

**DOMOV
PRO
SENIORY**

**PRAHA
PRAGA
PRAG**



CERTIFIKOVANÝ DRŽITEL

U NÁS DOMA

HEŘMANŮV MĚSTEC

Ročník XXI číslo 6 červen/2015 www.domov-hm.cz

SLAVÍME DEN DĚTÍ A TĚŠÍME SE NA LÉTO



1/ČRV

Obsah

Slovo na úvod	3
Informace z Domova	4
Felix obdržel náš pozdrav.....	4
Koho jsme přivítali ze zaměstnanců.....	4
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku	5
Stanice A – Příběhy, které píše sám život	5
Stanice B – Svatba.....	6
Stanice C – A výlet byl tu!	9
Stanice D – Osobnosti Heřmanova Městce	9
Stanice E - Nespavost	10
Pojďte s námi na procházku do parku	11
Aktivizační úsek	12
Májové koulení 2015	12
Hlad domova na duhovém křídle	13
Masáže obličeje nebo rukou ke Dni matek	13
Návštěva dětí z mateřské školy	14
A na co se můžete těšit?	14
Sami sobě	15



Slovo na úvod

A máme před sebou léto. Dnešní vydání našeho časopisu je poslední, další vyjde zase až v září. Blíží se prázdninové měsíce, blíží se doba letních dovolených. Každý z našich zaměstnanců se na dovolenou velmi těší, protože cítí potřebu odpočinout si a načerpat další potřebnou sílu. V našem domově však provoz samozřejmě nelze zastavit ani nijak výrazně omezit. A tak se v létě, obdobně jako každým rokem, musíme na dovolené vystřídat tak, jak nám to provozní podmínky dovolí.

Aby to nebylo až tak jednoduché, přijdou do toho další plánované práce jako je například v letošním roce výměna lůžkového výtahu. Máme za sebou již přibližně polovinu doby odstávky. Ve druhé polovině června se nový výtah opět zprovozní. Všichni se na to již těšíme, protože stávající stav značně komplikuje život nejen uživatelům, ale i personálu.

Následně přijde měsíc červenec a musíme zahájit plánovanou rekonstrukci stravovacího provozu. Tato rekonstrukce bude probíhat v měsících červenec až srpen. Rozsáhlé stavební práce významně zasáhnou do běžného provozu. Naše



kuchařky budou po dobu rekonstrukce vařit v pronajaté školní kuchyni a naši údržbáři nám budou dvakrát denně jídlo dovážet autem. Budeme nuceni zjednodušit jídelní lístek, tzn. že zrušíme na dva měsíce výběry stravy ze dvou jídel jak ke snídani, tak i k obědu a k večeři. Po celé 2 měsíce budeme podávat pouze studenou večeři. Odměnou nám pak bude krásný moderní a účelový prostor celého stravovacího provozu. Náklady na rekonstrukci si vyžádají více než 11 milionů korun. Stavbu bude realizovat firma Tost.cz s.r.o. z Ledče nad Sázavou. Nabídka této firmy byla komisí vybrána ve výběrovém řízení jako cenově nejvýhodnější, a to ze 4 podaných nabídek.

Kromě provozních komplikací však mají naši zaměstnanci pro vás, naše uživatele, připravenou spoustu výletů a dalších pěkných kulturních, sportovních a společenských aktivit.

Přejme si, ať nám počasí umožní co nejčastěji pobývat venku v přírodě, abychom si užili krásného letního období co nejvíce! Marie Málková, ředitelka

Informace z Domova

Felix obdržel další náš pozdrav



Jak jsem vás v minulém čísle informovala, koordinátorka z Centra Dialog odletěla na návštěvu do Keni a navštívila i Felixe, kterého již 7 let sponzorujeme. Když jsme naši spolupráci započali, byly Felixovi 4 roky a dnes už mu je 11 let. Jak vidíte na fotografii, Felix vyrostl.

Škoda jen, že se nám v tom českém tričku nevyfotil... Ale usmívá se pořád, tak se od něj zkusme alespoň toto přiučit.

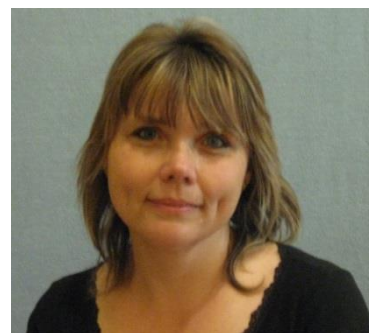
Hezké léto všem.

