

DOMOV
PRO
SENIORY

HEŘMANŮV MĚSTEC

1952 60 2012




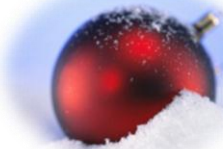
U NÁS DOMA

Ročník XVIII číslo 10 prosinec/2012 www.domov-hm.cz



**Přichází adventní
a vánoční čas**

Obsah

Slovo na úvod – Vánoční zamyšlení	3	
Informace z Domova	4	
Akce Srdce na dlani pokračuje	4	
Nový automat na sušenky	4	
Předvánoční zprávy z kuchyně	5	
Dlouho očekávaný pomocník je tady!	5	
Koho jsme přivítali a s kým jsme se rozloučili ze zaměstnanců.....	5	
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku	6	
Stanice A – Již brzy zacinká zvoneček	6	
Stanice B – Historie vánočního kapra	7	
Stanice C – Vánoční tradice	8	
Stanice D – Zimní zahrada ve vile	8	
Stanice E – Astrologie slunečních znamení.....	9	
Aktivizace	11	
Aktivity Veronika – Zámecký šotek	11	
Aktivity Hanka – Vánoce už klepou na dveře	11	
Aktivity Mirka a Hanka – Rozsvícení vánočního stromu.....	12	
Návštěva na rehabilitaci – Vodoléčba na horní končetiny	12	
A na co se můžete těšit ?	13	
Sociální úsek	14	
Informace, která vás bude zajímat	14	
Koho jsme přivítali, s kým jsme se rozloučili	15	
Ceník úhrad za ubytování, stravu a péči platný od 1.1.2013	16	
Ceník úhrad za ubytování, stravu a péči platný od 1.1.2013 – DIA strava	17	
Nabídka služeb domova pro seniory – část 3	18	
Vesele na závěr.....	19	
Pro chytré hlavy	20	



SLOVO NA ÚVOD

VÁNOČNÍ ZAMYŠLENÍ

Vánoce si rozhodně zaslouží, abychom se zpomalili a už i přípravu na ně si „zsvátečili“ a ne abychom se stali štvanci.

Mám ráda adventní čas. Vnímám jej s přibývajícím věkem více a více. Raduji se z něho a užívám si jej, zatímco dříve jako dítě jsem se těšivávala nejvíce až na samý vrchol Vánoc – na Štědrý den.

Se slovem Vánoce se mi automaticky vybaví slovo vánoční stromek. V letošním roce uplyne 200 let od doby, kdy se v Čechách v roce 1812 objevil poprvé v Praze. Do té doby byl neznámý. Bylo to v Libni, v letohrádku Šilboch, který stával v dnešní ulici Na Stráži. Tehdy ředitel Stavovského divadla Jan Karel Liebich připravil pro své známé překvapení, a to když uprostřed stolu postavil ozdobenou jedličku. Znal obyčej zdobení vánočního stromku z rodného Německa. V této souvislosti mě též napadá vánoční strom republiky. Spisovatel Rudolf Těsnohlídek poznal v Dánsku zvyk pořádat pod stromem, postaveným na veřejném prostranství, sbírky pro chudé děti a přenesl ho k nám. Poprvé se to stalo v Brně v r. 1922. Mám moc ráda první adventní neděli, zvyk, který zavedl starosta města Ing. Jiroutek v našem městě, když se společně setkáváme na náměstí u příležitosti rozsvícení vánočního stromu. Děvčata z úseku aktivizací stojí často prokřehlá ve stánku a prezentují výrobky, které vznikly díky šikovným rukám našich uživatelů. Vždy mají úsměv na tváři a zájemců o prodej i prohlédnutí je mnoho.

Těším se na tuto atmosféru, kdy za poslechu příjemné hudby, vůně punče, svařeného vína či grogu a rozsvícených světýlek se hromadně budeme těšit, že nastanou šťastné a veselé vánoční svátky...

Marie Málková, ředitelka





INFORMACE Z DOMOVA

Akce Srdce na dlani pokračuje

Zhruba před měsícem a kousek se v našem domově uskutečnila velmi pěkná akce, při které bylo vyhlášeno 5 pracovníků přímé péče, které obdržely nominaci na pracovníka se srdcem na dlani. Tuto akci vyhlašuje již po několik let Magistrát hlavního města Prahy společně s Centrem sociálních služeb. Oceněné zaměstnance letos vybírali členové Výboru uživatelů našeho domova. Zde bylo oceněno pět pracovníků, z každého úseku jedna. Ocenění přebrala paní Eva Homolková, paní Petra Polgárová, paní Monika Šmídová, paní Blanka Tatíčková a paní Dana Slavíková. Z nich jsme nejspravedlivější možnou cestou (losováním) vybrali jednu, která přebrala hlavní ocenění v Praze. Losem byla vybrána paní Petra Polgárová, která pracuje na stanici B.



