

DOMOV
PRO
SENIORY

HEŘMANŮV MĚSTEC



CERTIFIKOVANÝ DRŽITEL

U NÁS DOMA

Ročník XXI číslo 1 leden/2015

www.domov-hm.cz



2

0

1

5

Hodně zdraví v novém roce



Časopis Domova pro seniory Heřmanův Městec, zřizovatel
Hlavní město Praha

Slovo na úvod		2
Informace z Domova		4
Rekordní částka příjmů z jarmarků.....		4
Projekt vzdělávání b DS Heřmanův Městec pokračuje.....		5
Koho jsme přivítali, s kým jsme se rozloučili ze zaměstnanců.....		5
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku		6
Stanice A – Příběhy, které píše sám život – O kočce Máně.....		6
Stanice B – Kde se vzaly?		7
Stanice C – Zimní rozjímání.....		8
Stanice D – Rozloučení a odchod do důchodu.....		9
Stanice E – Aktivity na stanici		10
Aktivizace		11
Aktivity Mirka – Vánoce s Miriam Kantorkovou		11
Aktivity Veronika – Vánoce 2014		11
Aktivity Veronika – Vánoční jarmark v Pardubicích, drakiáda 2014		12
Aktivity Hanka – Vánoční jarmark v Zámecké besedě		13
Aktivity Lenka – Adventní prohlídka na zámku Žleby		14
Vánoční besídka		14
Silvestr 2014		15
Aktivity Alena - Den severských psů.....		15
Pozvánka na křest knihy		16
... a na co se můžete těšit?		16
Sami sobě		17
První letošní sníh.....		17
Zdělávání zaměstnanců.....		17
Havel navždy		18
Pro chytré hlavy		19

Slovo na úvod

A máme tu rok 2015. Je až děsivé, jak ty roky letí. Vlivem neustálých událostí čas ubíhá a letopočty přibývají. Rozloučili jsme se se starým rokem a vítáme nadcházející nový rok. Vzhlížíme k němu s pokorou a trochu také s jistými obavami, protože víme, že vždy s něčím dobrým záhy přichází i něco špatného. Život to nosí prostě „netříděné“. A nám lidem je dáno, abychom se se vším vždy nějak poprali. Neustále musíme nacházet sílu a naději. Víra nás dokáže motivovat a i přes mnohé porážky opět nastartovat.

Rok 2014 byl pro náš domov pro seniory rokem velmi náročným, těžkým a asi i rokem nejtěžším. S nástrahami a obtížemi, které nás v podobě požáru zaskočily, se společně vypořádáváme již plné 4 měsíce. Vlivem vánočních svátků se práce na mnoho dnů zastavily. V lednu se bude opět pokračovat. Předpokládáme, že v únoru by práce mohly být ukončeny, a budeme moci znovu obydlet zrekonstruované prostory v prvním i druhém patře. Život na zámku se konečně zase vrátí do zaběhnutých kolejí. Slova mých velkých díků vám, zaměstnancům našeho domova, za to vše jsou

nedostatečná. Moje poděkování snad umocní to, že jsem na vás, na své spolupracovníky, nesmírně hrdá a že jste úžasný pracovní tým!

Všechny obtíže se nám podařilo překonat též díky vydatné, především finanční pomoci našeho zřizovatele a zaměstnanců odboru sociální péče Magistrátu hl. města Prahy.

Kromě neštěstí, které představoval požár, jsme v roce 2014 zaznamenali i mnohé velké úspěchy.

V červnu jsme s velmi dobrým výsledkem absolvovali finanční kontrolu, kterou provedly pracovnice z oddělení auditu a finanční kontroly Magistrátu hl. m. Prahy.

V dubnu jsme bez zjištěných nedostatků prošli kontrolou Krajského úřadu Pardubického kraje, jejímž předmětem byla kontrola registračních podmínek pro poskytování sociálních



služeb. V srpnu u nás týden probíhala kontrola - inspekce kvality sociálních služeb, kterou prováděly 4 pracovnice z Úřadu práce pro hl. m. Prahu. O výsledku této kontroly jsme vás již informovali – ale ráda se opět zmíním – absolvovali jsme tuto kontrolu bez jediného nedostatku. Jedná

se o zcela ojedinělý výsledek takovéto kontroly.

Chtěla bych znovu poděkovat všem našim zaměstnancům za skvělé pracovní výsledky, které konstatovaly výše uvedené kontroly, ale i za vaší každodenní práci, naposledy za vzornou přípravu vánočních svátků, za precizní zorganizování všech kulturních a společenských akcí, které se uskutečnily v měsíci prosinci, za výborné vánoční cukroví a stravu o svátcích, za to, že jsme společně dokázali našim uživatelům vytvořit příjemnou a radostnou sváteční atmosféru.

