukou pro každého z vás může být užitečná. Dotek pomáhá, abychom se uvolnili, vydechli, zrelaxovali, doplnili energii a pociťovali, že nejsme sami... Zároveň je dobré, aby člověk vnímal blízkost druhého

člověka, a k tomu přirozeně patří i dotyk. O toto jsme se snažili odpoledne přesvědčit i vás. Myslím, že výsledek byl znát hned z vašeho úsměvu a poděkování.

Lenka Pumerová

Návštěva výstavy

Během února jsme navštívili výstavu v židovském dvojdomku v Heřmanově Městci nazvanou „Výstava o demokracii“. Připomněli jsme si tam události týkající se listopadu 1989 a následujících dní. Na výstavě bylo možné vidět fotografie, vlajky a listiny se jmény lidí z Heřmanova Městce. Účast byla hojná. Celou akci jsme zakončili v kavárně Kamarád.

Keramická dílna v březnu

Od začátku února jsme se v keramické dílně věnovali dalšímu tématu a to „HMYZÍ ŘÍŠE“.

Pod našima rukama tak vznikali pavouci a pavoučci, berušky a motýlci. Všechny tyto potvůrky jsme nainstalovali na pavoučí síť, která je vytvořena z drátků. Vystavena bude po celý březen. A během března budeme vytvářet další dílo, které nese název „JARNÍ LOUKA“.



Veronika Vodičková

... a na co se můžete těšit?

Úterý 3.3.2015 - Výstava modelů autíček v Rokytne

Čtvrtek 5.3.2015 – Vystoupení S harmonikou republikou v sále od 13 hodin

Úterý 10.3.2015 – Květinová zábava v sále od 15 hodin

Středa 11.2.2015 – Solná jeskyně Třemošnice od 13 hodin

Čtvrtek 12.3.2015 – Schůze uživatelů

Úterý 17.3.2015 – Soutěž Malešický mozek

Úterý 24.3.2015 – Velikonoční jarmark v dílnách

Středa 25.2.2015 – Solná jeskyně Třemošnice od 13 hodin

Neděle 29.3.2015 – Autorské čtení I. Šimáka v sále od 14 hodin

Úterý 31.3.2015 – Výstava květin u Starkla v Čáslavi



Sami sobě

Mgr. Pavel Švestka - „Nevěřme nikomu na světě širém, nemáme jednoho přítele tam...“

- potud vždy platná slova básníka Svatopluka Čecha.

Psal se rok 1949. Ještě neplatil Zákon o ochraně státních hranic. Měnová reforma byla ještě poměrně vzdálená. Naše kvinta tehdejšího gymnázia odjela za krásného říjnového rána na brigádu do Halže u Tachova, a to na sklizeň lnu. Byli jsme ubytováni na zámku v Halži, na pole i nazpět nás svezl traktor a obědy nám přivezli až na místo. Na bezmračné obloze svítilo podzimní slunce, mohli jsme se volně pohybovat i v okolí státní hranice, bavorský pohraničník se choval přátelsky a vstřícně, pomáhal nám za pomoci našich zbytků protektorátní němčiny občas si s ním pohovořit.

„Nevěřme nikomu na světě širém...“ Pohraničník z čista jasna namířil samopal na jednoho našeho studenta a donutil ho odpochodovat směrem bavorské městečko Bärnau – s rukama vzhůru, jako v kovbojce... dnes bychom asi řekli – westernu. Nepodařená fraška! Naštěstí netrvala dlouho, kamarád se brzo vrátil. Pohraničník se tudíž chtěl na nás „vytáhnout“, být postaru řečeno „komisní“. Teď zdomácněl výraz „šikana“, původu

francouzského. Leč už dosti filologických hrátek, vraťme se i s traktorem na zámek v Halži. Pan profesor už zase nabyl po počátečním zděšení pedagogické důstojnosti či spíše suverenity. Klíčem k tomuto průšvihů byl on sám, vždyť on měl být s námi v ten den v blízkosti „čáry“, tedy na české straně státní hranice. Tam by byl jasně viděl, že nikdo z nás hranici nepřekročil, leda, jak uvedeno, pod hrozbou samopalů. A „trest“, který byl na nás kvintány uvalený - v kontextu příhody opět trapná fraška! Každý jsme museli zaplatit 27,50 Kčs za zakoupení neexistující knížky s názvem „Jak se máme chovat na brigádě.“ Případné dotazy o fiktivním čtivu profesůrek výhružným hlasem odbyl.

Tedy něco veselejšího.

Když jsme se jednou v průběhu studia s tímto pedagogem před létem loučili, kladl jedné naší spolužačce na srdce, citováno, jak řekl, „aby se přes prázdniny nezapomněla.“ Zase ty filologické reminiscence. Profesůrek mínil jistě učební látku, ale to zatrolené zvrátané zájmeno smysl věty zcela otočilo. Na obhajobu pedagoga je třeba uvést, že jeho kolega – češtinář a latinář – jindy opakovaně uváděl, že v mluveném projevu se nějaký „anakolut“ - tedy vybočení z větné vazby, zkratka přeroknutí, může občas vyskytnout. Náhodnou shodou okolností jsme maturovali právě v den – či dny – měnové reformy v červnu 1953. V restauraci v Krčském lese jsme měli pomaturitní večírek, rozcházelí jsme se skoro až za svítání. Když jsme chtěli po staronovém zvyku našeho „halžského“ profesora pohostit, navzdory nedostatku „nových“ peněz, zdvořile odmítl, řka, že on i profesorský sbor mají nových peněz dost !??. Jistě mu to sloužilo ke cti. Rozhodně to nebyl špatný člověk – rádi jsme na něj vzpomínali. I když byl někdy komisní.

Tedy: „konec dobrý, vše dobré“.