Zakončení letošního ročníku se uskutečnilo v sobotu 17. listopadu v Brožíkově sále Staroměstské radnice a pokračovalo slavnostním předáním ocenění v divadle Palace Theatre na Václavském náměstí. V Brožíkově sále se paní ředitelka s paní Polgárovou setkali s náměstkem primátora Mgr. Ivanem Kabickým. Prohlédly si krásné prostory Staroměstské radnice a poté již spěchaly na vyhlášení do divadla. Odpolední slavnostní předání bylo určeno i pro ostatní nominované a jejich partnery. Programem provázela velmi vtipně Ondřej Vetchý a oceněným přišel zazpívat Standa Hložek. Po drobném občerstvení následovalo divadelní vystoupení a poté jsme se již vydali domů.

Toto hezké odpoledne je alespoň malým poděkováním za náročnou práci všem účastníkům, kterým ještě jednou gratulujeme.

Klára Čížková



Nový automat na sušenky

Pro naše uživatele jsme zakoupili automat na sušenky, který tak rozšíří řadu automatů na kávu a šťávy. Umístěný je v prvním patře hned vedle právě zmiňovaných automatů. Sušenky a sladkosti si můžete koupit za velice příznivé ceny. Náš „předvánoční dárek“ přispěje určitě k vaší větší spokojenosti a pohodě.

Eva Merclová

Předvánoční zprávy z kuchyně

Blíží se Vánoce, a to pro všechny uživatele domova znamená, že se mohou těšit na klasická vánoční jídla tak, jak je pro ně každý rok kolektiv kuchyně chystá: na domácí vánoční cukroví, rybí polévku, smaženého kapra a smažený vepřový řízek s bramborovým salátem a samozřejmě na pečenou kachnu se zelím a houskovým knedlíkem nebo pečené kuře se špenátem a houskovým knedlíkem. Letos chystáme ke štědrodennímu obědu i nějakou novinku. Závěrem mi dovoluňte, abych Vám všem za kolektiv zámecké kuchyně popřála klidné a příjemné prožití vánočních svátků a do příštího roku hodně zdraví, spokojenosti a dobré nálady.



Jitka Dziedzinská

Dlouho očekávaný pomocník je tady!



Mulčovač traktor Crossjet, na který jsme čekali dva roky, konečně máme. Pracovníci údržby tak mohou zajistit při sekání zároveň mulčování zatravněných ploch. S lehkostí pak traktor zvládne posekat náletové porosty do průměru 4 cm. Umí „rozsekat“ nižší vrstvu napadaného suché listí. Výhodou je i to, že lze zakoupit přídatné zařízení - radlici na odklizení sněhu, kterou výhledově určitě pořídíme až doslouží stávající.

Prostě traktůrek, který jsme potřebovali na údržbu našeho parku. Navíc pracovníkům údržby usnadní práci.

Jarmila Vrtáčková

Koho jsme přivítali, s kým jsme se rozloučili ze zaměstnanců ...



V listopadu rozšířila řady zaměstnanců slečna Klára Svobodová, od 1.11.2012 pracuje na stanici B jako pracovník v sociálních službách v přímé péči, 26.11.2012 nastoupila po rodičovské dovolené paní Marcela Rajsiglová, zdravotní sestra, a rozšířila tak kolektiv zaměstnanců na stanici C. L. Novosádová





INFORMACE ZE ZDRAVOTNÍHO A OŠETŘOVATELSKÉHO ÚSEKU

STANICE A

Již brzy zacinká zvoneček...

Pryč jsou časy, kdy ponocný zvěstoval svým rohem půlnoc, aby mohla být slavnostně zahájena půlnoční mše a na svět vítáno božské děťátko. Moderní doba odvála z našeho života již mnohé lidové obyčeje, čímž zmizelo kouzlo, které dříve svátky provázelo.

Některé tradice přece jen přetrvávají. Jistě se dnes již nenajde odvážlivec, který by na Štědrý den vyrazil hledat poklad, také nedáváme za okno sůl pro Meluzínu a její ratolesti, stejně jako nedáváme nakrojený bochník pod ubrus pro nebeské hosty. Zkrátka některé obyčeje jsou již téměř zapomenuty.