Vám, našim uživatelům, chci samozřejmě moc poděkovat za pochopení a toleranci,

kteřou jste projevili od prvního dne při vzniku požáru, který naší budovu zasáhl 1. září, a to až do dnešních dnů. Jsme si plně vědomi, že pro mnohé z vás to vůbec nebylo a není jednoduché.

Do nového roku 2015 přeji všem zaměstnancům, všem našim uživatelům a všem čtenářům časopisu U nás doma především pevné zdraví, štěstí a spokojenost!

Své novoroční přání doplním ještě vtipným přáním, které nám zaslal jeden z našich dodavatelů:

Do nového roku hodně pohody,
šťastné náhody,
žádné nehody,
významné dohody,
legrační příhody,
a další života výhody.

Marie Málková



Informace z Domova

Rekordní částka příjmů z jarmarků

Každý rok se těším na období vánočních jarmarků. Mám radost, když mohu pozorovat uživatele i zaměstnance, kteří se těší z výrobků, které se jim téměř pod rukama rozprodávají. Práce seniorů v dílnách je nesmírně obdivuhodná a neocenitelná. Je velmi jednoduché se do žádné aktivity nezapojit, ale ti, kdo se zapojí, sami poznají radost, kterou jim tyto aktivity přinášejí.



Díky drobné i významnější práci uživatelů, kteří do dílen chodí, se podařilo letos za prodej výrobků utržit rekordní částku **51 578,- Kč**.

Z této částky bylo odděleno 7 200,- Kč, které se v únoru odešlou na konto pro Felixe. Touto částkou bude mít náš Felix zajištěnu možnost dalšího roku studií a pomůcek do školy.

Jak jste si někteří možná už stihli všimnout, letos jsme se účastnili dalšího jarmarku v Pardubicích, který organizoval Pardubický kraj. Moc se nám tam líbilo.

Níže máte rozepsaný podrobnější souhrn příjmů za rok 2014:

Velikonoční výstava	3 085,- Kč
Vánoční jarmark ve městě	6 337,- Kč
Vánoční jarmark v Pardubicích	4 065,- Kč
Zámecký jarmark v besedě	15 581,- Kč
Recepce prodej	22 510,- Kč

Celkem **51 578,- Kč**

Do těchto příjmů se nově zahrnula i část příjmů z prodaných hudebních CD zámeckého pěveckého sboru Hlas domova. Tento sbor pod vedením pana Jiřího Heřmana nahrál a vydal krásné CD s vánočními písněmi. I tento kus práce je třeba vyzdvihnout, protože za úspěšným CD je mnoho práce a volného času všech zpěváků.

Celková rekordní získaná částka bude využita nejen na školné pro Felixe, ale zejména na nákupy dalších pomůcek jako jsou barvy, mašle, štětce, keramická hlína a další rozličné pomůcky pro aktivity v našem domově. Za nepředstavitelný kus práce patří poděkování všem, kteří se na výrobcích i malou částí podílí. A to jak seniorům, tak zaměstnancům domova.

evropský
sociální
fond v ČR

EVROPSKÁ UNIE

OPERAČNÍ PROGRAM
LIDSKÉ ZDROJE
A ZAMĚSTNANOSTPODPORUJEME
VAŠI BUDOUCNOST
www.esfcr.cz

CERTIFIKOVANÝ DRŽITEL

Projekt Vzdělávání v DS Heřmanův Městec pokračuje

V letošním roce (1.1.2014) jsme v našem domově zahájili projekt s názvem **Vzdělávání v DS Heřmanův Městec**, Registrační číslo: CZ.1.04/3.1.03/A7.00218. Tento projekt je finančně hrazen z prostředků Evropského sociálního fondu a trvá 17 měsíců, bude tedy ukončen 31.5.2015. Hlavním cílem tohoto projektu je zvýšení kvality poskytovaných sociálních služeb v DS Heřmanův Městec.

Projekt je rozdělen na 2 tzv. klíčové aktivity. Jedna se týkala vedoucích zaměstnanců domova a probíhala v průběhu roku 2014. Patnáct vedoucích zaměstnanců ze sociálně ošetrovatelského, ekonomického i provozního úseku absolvovalo 17 kurzů. Tyto kurzy byly zaměřeny zejména na vedení a motivaci podřízených, na vhodnou komunikaci, plánování a zavádění změn, financování a další oblasti důležité pro vedení lidí. Poslední kurz se uskutečnil 30. října 2014 a tím všech 15 účastníků splnilo celý vzdělávací cyklus.