Klára Čížková

Koho jsme přivítali ze zaměstnanců?

1. dubna 2015 nastoupili dva noví zaměstnanci – paní Jitka Dětáková na stanici C a pan Robin Baloun opětovně na brigádu na údržbu.

Lenka Novosádová



Albert Camus

"Jistota, že jsme inteligentnější než ostatní, je povážlivá už proto, že ji s námi sdílí tolik pitomců."

Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

Stanice A

Příběhy, které píše sám život

Bývalo to těžké, ale krásné



Těmito slovy bych vyjádřila vzpomínky na léta prožitá s cirkusem Humberto. Stále jsem poznávala nová města, jinou krajinu. Do malého prostoru maringotky se vešlo celé moje pohodlí. Malý stůl, skříňka, dvě lůžka nad sebou, kamínka, vařič, malá vana, do které jsem si ohřívala vodu, konev s pitnou vodou na schůdku u dveří. Moji svěřenci, Shetlandští poníci, mě dokázali připravit často i mnohá překvapení. Poník Šmejda všechno vyšmejdil, sundal si ohlávku, vzal s sebou 3 nebo 4 ostatní poníky a společně utekli prozkoumávat okolní terén. Vždy se ale vrátil a přivedl sebou celou skupinu. Nejednou jsme řešili stížnost ohledně rozdupaného a snědeného zelí na zahrádce. Benjamin rád kopal a štípal. Vedla jsem ho do manéže, nebylo mu to vhod a tak mě kopnul. Jeho kopnutí jsem mu oplácela tím, že jsem ho také lehce koplá, abych ho naučila lepším mravům. Velké koně jsme mívali pojmenované po lidech. Vzpomínám si na koníka Honzu, Říšu, černého Juráška, na kobytku Zuzanu, na které jsem ráda jezdila a koupala jí v řece. Za pěkného počasí se i ostatní koníci rádi koupali. Dva bratři měli 5 slonic. Jmenovaly se Mahula, Naděžda, Nora, Darja a Gira. Sloni mají velmi dobrou paměť. Dobře se cvičí a lehce si zapamatují svá vystoupení. Poznají, jakou má člověk, který s nimi cvičí, náladu. U slonů nesměl být nikdo nervózní, kdo by jim chtěl ublížit, riskoval by, že se po něm slon ožene chobotem. Do manéže cvičitel musel vstoupit vždy s dobrou náladou, povely dávat zvolna a v klidu. Jednoho dne se stalo, že nám milé slonice utekly. Navštívili jsme město Český Těšín a v nestřežené chvíli naše sloní dámy, jedna za druhou překročily hranice a ocitly se až v polském Těšíně. K velkému zděšení tamních obyvatel nám oznámila policie, abychom si pro slony přijeli. Tenkrát vše dobře dopadlo. Horší situace nastala, když utekl z klece lev. Běhal po areálu cirkusu. Krotitel Sameš vystřelil pistolí do vzduchu, lev se

výstřelu vždy bál, utekl do hlavního stanu a nechal se nalákat zpět do klece. O různé příhody v našem cirkuse nebyla nouze. Vzácné opičky mandrilky – mandril rýholící měly svůj původ v jižní Africe. Jejich srst byla šedá a rezavá, vynikalo modře zbarvené čelo. Malé opičky byly přítulné, ale běda když zamotaly své prsty někomu do vlasů. Nechtěly povolit a vlasy se pak musely ostříhat. Velké byly tak trochu náladové. Vzpomínám si, jak mě mandrilka dala facku, protože jsem vstoupila do její klece.

Zaskakovala jsem tenkrát za svojí kolegyni. Mezi naše zvířecí cestovatele patřily i malpy kapucínské. Těmto roztomilým opičkám jsme říkali kapucínky. Vynikaly svojí bystrostí a hbitostí. Leckde se nám dokázaly protáhnout. Každé z našich zvířat mělo svůj způsob života a svoji povahu. Kdo jim rozuměl a uměl s nimi dobře zacházet, tomu se svým chováním dokázali zavděčit.

Podle vyprávění paní z našeho domova napsala Vlasta Růžičková.