Zůstáváme věrni trhání barborek, pouštění lodiček, lití olova, stavění betlémů či hledání hvězdičky v rozkrojeném jablíčku.

Trhání barborek přetrvává již po staletí. Třešňová kvítka jsou symbolem neposkvrněného početí Panny Marie a třešně samotné jsou symbolem rajsých plodů z Edenu, odkud je Eva tajně odnesla.

V prosinci na svátek Svaté Barbory si mnozí z nás utrhnou větvičku nejen třešně, ale určitě nám dobře poslouží snítka slivoně, broskvoně či zlatice. Když si větvičku doneseme domů, neměli bychom ji dávat hned do teplé místnosti, ale necháme ji třeba na verandě, nebo mezi oknem a asi po týdnu si s ní můžeme ozdobit třeba stůl. Barborka by měla vykvést 24.

prosince a pokud na ni budeme spěchat vykvete dřív nebo třeba vůbec.



Také věšení jmelí na lustr nad stolem přetrvalo. Jmelí ztělesňuje živoucího ducha a je pravým symbolem života. Latinský název Jmelí je *viscum* – lepidlo. Protože prý lepidivé plody dokáží udržet svazek mezi osobami opačného pohlaví. Dodnes platí, že čím více kuliček, více štěstí se dočkáme v příštím roce.

Takto bychom si mohli vyprávět ještě dlouho, každý si nese ty své zvyky z dětství a zase je předá dál svým dětem. Důležité je, abychom si připravili krásné a klidné chvílky a ve zdraví a

pohodě si užili Vánoc po svém. Já vám všem přeji krásné Vánoce tady s námi na zámku nebo v kruhu rodinném.

Michaela Petržílková

STANICE B

Historie vánočního kapra

Štědrý večer je již tradičně spjatý s vánočním kaprem. Byly ale doby, kdy bychom kapra na štědrovečerní tabuli hledali marně. Kapr jako symbol Vánoc patří mezi nejmladší české tradice. Přestože je ryba typickým symbolem křesťanství od jeho počátků, jedla se pouze při půstu. Konzumace ryb i mimo půst se začala prosazovat teprve v 17. století, ale jen v bohatších rodinách. Typické jídlo na Štědrý den pro prostý lid

v tehdejších dobách byl například houbový kuba, který se podává dodnes, zelná polévka nebo kaše ze sušeného ovoce. Přestože jídlo podávané na Vánoce mělo symbolizovat

hojnost, chudší venkované jedli většinou bezmasá jídla. Oproti tomu v bohatších rodinách si dopřávali vinnou klobásu nebo hlemýždě. Teprve z počátků 19. století máme doloženou přípravu ryb pro štědrovečerní tabuli. Často se podávali štika, sumec, úhoř, lín nebo pstruh a vařili se na černo, tedy se sladkou omáčkou například s ořechy, švestkami a perníkem. Jak jste si všimli, kapr ve výčtu ryb chybí.

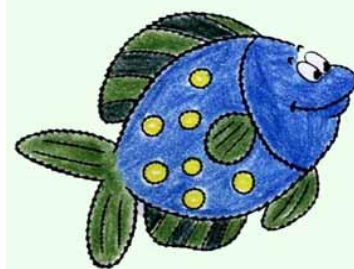


Není jasné, proč lidé kapra nejedli, přestože tradice jeho chovu u nás sahá hluboko do minulosti. Kapr se

začal konzumovat o vánočních svátcích až koncem 19. století a podával se jako většina ryb na černo, ale také na modro – vařený v octě nebo bílém víně. Smažený kapr s bramborovým salátem, jak ho

známe dnes, se začal připravovat teprve ve dvacátých letech 20. století, kdy se také poprvé objevil v kuchařce. Smažený kapr byl však pouze jednou z variant

přípravy večeře na Štědrý den, protože kapr na modro nebo černo byl stále favoritem. Některé z vás to možná překvapí, ale kapr představuje i tradiční velikonoční jídlo. Protože kapr patřil mezi postní jídla, konzumoval se také v době předvelikonočního půstu. Později se kapr jedl i během samotných velikonočních svátků.



Jana Kubů

STANICE C

Vánoční tradice



Vánoce jsou považovány za nejdůležitější svátky, kdy se schází celá rodina. S vánočním slavením je spojeno množství tradic. U nás je zřejmě nejrozšířenějším zvykem vztyčení vánočního stromu, který se zdobí vánočními ozdobami, a pod který se v rodinách kladou vánoční dárky.