Dle harmonogramu projektu však ihned nastoupila další klíčová aktivita, která je určena pro pracovníky v sociálních službách a sociální pracovníky. Z našeho domova se této aktivity účastní 50 zaměstnanců sociálně ošetrovatelského úseku, kteří absolvují 6 vzdělávacích kurzů na odborná témata ohledně stáří, problematiky lidí s demencí, psychologie a podobně. Tři témata mají již za sebou a zbývající tři jsou rozplánována na jaro 2015.

Celý vzdělávací projekt probíhá dle naplánovaného harmonogramu a prozatím jsou naplňovány všechny monitorovací indikátory, které projekt sleduje. Zaměstnanci hodnotili absolvované kurzy pozitivně a věříme, že i ty další budou zaměstnancům podporou v jejich náročných pracovních pozicích.

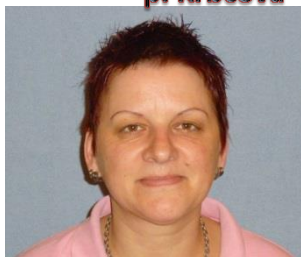
Klára Čížková

KOHO JSME PŘIVÍTALI, S KÝM JSME SE ROZLOUČILI ZE ZAMĚSTNANCŮ?

V měsíci prosinci ukončila pracovní poměr slečna Lucie Mládková, která pracovala na stanici B. Do starobního důchodu odešel vedoucí údržby pan Josef Janda.

2. ledna nastoupili tři noví zaměstnanci. Na stanici B paní Kamila Petříková – pracovníce sociální péče, paní Jitka Krbcová - všeobecná sestra na stanici A a pan Lubomír Brukner do údržby.

p. Krbcová



p. Petříková



p. Brukner



Lenka Novosádová

Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

Stanice A

Příběhy, které píše sám život **O kočce Máně**



Tento příběh se odehrává koncem sedmdesátých let, když jsem se přestěhovala z Prahy do Klecan. Výměna byla na inzerát a mne zaujala věta: „Přízemí, pod oknem růže.“ Do toho „přízemí“ ale vedlo šest schodů dolů a na ty růže jsem si mohla z okna sáhnout. Ale garsonka zato hezká. Sdílela jsem jí s kočkou Máňou, ke které jsem přišla následovně. Navštívil mě syn Ivan a pod bundou měl koťátko. Hubené, vyhládlé. A hned: „Mami, vezmi si ji. Já si ji vzít nemůžu a ty máš okno nízko, naučí se chodit ven.“ Stalo se! Dostala najíst a jméno Máňa. Výuku ven a dovnitř zvládla rychle a stala se z ní pěkná mourovatá číča. Ale napůl divoká zůstala. Doma jsem ji mohla hladit, ale venku před každým utíkala, i přede mnou. Doma, když měla náladu, skočila

mně do náruče, předla a brousila si drápky o můj svetr, který byl pak na vyhození.

Pak se v té kočičí hlavičce zrodil nápad, že mi udělá radost a přinesla mi myš. Napůl živou, abych si s ní taky pohrála. Právě se chystala skočit s ní dovnitř, když jsem rychle okno přibouchla. Pozdě!!! Máňa vypadla ven a myš, ještě živá, dovnitř a zalezla pod skříň. Dalo to práci dostat ji z pod skříně a vyhodit. Máňa si myslela, že se mi tahle myš nelíbila a přinesla jinou. Ale okno bylo zavřené. Pak usoudila, že nevím, co je dobré a vícekrát mi nic nedá.

Často zůstávala venku i přes noc. Pak přišla, dala si mléko a skočila mi na klín. Jen jsem se divila, od čeho je tak špinavá. Až sousedovic děti na ni žalovaly. Máňa lezla do kotle od ústředního topení, který čekal na odvoz do šrotu. Našla si v něm letní byt a lezla do něho rourou, a proto byla celá od sazí, a já taky.

A pak se holka ztratila. Žádný čumáček za oknem, žádné zamňoukání. A zase to věděly děti. Prý přijel jeřáb, naložil kotel a odvezl. Zatím prý jen do JZD Větrušice, kde bude čekat na odvoz do šrotu. Ještě s jedním děvčetem jsme sedly na autobus a jely tam. Kotel tam skutečně ležel, a když jsem Máňu zavolala, ozvalo se zamňoukání. Vylézt se ale bála. Účel splnil až kus salámu, který jsem nastražila u výchozí roury. Pak teprve jsem jí chytla a odvezla zpátky do Klecan. Dlouho byla hodná, ale ne stále. Jaro, příroda a kocouří volání učinilo své a Máňa povila tři koťata. Garsonka a čtyři kočky nešlo dohromady, koberec kropený kočičí močí sil

ně páchl a tak jsem kořata nabízela po okolí. K tomu třetímu jsem nabízela ještě bonboniéru.