Stanice B

SVATBA

Krásné dlouhé bílé šaty, myrtový věneček, maminčiny usazené oči. Víím, že i vám to připomene svatební den.

Zkusíme vám připomenout tuto tradici.

V různých kulturách se konaly různé obřady, ale motiv byl vždy společný – **partnerský svazek**. Tuto událost bylo vždy třeba **ekonomicky zajistit** a hlavně náležitě **oslat**. Naši předkové velmi prakticky přistupovali k zajištění jak rodinného majetku a jeho rozmnožování, tak k usnadnění plození potomků – tedy svazky byly většinou předem domluveny. Svazky tak byly spíše **volbou rodiny a rozumu**, než milujícího srdce, což ovšem nebránilo v mohutných oslavách, trvajících i více dní a nocí. Dnes ani netušíme, kolik bylo vyplakaných slz nad nešťastnými láskami, které nebyly nikdy naplněny...

V předsvatebním shonu není nic příjemnějšího, než se na chvíli zastavit a vrátit se do dob současnosti.

V minulosti měla **družba** významnou obřadní funkci, dnes se tato úloha přesunula na svědky a je to většinou člověk určený k obveselování ostatních, proto je dobré volit někoho blízkého, ale zároveň vtipného, výřečného a organizačně schopného. **Družičky** se měly v minulosti co nejvíce podobat nevěstě a tímto způsobem měly zmást zlé duchy, aby



nepoznaly, která z dívek je nevěsta a nemohli nad ní „páchat zlé moci“. Často se jednalo o mladé dívky, panny, z rodiny nevěsty nebo alespoň ze stejné vesnice. Dnes družičky nejčastěji zdobí auta, svatebčany a starají se o zábavu hostů. Často se jedná o malé děti, pro které je tato funkce hlavně zábavou. Dříve se ovšem nošení závoje nevěstám nekonalo.

Tradice, která zůstává zachována, nebo jen s malými odchylkami, jsou **šaty nevěsty** a její **doplňky**. Šaty nevěsty mají být bílé, jako symbol čistoty a panenství. Do konce 1. republiky zdobil nevěstu myrtový věneček se závojem. Závoj značil podřízenost ženichovi, jako svému manželovi, a do poslední chvíle měl skrývat panenskou cudnost dívky.

Na konci 19. století převažovaly **církevní sňatky**, civilní sňatky jsou až záležitostí první republiky. V minulosti byl více kladen důraz na rodinu, na její zakládání, na děti. Svátost manželská byla důsledně dodržována nebo alespoň preferována.

Tradice a pověry



Svatba, nevěsta, svatební veselí... všechny tyto pojmy jsou odpradávná spojovány s různými legendami a pověrami, někteří je mají za pravdivé, jiní se jim smějí, ale jak to tedy je?

O pověrách často mluvíme, jakoby byly naše vlastní, i když je vymysleli naši předci již dávno. Říká se, že **snoubenci by neměli trávit předsvatební noc v jednom domě**, je tedy dobré snoubence vyslat na poslední předsvatební noc

k rodičům, aby ho dobře ohlíдали a on si neudělal bujarou noc s kamarády – i když dnes je právě toto v módě...

Dále se říká, že **by ženich neměl vidět šaty nevěsty dříve než před obřadem**, pověra říká, že kdo spatří svůj protějšek ve svatební den jako první, bude mít v manželství navrch – tedy je dobré, aby nevěsta byla bdělá a uviděla svého milého ve svatební den jako prvního.

Nvěsta by měla mít ve svatební den oblečeno všechno nové, začíná nová etapa jejího života. Dále **jednu věc vypůjčenou a jednu věc starou**, často nějaký šperk, který má v rodinné historii význam, také **něco darovaného a něco modrého**. Na novomanžele se při odchodu z obřadní síně **hází zrnka rýže**, což symbolizuje blahobyt a štěstí v budoucím životě. **Prstýnek tvaru kroužku má vyjadřovat věčnou a dlouholetou lásku**, zlato se používá pro svou vzácnost a na prsteníčku levé ruky se nosí proto, jelikož tudy teče krev přímo do srdce...