V Česku nemá vánoční stromek dlouhou tradici. Nový zvyk se začal prosazovat jen pozvolna a to až ve 40. letech 19. stol. v bohatých pražských rodinách. Nejvíce se ujaly živé stromečky/smrčky, jedličky/ ozdobené sladkým pečivem, perníkem a především ovocem - jablky nebo hruškami, mandlemi či rozinkami. Zřejmě v roce 1860 se na stromečku v Čechách poprvé rozsvítily lojové svíčky.

Další tradicí je pečení vánočního cukroví. Tato tradice je ve velké části domácností dodržována. Většina cukroví se připraví ze směsi mouky, cukru, vajec, másla, kakaa a čokolády. Typickými vůněmi jsou vanilka a rum, typickým kořením skořice.



24. prosince bývá tradicí, že se schází celá rodina na slavnostní večeři. Samotná večeře se skládá z rybí polévky, bramborového salátu s kaprem a během její konzumace se obvykle směla vzdalovat jen hospodyně. Po večeři bývá zvykem rozbalovat vánoční dárky, které dětem v českých zemích přináší Ježíšek.

Štědrý den tradičně vrcholí půlnoční mší, na které se zpívají koledy a začíná samotná církevní oslava narození Krista.

Jitka Peštová

STANICE D

Zimní zahrada ve vile



Seznámila jsem vás s bylinkami, které jsou v naší zahradě. A nastala doba uložení zahrady k zimnímu spánku. Uklidili jsme zahradní nábytek, na pergolu jsme pověsili krmítko, kde se v zimě slétají ptáci. Někteří uživatelé tyto návštěvníky naší zahrady

pilně krmí. Ve vile se pomalu připravujeme na příchod vánočních svátků, na venkovní dveře pověsíme adventní věnec a v jídelně přistrojíme stromeček a pod něj umístíme betlém, společně se budeme těšit na příchod nejkrásnějších svátků v roce. A my „viloví“ sobě a vám všem přejeme do nového roku moc a moc zdraví.

Ještě bych se s vámi chtěla podělit o zážitek ve vile. Dne 6.11.12 nás navštívili uživatelé, kteří zde bydleli - p.Čížek, p.Brejla, p.Hotový, p.Mašek. Připravili jsme posezení v jídelně s pohoštěním, účastnili se i uživatelé vily. Bývalí uživatelé se byli podívat na pokojích, kde dříve bydleli. Posezení bylo moc pěkné, hlavní je, že uživatelé jsou spokojeni v novém bydlišti. Všichni vypadají moc dobře.

Dana Lášková

STANICE E

Astrologie slunečních znamení

Od 22. listopadu do 20. prosince vládne deváté znamení zvěrokruhu – **Střelec**

Živel: oheň

Vládoucí planeta: Jupiter

Kameny: tyrkys, granát, ametyst, jantar

Kladné vlastnosti: aktivita, nadšení, upřímnost, optimismus, odvaha, spravedlnost, spolehlivost, čestnost, ušlechtilost

Záporné vlastnosti: nervozita, neklid, bezstarostnost, náladovost, přehnaná důležitost, chlubitost

Šťastná čísla: 3,5,9,37

Střelec pod drobnohledem: toto znamení je charakterizováno lučišníkem, který s napřaženým lukem a šípem je připravený ke stříbě. Hrot šípu je nasměřován do středu



vesmíru, zřejmě proto také lidé narozeni v tomto znamení směřují k vyšším cílům a jsou hloubaví. Šíp navíc symbolizuje upřímnou a otevřenou povahu, což má za následek „co na srdci, to na jazyku“. Jejich upřímnost a otevřenost jsou často pro okolí bolestné, neboť každému řeknou svůj názor. Zvláště v mládí si dovedou svojí otevřeností nadělat spoustu problémů. Postupem času ale tito zrozenci se stávají většími diplomaty. Právě pro ně platí odkaz z bible: „Jak byste chtěli, aby lidé jednali s vámi, tak ve všem jednejte s nimi.“ Jako ostatní ohnivá znamení (beran a lev) mají v sobě zrozenci spoustu vitality a energie a mají extravertní povahu se smyslem pro humor. Jsou nadšenci života, hledí stále vpřed a nenechávají se nikým a ničím omezovat. V jejich srdci je hluboká touha pochopit a prozkoumat život. Dovedou neúnavně pracovat a jsou velmi podnikaví se sebedůvěrou se pouštějí do jakéhokoliv projektu. Jejich heslem je: „Odvážnému štěstí přeje a patří mu svět.“ Navenek působí zrozenci vyrovnaně, jakoby neměli žádné problémy. Ty však dovedou dobře maskovat. Ve skutečnosti jsou často velmi citliví a neklidní. Lépe umí pomoci jiným než sami sobě. Jsou lidmi, kteří k sobě přitahují skvělé přátele, ale také jsou schopni si nadělat spoustu nepřátel. Mají v sobě hodně hrdosti. Jejich touha po nezávislosti a volnosti je přivádí k cestování, neustále potřebují vstřebávat nové dojmy a zážitky. Střelec často bývá talentovaný ve výzkumu, ve vědách a umění.