Mezi tím mi konečně vyřídili výjezdní doložku a já mohla jet na měsíc za dcerou, která čekala mimino. Ale co s Máňou? Nakonec našla domov u školníka, ale chodila tam jen na mléko. Milovala svoji svobodu. Ani po mém návratu se Máňa neukázala. Inu, zklamala jsem ji. Příspěvek do cyklu „Příběhy, které píše sám život“ poslala paní Milada Čapková

Vlasta Růžičková

Stanice B

KDE SE VZALY?

Odkud pocházejí názvy českých měsíců? Většinou souvisejí s přírodními jevy nebo zemědělskými pracemi, které můžeme v daném období pozorovat. Některá pojmenování jsou lehce

rozpoznatelná, u jiných je výklad nejasný či rozporuplný.

Leden, první mrazivý měsíc v roce, se dá jednoduše odvodit. Souvisí s ledy, které pokrývají hladiny rybníků a řek. **Únor** tak snadné vysvětlení nemá. Pochází ze starého slovesa, které vyjadřuje, že země se začíná „nořit“ do bláta a vody, takzvaně se unoří. To vystihuje únor, protože často přichází obleva, kdy sníh a ledy

tají.

Ačkoli **březen** vypadá na první pohled jednoznačně, opak je pravdou. Může být spojován s dobou březosti krav, ale to je zřejmě omyl. Pravděpodobnější je souvislost s rašením bříz. Tuto domněnku potvrzuje i následující měsíc, jehož název je motivován podobně – v **dubnu** ožívají duby a objevují se na nich první lístečky. **Květen** je naprosto jasný, souvisí s květy, které můžeme v přírodě pozorovat.

Šestý a sedmý měsíc v roce jsou si názvem podobné, dříve dokonce docházelo k jejich záměnám. Není úplně jisté, odkud jsou obě pojmenování odvozena. **Červen** by snad mohl mít původ v červech, je ale možné, že společně s červencem jsou odvozeny od červenajících se plodů, které se v tomto období objevují. Zatímco v červnu se plody červenají, **červenec** je měsícem zralosti červených plodů. **Srpen** získal svoje jméno díky zemědělství. V osmém měsíci totiž vrcholí období žní a zvláště v dřívějších dobách srp ke žňovým pracím neodmyslitelně patřil. **Září** svým názvem mate, neříká se mu tak kvůli zářícímu slunci, jak si mnozí myslí. Souvisí, stejně jako nadcházející měsíc, s říjí vysoké zvěře. Někdy totiž říje začíná již v září, o daném zvířeti můžete říct, že občas „zaříjí“.



Říjen je snadné odvodit, podobně i **listopad** se řadí k měsícům, které se dají lehce poznat.

Podzim je v plném proudu a poslední listí padá ze stromů.

Prosinec je předmětem dohadů. Mohl by mít původ v prosné kaši, to by ovšem narušilo domněnku, že názvy měsíců jsou odvozeny od přírodních úkazů a zemědělských činností. Podle této teorie by pojmenování spíše souviselo se zimním světlem, jež je v tomto období „siné“ – bledě modré, namodralé.

Zdroj: Časopis Naše řeč, ročník 23 (1939), číslo 3.



Blanka Hlaváčková

Stanice C Zimní rozjímání



Tak tu máme opět leden. Za okny nám řadí zima. Roční období, které někteří z nás nenávidí, jiní zase milují. Ať tak nebo tak, musíme si přiznat, že má své nena-podobitelné kouzlo. Je krásné se ráno probudit a při pohledu z okna, které je pomalované mrazivou krajkou, vidět, jak je vše přikryto bílou peřinou. Pravdou je, že nyní máme zimu většinou mírnější, ale také umí přidat na síle.

Vzpomínáte na zimu vašeho mládí? Dříve byla zima opravdu zima. Děti netrpělivě čekaly, až zamrzne rybník a obují si brusle. Víte, že třeba v Praze má bruslení dlouhou tradici? Samozřejmě ne na rybníku. Dříve pravidelně zamrzala Vltava, ale bruslilo se i v parcích, zahradách, prostě všude, kde to bylo jen trochu možné. Bruslila nejen mládež, ale vidět bylo i usedlé měšťany. Kdo nebruslil, nechal se po ledě tahat na saních. A dokonce se v Praze i lyžovalo. To byla tenkrát zima. Dneska to mají děti jednodušší, mají zimní stadiony, hory se zasněžují uměle.....ale řekněte, ne



byla ta opravdová zima dřív kouzelnější? Sednout si ke kamnům nebo ke krbu, sledovat oknem bílé vločky, jak poletují vzduchem a u toho popíjet dobrý čaj...