Ať už se svatební hostina koná doma nebo v hostinci, dochází před jejím započítím k řadě zvyků – **nevěsta musí říci své nové jméno, následuje rozbití talíře a jeho zametání novomanželi**, což prokáže jejich schopnost spolupracovat a zároveň střepy přinášejí štěstí, takže manželství bude harmonické. Následuje **pojídání polévky z jednoho talíře**, které také symbolizuje schopnost spolupráce, ale také podstatnější symboliku, kterou je schopnost brát si a dávat z jednoho společného krajíce... Oznámení a zvaní na svatbu je dnes činěno **svatebním oznámením**, doplněným o pozvání ke svatební hostině. Klasické je pečení koláčků, **zvací koláčky** se podle tradice pečou několik týdnů před svatbou, rozdávají se příbuzným, přátelům a sousedům a jsou zároveň pozvánkou na svatební hostinu. Tyto koláčky jsou považovány za vizitku kuchařského umění hospodyně. Jelikož je tento zvyk velmi chutný, nehrozí zřejmě jeho zapomenutí.

Ženich dnes přenáší nevěstu přes práh jejich nového společného domova, prý proto, aby přelstil zlé duchy, kteří číhají nad prahem, významem je začátek nového života.

V neposlední řadě ke svatebním tradicím patří snaha uchovat si něco, co by svatbu připomínalo, proto si nevěsty lisují některé kvítky ze své svatební kytice, nebo ji suší rovnou celou.

Moderní, **civilní manželství** je poměrně mladou institucí. Potřebný zákon u nás vymyslela a uvedla do praxe až legislativa rakouského mocnářství v dubnu 1890. Do té doby bylo manželství uzavíráno zásadně před bohem a bylo považováno za svaté. Na druhé straně tento zákon objevil do té doby neznámý **akt rozvodu**. Avšak také to přineslo větší prostor svobodě a otevřela se nová cesta k dříve vzácné věci – **sňatkům z lásky**. Ještě v minulém století sloužilo manželství především k zaopatření a láska se měla vyvinout až v průběhu let. Nebo alespoň **tolerance k druhému**. Bez ní to ale nejde ani nyní, na prahu 21. století.

Zdroj : svatby.cz

Petra Polgárová, Blanka Hlaváčková, Klára Svobodová

Výročí

1. rok – bavlněná	9. rok – měděná	25. rok – stříbrná
2. rok – papírová	10. rok – cihlová	30. rok – perlová
3. rok – kožená	11. rok – ocelová	35. rok – korálová
4. rok – květinová	12. rok – hedvábná	40. rok – rubínová
5. rok – dřevěná	13. rok – krajková	45. rok – safírová
7. rok – vlněná	14. rok – slonovinová	50. rok – zlatá
6. rok – železná	15. rok – křišťálová	60. rok – diamantová
8. rok – bronzová	20. rok – porcelánová	65. rok – kamenná

Stanice C

A VÝLET BYL TU!

Již v březnu jsme se my, zaměstnanci stanice C, dohodli s naší vedoucí p. Peštovou na tom, že bychom mohli s našimi uživateli podniknout nějaký výlet. Při kolektivní schůzce jsme vzali v potaz jaro a již příjemné počasí a naplánovali jsme cestu ke Starklovi do Čáslavi. Vedení DS nám vyšlo vstříc a nabídlo služební auto na 15.4.2015 a tak jsme všichni byli rádi, že můžeme vyrazit.



V den odjezdu byli již od rána naši uživatelé nadšení a nedočkaví a stále se ptali, kdy už pojedeme. Vyjeli jsme hned po obědě. Náš pan řidič p. Brukner byl velice ochotný a příjemný. Pomohl nám i s mechanickými vozíky, které jsme museli vzít s sebou. Když jsme byli všichni nastoupeni, mohli jsme vyjet.

Měli jsme krásné počasí, sluníčko svítlo úplně stejně jako naši výletníci, kteří radostí svítili zrovna tak. U Starkla bylo krásně, už kvetla spousta květin a stromů. Všichni jsme nadšeně prohlíželi krásy přírody i umělecká díla aranžerů. Velmi příjemné posezení v této oáze klidu jsme si všichni vylepšili kávou a zmrzlinou. Po krátké přestávce jsme se ještě jednou pokochali a dohodli jsme se, že již pojedeme domů. Přiznáváme, že se nám nikomu ještě moc zpět nechtělo, ale čas je neúprosný. Výlet se povedl, což bylo znát nejen ze spokojených tváří uživatelů.