Jak poznáte Střelce? Lidé tohoto znamení jsou velmi neposední, většinou jim dělá potíže vydržet klidně sedět nebo stát. Neustále musí být aktivní a v pohybu. Jejich ruce živě gestikulují a vyzařuje z nich energie. Často mají vyšší postavu s nápadně dlouhými končetinami. Jejich výrazný a zajímavý obličej zdobí spokojený a veselý výraz. Celkově vypadají velmi sebejistě.

Jana Novotná

Řešení ke str. 20



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

AKTIVIZACE

AKTIVITY VERONIKA

Zámecký Šotek

Recitační soutěž Zámecký Šotek, která se konala 22. 11. 2012, vstoupila letos do 8. ročníku. Účastnilo se 6 domovů a z nich 14 soutěžících. Celý den soutěže vládla příjemná atmosféra. Ve skupině A se soutěžilo v převzaté tvorbě a ve skupině B ve vlastní tvorbě autora. Všem pozorně naslouchala porota ve složení p. Chládková, p. Zahrádková, p. Krejcarová, p. Krbcová a nechyběla zástupkyně z řad uživatelů p. Jedličková. Rozhodování nebylo snadné, protože všechny přednesy byly velmi pěkné. A jak to dopadlo? Na 1. místě v kategorii A se umístila **p. Marie Šťastná** s Baladou českou od Jana Nerudy, 2.

místo - **p. Marie Nadřová** báseň Procitnutí od básníka S. Štípačova a 3. místo obsadila p. Anna Kučerová s Jarní romancí od Jar. Vrchlického. V kategorii B se na 1. místě umístila p. Zdeňka Chmelařová s vlastní tvorbou „Jak jsem vařila mýdlo“, 2. místo obsadil Jan Amos Pachel s básní „Rodnému kraji“, 3. místo **p. Josef Fabián** „Kolikrát ještě“. Všem, kteří přišli a zúčastnili se, děkujeme a gratulujeme k jejich odvaze.

Příští rok bychom vás chtěli pozvat již na 9. ročník a kdo má rád poezii, určitě se zúčastněte.

Veronika Kumperová



AKTIVITY HANKA

Vánoce už klepou na dveře

V našich obou dílnách máme napilno. Dozdobujeme stromečky a věnečky, natíráme košíky a došíváme polštářky, slony a další hračky pro děti. Stihneme si i vyprávět různé příběhy, které jsou spojené hlavně s výrobky pocházejícími z našich dílen. Vzpomínám si na jednu paní, která říkala sestřičkám, že má ve skříni hada. Když společně skříň otevřely, vykouknul

na ně metrový jezevčík, vyrobený v naší dílně, kterého měla paní pro svoji pravnučku. Druhý příběh je také o jezevčíkovi, který udělal radost jednomu prvňáčkovi v Praze. Nemohl se ale smířit s tím, že si ho nemůže vzít do školy, do které jezdil metrem. Velký úspěch mezi malými dětmi mají hrací kostky s puntíky. Několikrát už nám rodiče vyprávěli, jak se na nich úplně malé děti naučily počítat. Bohužel jenom do šesti. Jedna maminka, která u nás pravidelně nakupuje hračky a polštářky pro svoji dceru si posteskla, že je má všechny v posteli a vypadá to, že už se tam holčička brzy nevejde.

Přeji našim dílnám spoustu dalších veselých příběhů a hlavně hodně zdraví a chuti do práce všem, kteří tam rádi chodí pracovat.