A než se zasníme a začneme vzpomínat, mohli bychom si nějaké dobré čajíky připomenout. V zimním období se potřebujeme hlavně zahřát a mít dobrou náladu. Na zahřátí je nejlepší



zázvor. Ale pozor na něj, stačí ho nastrouhat jen malinko. Bazalka, meduňka a třeba mateřídouška, nám pomohou k dobré náladě. A co když nás přepadne rýma a kašel? Pomůže nám černý bez, lipový květ, fenykl, šípek. Bylinek je hodně a určitě si každý z Vás vybere tu svoji směs, která mu bude nejlépe chutnat. Sladíme medem. Med je velmi zdravý a sladit s ním mohou i diabetici. Posiluje obranyschopnost našeho organismu a krevní oběh. Podle starých domácích receptů, je vhodnou prevencí proti

nachlazení užívat pět lžiček medu denně.

Přeji vám všem v novém roce mnoho pohodových dnů.

Jana Darsová

Stanice D

Rozloučení a odchod do důchodu



Jmenuji se Dana Lášková, pracuji ve vile stanice D jako vedoucí.

Je to poslední článek, který píšeme, protože v únoru odcházím do důchodu, a tak bych se chtěla s vámi všemi rozloučit.

Pracovala jsem 15 let na zámku na stanici A, poslední tři roky pak ve vile. Na zámku je ještě hodně uživatelů a zaměstnanců, kteří si mě pamatují. Byla to práce náročná jak po psychické stránce, tak i fyzické. Nejdříve jsem pracovala dva roky jako zdravotní sestra a pak jako vedoucí stanice A. Za ty roky se hodně změnila péče o uživatele k lepšímu. Když jsem začínala, byla jsem ze všeho vyděšená a ani jsem si neuměla představit, jak všechno zvládnou. Na zámku se mně moc líbilo a ráda budu vzpomínat, jak na uživatele, tak na personál. Po 15 letech přišla změna a já jsem nastoupila na vilu. Začátky byly těžké, protože práce byla jiná. Moc mi pomohl personál a já jsem mu za to vděčná. Dnes se mi tady líbí a jsem spokojená, je tu krásné prostředí a krásná zahrada. Uživatele mám ráda a dobře s nimi vycházím. Ale jak se říká, přijdou roky a i já mám ná-

rok si odpočinout. Už se moc těším, že si více užiji vnoučat a jak opětně budu předělávat zahradu, s kamarádkama chodit na výšlapy a jezdit na kole.

Chci poděkovat vedoucí ošetrovatelského úseku paní Doležalové, kterou mám moc ráda, a přeji jí, aby zůstala taková jaká je ve vedoucí pozici. Také děkuji vedení domova, vždy se ke mně chovali velmi slušně. Přeji vám všem v novém roce hodně zdraví a štěstí. Budu na vás všechny moc a moc vzpomínat a přeji všem uživatelům, aby byli v domově vždy jako doma.

Dana Lášková

Stanice E **Aktivity na stanici E**

V úterý 9.12.2014 se na našem oddělení stanice E konala vánoční besídka pro naše uživatele. Sešli jsme se ve 13.30 hod. ve vestibulu. Společně se svými dětmi jsme připravili vánoční koledy, básničky, povídky a i malé pohoštění. Naše děti také vyrobily vánoční přáníčka a ty předaly našim uživatelům. Tato vánoční besídka nás všechny naladila na atmosféru blížících se svátků.



Jako poděkování za pěkné vystoupení si děti odnesly sladkosti od našich uživatelů.

Jsmo moc rádi, že jsme se sešli v hojném počtu, že se naše besídka vydařila a všem se moc líbila.

Do nového roku vám všem přejeme pevné zdraví, štěstí, lásku a pohodu.

Jana Novotná



Řešení ze str. 19

2	7	5	8	9	1	4	3	6
1	4	6	5	7	3	9	2	8
9	3	8	4	6	2	1	5	7
4	6	2	3	5	8	7	9	1
5	8	3	9	1	7	6	4	2
7	1	9	2	4	6	5	8	3
3	5	7	1	2	9	8	6	4
8	9	1	6	3	4	2	7	5
6	2	4	7	8	5	3	1	9

Aktivizace

Aktivita Mirka

Vánoce s Miriam Kantorkovou



Dne 2.12.2014 nás navštívila herečka Miriam Kantorková se zpěvákem a moderátorem Šimonem Pečenkou. Příjemné vyprávění s legendou českého filmu, proložil krásným zpěvem Šimon Pečenka. Vyslechli jsme si povídání o celém jejím životě, od dětství po současnost.