A je to tu opět, už plánujeme další, pro naše uživatele přínosný a zajímavý výlet a doufáme, že se opět setkáme s ochotou nám s tím pomoci. Děkujeme všem zúčastněným i těm, kteří nás podpořili a pomohli nám tento bezvadný výlet uskutečnit.

Tak snad zase příště?

Marie Veselá, Jana Darsová, Petra Justová, Eva Pilná

Stanice D

OSOBNOSTI HEŘMANOVA MĚSTCE

Mezi jednou z významných osobností, který se narodil v Heřmanově Městci, patří určitě Jaroslav Marek-Longmark.

Narodil se 23.5.1910. Svojí 210cm vysokou postavou vynikal nad obyvateli Heřmanova Městce. Byl vyučen sklenářem, pracoval v Pardubicích a Praze. Přijal službu v recepci karlovarského varieté „Střelnice“. Tam se seznámil s americkým kouzelníkem italského původu Chefalo, který ho angažoval v roce 1928 do svého programu s liliputány. Deset let s ním cestoval po světě a získával kouzelnické zkušenosti. Svě umělecké jméno – Longmark získal při vystoupení v Kapském Městě.

Postupem času si vytvořil vlastní celovečerní kouzelnické představení. Využíval také schopností městeckých občanů, zejména při tvorbě kulís, kostýmů, plakátů i dřevěných rekvizit.

V roce 1938 se oženil s Vítězoslavou Srpovou, dcerou majitele hotelu v Sobotce. Byla absolventkou pařížské hudební školy, provázela vystoupení hrou na klavír a občas i zpívala. Měli spolu tři syny. Jeho rodina tvořila základ souboru kouzelnického divadla Longmark, s nímž projezdily celou republiku a okolní státy. Nakonec se usadili v Ostravě, odkud zajížděli vystupovat hlavně do Polska.

V roce 1980 odešel do důchodu a vrátil se do Heřmanova Městce, kde se účastnil společenského a veřejného života. Stále vymýšlel nové triky, ty učil své syny, kteří v jeho práci pokračovali. Současně se podílel na výchově nových iluzionistů v jejich východočeské sekci. Za svou dlouholetou práci byl odměněn titulem „Zasloužilý pracovník kultury“.

Zemřel náhle při návštěvě u svého syna dne 25.8.1987. Pohřben je v rodinné hrobce v našem městě.

Jana Novotná

Stanice E

Nespavost

Znáte to také? Je noc, vy se převalujete z boku na bok a ne a ne usnout. Nejste v tom sami. Nespavost je jedním z nejčastějších problémů, se kterými lidé navštěvují lékaře. Špatná kvalita spánku se projevuje potížemi usnout, častým nočním probouzením, předčasným ranním vstáváním nebo nekvalitním spánkem, kdy se ráno probouzíme neodpočatí.

Noční bdění je spojeno s velice nepříjemnými pocity, obavami, starostmi, úzkostí, ale i napětím. Ráno jsme unavení, máme potíže se



soustředěním a s pamětí, býváme podrážděni. Také běžné životní situace zvládáme obtížněji.

Uvádí se, že zdravý spánek by měl trvat přibližně 6 – 8 hodin denně, ale potřeba spánku je u každého člověka jiná.

Za normální spánek se považuje, když člověk ulehne ke spánku a do 15 – 30 minut usne, probudí se zpravidla 2 – 3krát za noc, ale hned zase usne a ráno si často tato krátká probuzení ani nepamatuje. Nesmíme zapomenout, že do doby 6 – 8 hodin se započítává také spánek ve dne.



Někteří lidé problémy s usínáním řeší léky, jiní raději využívají např. bylinné směsi. Nejen čaj z meduňky, ale také z máty nebo levandule má uklidňující účinky a připraví naše tělo na spánek. Nesmíme také zapomenout na vyvětrání pokoje před ulehnutím, na tlumené osvětlení, pohodlné noční prádlo a klid, který je pro kvalitní spánek také velmi důležitý. Mezi

„babské rady“ patří také počítání oveček nebo odříkávání abecedy.

A tak tedy dobrou noc a vyspěte se „do růžova“ 😊.