Zmínila se i o dabingu, který ji baví a dělá ho ráda. O veselé historky z natáčení a z divadla nebyla nouze. Na Vánoce prý vaří pro přátelé sulc, tak možná příště přiveze i nám...

Mirka Bečková

Aktivita Veronika

Vánoce 2014

Vánoce obohacené zpěvem koled a různými vystoupeními v rytířském sále se staly již tradicí. Nejprve bych zmínila **děti z mateřské školy v Jonášově ulici**, které nás několikrát v roce navštěvují a těší svým zpěvem. Na kytaru doprovodila děti paní učitelka Petrářová. Na konci svého vystoupení děti rozdaly každému krásné přáníčko k Vánocům. Další koledy přinesl **dětský pěvecký sbor ze základní školy pod vedením paní L. Štěpánové**. Zazněly koledy tradiční i téměř neznámé. Všechny děti dostaly od nás sladkost jako poděkování za hezkou náladu, kterou mezi nás přinesly. A ještě zmíním **vánoční povídání s Petrem Rychlým**, který 14. prosince navštívil Heřmanův Městec a v rytířském sále pro nás připravil téměř dvě hodiny zábavného povídání. Povídání to bylo velmi milé.





Na konci mohli zúčastnění diváci pokládat otázky a nejzajímavější dotaz byl odměněn dvěma lístky do Vinohradského divadla. Hodně zdraví v celém roce 2015 za kolektiv aktivizací ve složení Lenka, Veronika, Mirka, Hana, Veronika a Alena vám přeje

Veronika Kumperová

Aktivity Veronika

Vánoční jarmark v Pardubicích



Letos poprvé se náš Domov účastnil Adventní prodejní výstavy v Pardubicích, která svou premiéru měla již v loňském roce. Výstava se uskutečnila v prostorách Krajského úřadu Pardubického kraje a bylo zde možné vidět a zakoupit výrobky poskytovatelů sociálních služeb a klientů, kteří je vyráběli. Ať už to byly výrobky z přírodních materiálů, textilu, papíru či keramiky, bylo co obdivovat a smeknout nad šikovností kreativních rukou. Zúčastnilo se 23 vystavovatelů.

Náš Domov se prezentoval výrobky pletenými z papírových ruliček např. zvonečky, vánoční stromky, svícny a nejinak tužkovníky a košíčky různých velikostí, koťátky a myškami z textilu, ale také keramikou. Dopoledne i odpoledne probíhaly doprovodné kulturní programy, neschyběla tak ani hudba a tanec. Celý den bych shrnula do jednoho slova PERFEKTNÍ.

Drakiáda 2014

A je to konečně tady. Začátkem listopadu vznikl v naší keramické dílně dráček, který odletěl na soutěž o nejkrásnějšího draka do Přelouče do Domova u fontány, kde získal krásné druhé

místo v kategorii skupin. Všem, co se podíleli na jeho výrobě i těm, co poslali dráčkovi hlasy moc děkuji a budu se těšit na další ročník soutěže.



Vážení a milí pracanti,

od nového roku nás čekají menší změny v keramické dílně. Vyrábět budeme jako doposud, jen si vždycky na začátku nového měsíce určíme téma, kterému se budeme věnovat a společnými silami se pokusíme udělat kolektivní dílko, které pak na zámku vystavíme a tím ukážeme, jak šikovné ruce máme. Na leden jsem prozatím vybrala povánoční tvoření. Zima bude ještě dlouhá, tak proč si nevytvořit třeba sněhové vločky.

Veronika Vodičková

Aktivity Hanka

Vánoční jarmark v zámecké besedě

Kolektiv aktivizací jej v letošním roce připravil pro vás již po deváté. 15. prosince 2014 ve 14 hod. se z knihovny začaly ozývat vánoční koledy v podání zámeckého sboru „Hlas domova“ a všichni se najednou zaposlouchali a rozhlíželi se po místnosti plné krásných výrobků. Poté jarmark se slavnostním přípitkem zahájila paní ředitelka Marie Málková.

Spousta krásných výrobků začala dostávat jmenovky budoucích majitelů a nás velmi potěšilo, že se postupně téměř po všem jen „zaprášilo“. Jarmark opět splnil své poslání. Hlavně vy, uživatelé, jste si zde mohli nakou-



pit dárečky pro své nejbližší a jsme rádi, že jste toho využili.

Ráda bych moc poděkovala všem, kteří chodí pilně pracovat do dílen a do další práce přejí hodně zdraví, chuti a pěkných nápadů.

Hanka Zítová

Aktivity Lenka

ADVENTNÍ PROHLÍDKA NA ZÁMKU ŽLEBY

Žlebský zámek se mimořádně otevřel v předvánočním čase. Naši uživatelé navštívili zbrusu novou prohlídku s kouzelným nádechem Vánoc s bohatým doprovodným programem. Nahlédli jsme do zámecké kuchyně i se skoro zapomenutými zvyky a obyčejí ze zámku i podzámčí, do komnat knížecí rezidence s vánoční atmosférou, kde jsme si připomněli čas adventní nejen v dobách našich prababiček, ale časech skoro zapomenutých.... Nadchlo nás zámecké divadlo, kde byly vystaveny kostýmy z filmové pohádky režiséra Zdeňka Trošky Nejkrásnější hádanka natočená na zámku. V závěru jsme se stali svědky kratičkého divadelního vystoupení a společného zaspívání koled. Nakonec odměna v podobě cukroví, které bylo upečeno v zámecké kuchyni, tímto jsme nádhernou prohlídku ukončili.



Lenka Pumerová

Vánoční besídka

Tak jako již tradičně i letos jsme se sešli v rytířském sále odpoledne před Štědrým dnem, abychom společně poseděli u dobrého punče a vánočního cukroví z naší zámecké kuchyně a navodili si tak příjemnou vánoční atmosféru. A co by to bylo za besídku, kdyby také nebyl vánoční program? Zámecký sbor Hlas domova před Vánocemi pilně nacvičoval



a dokonce vydal CD s vánočními koledami, kterého se prodalo několik desítek. Sbor nám u pěkně ozdobené vánoční borovice zazpíval tyto koledy, bylo to moc milé vystoupení. Sbor-mistr pan Heřman hrál na klávesy, Magda s Alenou pilně obracely stránky zpěvákům sboru a také pěkně zpívali a zpěváci sboru se snažili nesplést ani jedinou notu.

Děkujeme za příjemný zážitek.

Silvestr 2014

V úterý 30. prosince jsme také již tradičně oslavili společně v rytířském sále konec roku. Byla hudba, pohoštění co nám hrdlo ráčilo, v úvodu i vážné slovo, které patřilo uplynulému roku, který jak pro uživatele, tak i pro zaměstnance především vlivem zářijového požáru nebyl vůbec jednoduchý. Z vážné noty jsme přeladili do nevážné, zpívali jsme, soutěžili a zábavu si všichni patřičně užili.



Eva Merclová

Aktivity Alena

Den severských psů



Již 11. ročník oblíbené akce se konal v pátek 2.1.2015 v zámeckém parku. Měli jsme smůlu, počasí se nám tentokrát vůbec nevydařilo. Začalo pršet a tak návštěvníků přišla jen hrstka. Nejprve jsme mohli obdivovat čtyři štěňátka samojedů, která pózovala při fotografování na lavičce v průjezdu zámku. Musher pan Pavel Lněnička poutavě vy-

právěl o plemeni psů samojedů a zmínil i mnoho zajímavostí o tradicích a zvyklostech sibiřského kmene Samojedů odkud název plemene pochází. Potom jsme společně s jeho paní Janou, dcerkou Leničkou, jedním ze štěňat a psí maminkou Citou obešli jednotlivá oddělení domova. Naši uživatelé měli příležitost se také potěšit a pomazlit s bílými



chlupáči. Se psím spřežením se jezdilo i v dešti, takže i přes nepřízeň počasí si uživatelé i návštěvníci odpoledne se severskými psy užili. Nezbývá než doufat, že v příštím ročníku akce nám bude počasí více nakloněno.

Alena Tučková

Pozvánka na křest knihy

Jak jsme vás již informovali v říjnovém čísle časopisu, v týdnu před Vánoci vyšla již druhá kniha Bc. Ivo Šimáka, která se váže k historii našeho zámku a tentokrát popisuje přímo život posledního skutečně žijícího knížete a jeho rodin na Heřmanoměsteckém panství v letech 1919 až 1938.

Knihu si již nyní můžete zakoupit za 300,- Kč na recepci zámku, případně v Infocentru na Nám. Míru.

Křest knihy společně s autorským čtením se bude konat ve čtvrtek 29. ledna v Rytířském sále od 14 hodin. Všichni jste srdečně zváni.

Eva Merclová

... a na co se můžeme těšit?

Pátek 9.1.2015 – Trénování paměti ve vile od 10,00 hodin

Úterý 13.1.2015 – Schůze uživatelů od 9,30 hodin

Středa 14.1.2015 – Solná jeskyně Třemošnice od 13 hodin

Středa 28.1.2015 – Solná jeskyně Třemošnice od 13 hodin

Čtvrtek 29.1.2015 – Křest knihy *Kníže Oldřich Ferdinand Kinský* v rytířském sále od 14 hodin s Bc. Šimákem

KOHO JSME PŘIVÍTALI, S KÝM JSME SE ROZLOUČILI?