Jiřina Dittrichová

Pojďte s námi na procházku do parku

Dnešní přírodní krajinářský park založil hrabě Jan Václav Špork v souvislosti s přestavbou zámku. Základem kompozice je propojení parku s krajinou. Park má zajímavě modelovaný terén. Nechybí svahy, skála, rybník, potok. Na kopci nad rybníkem se otevírá krásný výhled směrem k zámku a dále na Kunětickou horu. Pod kopcem se zrcadlí zámecký rybník. Nepravidelný tvar a vzrostlé stromy na březích vytvářejí malebná zákoutí.

Park láká k procházkám v každém ročním období. Pokud se vydáte na procházku až k rybníku, budete nově odměněni pohledem na mladý labutí pár, který se po několika letech opět zabydlel na našem rybníku.



Marie Málková

Aktivizační úsek



MÁJOVÉ KOULENÍ 2015

Ve čtvrtek 21.5. se konal již XII. ročník v petanque. Za náš Domov soutěžily dvě družstva - Zámečtí pávi I. a Zámečtí pávi II. Této, mohu říci velké akce, se účastnilo 10 domovů, celkem 60 soutěžících. Počasí nebylo slunečné, ale deštík byl jen nepatrný a proto soutěžící všechno krásně odházeli. Prostě to dopadlo dobře. A jaká byla umístění?

LISTINA VÍTĚZŮ

1. MÍSTO ZÁMEČTÍ PÁVI II. – DS HEŘMANŮV MĚSTEC

2. MÍSTO DS PRAHA HÁJE

3. MÍSTO ZÁMEČTÍ PÁVI I. – DS HEŘMANŮV MĚSTEC



Putovní pohár zůstal doma – vyhráli ho Zámečtí pávi II. ve složení p. Skramuská, p. Svobodová M., p. Musil a p. Vejnar. Díky jim za vynikající výkon. Získali jsme i třetí místo díky Zámeckým pávům I. ve složení p. Procházková J., p. Drbout a p. Svoboda. Všem srdečně gratulujeme. Ceny byly hodnotné - koule na petanque, šipky, kriket, hra A-Z kvíz a ceny od sponzorů, samozřejmě každý hráč obdržel dárkovou tašku a těžitko z keramiky. Kulturní program zajistila zpěvačka Mára, kterou můžete znát z TV Šlágr. Kdo by se chtěl připojit a

trénovat se stávajícími hráči na příští ročník turnaje, je vítán.

Děkuji zaměstnancům i dobrovolníkům za bezchybný průběh akce.

Veronika Kumperová

Řešení ze str. 16 – a3, b1, c4, d2

HLAS DOMOVA NA DUHOVÉM KŘÍDLE



Náš pěvecký sbor Hlas domova se v úterý 19.5. zúčastnil regionálního kola přehlídky Duhové křídlo. Akci pořádá Pardubický kraj pod záštitou člena rady Ing. Pavla Šotoly. V pěkném a moderním prostředí pardubického ABC klubu jsme strávili příjemné dopoledne. Měli jsme možnost shlédnout zajímavá hudební vystoupení školy Svítání a stacionáře Mirea, zaposlouchali jsme se do recitace vlastní i přejaté tvorby seniorů

z DS Pardubice Dubina a DS U fontány Přelouč. Program zpestřila i vystoupení taneční, jak orientální tanec s křídly Issis v podání děvčat ze Svítání i seniorek ze Svitav, tak i rytmická vystoupení dětí a dospívajících ze školy Svítání a z Naděje Litomyšl. Směs country tanců předvedly ženy z Country klubu Srdíčko ze Svitav. Náš sbor svým vystoupením roztleskal sál a ohlasy na naše pásmo lidových písní a „Hašlerek“ ze strany publika i poroty nás velice potěšily. Program zakončil společný zpěv písně Slunce nad horou za doprovodu souboru ZŠ a PŠ Svítání. Následovalo vyhlášení výsledků přehlídky. Jen tři soubory mohly být vybrány na závěrečný galavečer, takže porota měla opravdu těžké rozhodování. Náš sbor sice vybrán nebyl, ale důležité je, že naše vystoupení dokázalo zaujmout porotu i diváky a rozproudit sál. Z Pardubic jsme odjížděli s dobrým pocitem a navíc obohaceni a inspirováni ostatními vystoupeními.