Privítali jsme paní Annu Beinovou – stanice C.

Rozloučili jsme se s panem Jiřím Najmanem – stanice B, panem Jaroslavem Šilhanem - stanice A a paní Marií Kavalovou – stanice B. Čest jejich památce!



Sami sobě

První letošní sních

2.12. jsem ráno vstala, bydlím ve 2. poschodí. Na protější střeše ležel sníh, střecha byla bílá. Vyšla jsem na nádvoří, na zemi sníh už roztál. Ale na stolech, lavicích a křesílkách sníh ležel.



Papírem jsem sníh smetla ze stolu. Šla jsem zadní bránou ven do parku. Když jsem přišla ke krmítku, byla jeho stříška bílá a ze všech stran z ní visely 15 cm dlouhé rampouchy. Smetla jsem sníh ze stříšky a olámala rampouchy. Uvnitř boudičky jsem odstranila slupičky ze semínek a nasypala jsem ptáčkům nová semínka. Ptáčekové se začali slétávat. Pod krmítko na zem dávám jindy kousky pečiva pro kachny, které si sem létají až od rybníka. Na zemi ale ležel sníh. Proto jsem ometla zčásti jednu lavičku a pečivo jsem dala na očištěné místo. Pak jsem šla před

přední bránu. Těsně u zdi je betonová cestička, na tu jsem položila kousky pečiva. Tentokrát pro vrabčáky, kteří se zde díky živému plotu udrželi. Dravci na ně nemohou.

Věra Hynková

Vzdělávání pracovníků

V časopise č. 10 se mi velmi líbil příspěvek vedoucí stanice B paní Kubů o průběžných školeních určených pro vzdělávání pracovníků Domova.

Že je to školení velmi účelné jsme si my, uživatelé, uvědomili právě 1.9. loňského roku, když rychle, tiše a bezpečně byl proveden přesun momentálně ležících a jiných zdravotně postižených uživatelů z kriticky ohněm zasahovaných pokojů do bezpečných částí zámku. Na říjnové členské schůzi uživatelů to v příspěvku do diskuse potvrdila i uživatelka paní Horáková tím, že vůbec neslyšela o neštěstí, které na nás to ráno dolehlo.

Právě 1. 9. se personálu dařilo získané znalosti použít v praxi, za což jim všem patří od nás uživatelů 1*. Děkuje.



Marie Nadřová

O vánočních svátcích jsem navštívila svoje příbuzné v Praze. A co by to bylo za návštěvu, kdybych se také neprošla po svátečním Staroměstském a Václavském náměstí. Na budově Národního muzea mě zaujala fotka Václava Havla. Tuto fotku sem umístilo centrum současného umění DOX k 25. výročí Sametové revoluce.



Autorem fotografie je Oldřich Škácha, který byl blízkým přítelem Václava Havla a více než 40 let dokumentoval jeho život a práci. Heslo Havel navždy je vzkazem pro ty, kteří mají sklony historickou roli Václava Havla zpochybňovat a zlehčovat. DOX se hlásí k odkazu Václava Havla, jeho myšlenkám, filozofii a jeho důrazu na základní lidské hodnoty, především slušnost, které se v dnešní době pokleslé politické kultury zoufale nedostává.

Zdroj: <http://www.novarepublika.cz/2014/11/havel-navzdy.html>

Uvědomila jsem si, že 18. prosince to byly již tři roky, kdy Václav Havel zemřel. A proto je, myslím, na místě vzpomenout na tohoto „velkého malého“ muže, který se stal symbolem Sametové revoluce, byl naším prvním prezidentem, který po dlouhé době totalitního temna byl zvolen tehdejším Federálním shromážděním v prvních demokratických volbách.

Eva Merclová

Pro chytré hlavy

2					1	4		
			5	7	3			
		8			2			7
4	6	2						
				1			4	2
		9	2	4				
	5			2			6	4
			6			2	7	
		4	7				1	9

U NÁS DOMA

Vydává Domov pro seniory Heřmanův
Městec, Masarykovo nám. 37, 538 03
Heřmanův Městec, www.domov-hm.cz,

Redakční rada: p. Málková, Mgr. Čížková,
Bc. Merclová

Odpovědný redaktor: Bc. Eva Merclová

Kontakt: merclova@domov-hm.cz

Všichni uživatelé poskytli souhlas se zveřejněním svých fotografií v časopise.

Vydavatel si vymezuje právo upravovat příspěvky pro potřeby časopisu.