Alena Tučková

MASÁŽE OBLIČEJE NEBO RUKOU KE DNI MATEK

Na začátku května proběhla na stanici C a na rehabilitaci pro vás velmi příjemná akce, masáže obličeje nebo rukou. Zájem byl velký, atmosféra příjemná, některé uživatelky si poprvé mohly vyzkoušet masáž obličeje. Všem se masáže líbily, nešetřili jste chválou ani poděkováním. Na konci vydařeného odpoledne každá žena dostala dáreček a kytičku šeríku.

Lenka Pumerová

Návštěva dětí z mateřské školy

Ve čtvrtek 7. května 2015 náš Domov navštívily děti z Mateřské školy v Jonášově ulici, aby nám zarecitovaly a zazpívaly ke Dni matek. V salónku našeho Domova se sešlo téměř čtyřicet žen a mezi nimi i několik mužů. Vystoupení bylo krásné a



dojemné. Na závěr všichni přítomní obdrželi od dětí keramické srdíčko s mašličkou.



1.června 2015 náš Domov navštívily opět děti. Tentokrát jsme společně slavili Den dětí. Na aktivizačním úseku jsme pro ně připravili zajímavé hry a děti dostaly šité skřítky na domalování. Děkujeme všem, kteří dva měsíce pomáhali v dílnách při jejich výrobě. Tak velké množství nás pořádně zaměstnalo.

Hanka Zítová

Blíží se období letních prázdnin a dovolených, na které se již všichni těšíme. Časopis bude mít také prázdniny. Další číslo vyjde hned zkraje září. V červnu časopis přihlásíme do soutěže o nejlepší časopis domova pro seniory roku 2014 – Zlaté listy, kterou pořádá Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky ve spolupráci s naším Domovem. Soutěž si klade za cíl ocenit a hlavně podpořit vydávání tištěných periodik za účelem šíření aktuálních informací nejen ze světa konkrétního domova pro seniory, ale i ze světa za jeho hranicemi, a přispět tak k otevření sociálních sužeb směrem k veřejnosti. Výsledky soutěže se dozvíme v říjnu na kongresu APSS ČR v Táboře. Držte našemu časopisu palce, ať se dobře umístíme!

Eva Merclová

...a na co se můžete těšit?

pondělí 1. 6. 2015 – Dětský den – nádvoří v 9,30 hod.

úterý 2. 6. 2015 – Schůze uživatelů v 9,30 hod.

středa 3. 6. 2015 – Sportovní hry v DS u Bažantnice 9,00 hod.

středa 3. 6. 2015 – Výstava p. Langer v židovském dvojdomku 13,00 hod.

středa 10. 6. 2015 - Olympiáda zaměstnanci 14,00 hod.

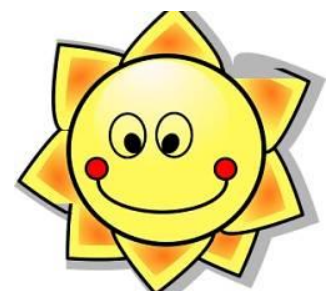
čtvrtek 11. 6. 2015 – Soutěž Tuzemský Um Praha Háje

pátek 12. 6. 2015 – Výstaviště Lysá nad Labem

pátek 12. 6. 2015 – Divadlo na Kunětické Hoře – večerní představení

středa 17. 6. 2015 – Sportovní hry v oáze 13,30 hod. s uzením

středa 24. 6. 2015 – I. výlet ze série letních výletů



Sami sobě

Mgr. Pavel Švestka **Můj tatínek**

Ve svých předchozích člancích jsem se prakticky nezmínil o svém tatínkovi. Tož teď se pokusím tuhle mezeru zaplnit. Jmenoval se Josef Švestka a narodil se 25. března 1899 v Hýskově u Berouna v rodině kovorolníka. Doslova přes silnici byl domek známého a oblíbeného vypravěče a spisovatele Františka Nepila. A kousek níže nad potokem směrem k vrchu Velký Plešivec měl vilku Josef Smrkovský, přední protagonista Pražského jara 1968 a blízký spolupracovník Alexandra Dubčeka. Pražské jaro 1968 pomohl Josef Smrkovský uvést do povědomí všech občanů svým působivým projevem na plénu ÚV KSČ 3. ledna toho roku. Tatínek byl spíše mým přítelem a moudrým rádcem. Jako já miloval přírodu v každém ročním období, učil mě poznávat stopy zvěře a často jsme se procházeli lesy v okolí Berouna či Prahy nebo dokonce ještě v roce 1947 lesy Kašperských Hor, branou do „Ráje Šumavského“, který byl tehdy ještě přístupný až ke státní hranici.

Snad to nejcennější a nejpotřebnější, čemu mě „vyučil“, bylo „umění“, troufám si říci, stylizace a správné konstrukce nejen korespondence české a anglické, aby byla na první pohled srozumitelná a důrazná. Jak říkal o žádostech a suplikách náš první prezident TGM, „nevystupovat jako prosebník“.

Přípisy, jež jsem sepisoval s vydatnou pomocí svých kolegyň a kolegů v mém zaměstnání, nebyly pouhým slohovým cvičením. Šlo o konkrétní, i finanční záležitosti a nejen ty. Samozřejmě platová zařazení, stěhování našeho oddělení a řada dalších. Bez pomoci svých spolupracovníků bych se byl neobešel. Ještě jednou jim po letech vyslovuji upřímný dík.

Měli jsme štěstí na našeho generálního ředitele. Měl zevrubné znalosti bankovních obchodů a cizích jazyků. Našemu odboru cizojazyčných služeb přál. Věděli jsme, že se našimi žádostmi bude konkrétně zabývat, že se na něho můžeme obrátit, kdykoliv bude třeba. Pro zajímavost: jeho příjmení bylo identické se jménem slavného biochemika Prof. Brdičky, po němž se jmenuje ulice v pražských Stodůlkách. A do třetice: stejně se jmenoval náš zubní lékař, když jsme až do roku 1940 bydleli na Královských Vinohradech. Když maminka ošetření jednou akutně potřebovala, přišel k nám do bytu v pantoflích a v županu – ovšem s kufříkem – byl již večer – a svalnatou paží jí bolesti zbavil. Tedy žádné shánění pohotovosti.

Ještě o tatínkovi. Byl dobrý hráč šachů - a mohu se pochlubit jeho jménem – sehrál i s dalšími účastníky simultánní partii s velmistrem šachu Aljechinem.

Bankovní disponent – to bylo tatínkovo zaměstnání po práci v exportní firmě poblíže dřívějšího nádraží Praha – Těšnov. V té době ještě dávno nepodléhala britská libra šterlinků

desetinné soustavě. Skládala se ze šilinků a pencí. Samozřejmě se běžně libry tehdy přepočítávaly podle tabulek. Tatínek ale dovedl z paměti na místě přepočet provést. Kolegyně se divily – „Máte elektronický mozek!“ To ne, ale uměl.

Měl rád anglickou literaturu. Stejně jako později i já obdivoval báseň Rudyarda Kiplinga s nadpisem „If“ - „Když“. Cituji např. „...nezpychneš, (hovoří se svým synem) být s tebou mluvil král!“ Tuto perlu anglické poezie citlivě převedl do češtiny ředitel Národního divadla dr. Otokar Fischer. Bohužel právě tohoto předního člena souhvězdí básníků a překladatelů „prvorepublikové oblohy“ skolil v březnu 1938 záchvat mrtvice nad ranními novinami, které oznamovaly vpád Hitlerových vojsk do Rakouska – tzv. „Anschluss“. Dodám ještě, že na tatínka i na mě zapůsobily „Knihy džunglí“ Rudyarda Kiplinga, kde zvířata i zvířátka indické džungle od ptáčka snovače až ke krajtě, tygroví a slonům hovoří a jednají jako lidé.

Zakončím trochu veseleji: monologem Mefistofela z Goetheho Fausta, opět v překladu dr. Otokara Fischera:

„Prožluklý osud!

Prohra samá!

Chudáci mužští!

Od Adama!

Věk roste nám, ne rozum, žel!

Cos bláznovství už prováděl.“

Kterého muže se to snad netýká, tomu se omlouvám. Ale stejně takovým moc nevěřím!

Dokážete k uvedeným římským číslicím správně přiřadit jejich arabské protějšky?

- | | |
|--------------|---------|
| a) MMLVI | 1) 1962 |
| b) MCMLXII | 2) 669 |
| c) MCDLXXXVI | 3) 2056 |
| d) DCLXIX | 4) 1486 |

Řešení naleznete na str. 12