Hanka Zítová

AKTIVITY MIRKA A HANKA

Rozsvícení vánočního stromu

V neděli 2. prosince 2012 začal advent. Jako každým rokem i letos se konalo na Náměstí Míru v Heřmanově Městci rozsvícení vánočního stromu. Stalo se již tradicí, že se s výrobky z našich dílen nastěhujeme na jedno odpoledne do stánku a nabízíme je k prodeji. Roli usměvavých prodavaček si vyzkoušely Klára, Mirka, Hanka, Lenka a dobrovolnice Martina. O naše zboží byl velký zájem a kolem sedmnácté hodiny nebylo co prodávat, takže jsme odváželi jen prázdné krabice. A o co že to byl největší zájem? O stromečky pletené z novinového papíru, zvonečky šité i pletené, košíčky a samozřejmě o jezevčíky. Ti nám utekli s pultu chvilku po jejich rozbalení. Patří se poděkovat všem, kteří pomáhali.



Mirka Bečková, Hana Zítová

Návštěva na rehabilitaci

Vodoléčba na horní končetiny

Od loňského listopadu v našem Domově každé úterý odpoledne probíhá vodoléčba na horní končetiny.

Co je vodoléčba a jak pomáhá?

Vodoléčba, též hydroterapie, se provádí ve vaně za pomoci trysek a tlaku vody a patří k nejstarším léčebným metodám. Optimální teplota vody je 37 stupňů. Blahodárně působí na náš organismus především reflexně. To znamená, že náš organismus reaguje na různé druhy podráždění:



1/ tepelné – teplota vody,

2/ mechanické - vzduchová masáž – perličková koupel, která celé tělo jemně stimuluje, působí relaxačně (koupel spojená s masáží proudem vody vytékající z trysek)

3/ chemické – přísada vonných, uvolňujících olejů.

Příznivé vlivy hydroterapie:

zlepšuje kožní napětí, příznivě působí na uvolnění bolestivých stahů (spasmů) svalstva a také k tlumení bolesti, má příznivý účinek při některých obtížích dýchacího systému, napomáhá zlepšovat krevní a lymfatický oběh v měkkých tkáních. Procedura trvá 15 minut na osobu. Najdete nás v koupelně na stanici B.

Pokud chcete tuto léčebnou metodu u nás v Domově vyzkoušet, prosím, hlase se na rehabilitaci nebo u vaší vedoucí stanice.

Lenka Pumerová

... A NA CO SE MŮŽETE TĚŠIT ?



- Neděle 2.12. – Rozsvěcení vánočního stromu na náměstí
- Úterý 4.12.2012 – Retro módní přehlídka v sále
- Úterý 11.12.2012 – Schůze uživatelů
- Středa 12.12. 2012 - Zahájení jarmarku v Besedě
- Čtvrtek 13.12.2012 – Vystoupení dětí z MŠ od 10 hodin
- Pátek 14.12.2012 – Východočeské divadlo Pardubice – Holka z kalendáře (s Janou Paulovou)
- Úterý 18.12.2012 – Pěvecké vystoupení sboru v sále od 9 hodin
- Úterý 18.12.2012 – Ekumenická bohoslužba v kapli
- středa 19.12.2012 – Vánoční posezení v sále
- Čtvrtek 27.12.2012 – Zámecký silvestr v sále
- Pátek 28.12.2012 – Psí spřežení v parku od 13 hodin

SOCIÁLNÍ ÚSEK

Informace, která vás bude zajímat



O kolik se vám zvýší příští rok důchod?

Co je to valorizace?

Valorizace důchodů je zvyšování důchodů nejčastěji od lednové splátky důchodu. Do roku 2011 schvalovala valorizaci vláda na svém zasedání předchozí rok. Od valorizace důchodů 2012 se zvýšení důchodů stanoví vyhláškou ministerstva práce a sociálních věcí.

Každý důchod se skládá ze základní výměry a procentní výměry. Při valorizaci důchodů může docházet ke zvyšování základní výměry důchodu, procentní výměry nebo obou těchto částek.

Všichni naši důchodci si od 1.1.2013 polepší

Valorizace důchodů pro rok 2013 byla stanovena vyhláškou MPSV č. 324/2012. **Procentní výměra důchodu se od roku 2013 zvýší o 0,9 % a základní výměra se zvýší o 60 Kč na 2330 Kč.**

Příklad:

Výše důchodu v roce 2012 činí 11256 Kč. Od této částky odečtete základní výměru 2270 Kč, výsledek je procentní výměra... 8986 Kč. Procentní výměru nyní zvýšte o 0,9 %, v tomto případě o 81 Kč na 9067 Kč (výsledek se zaokrouhuje na celé koruny nahoru). Nyní přičtete novou základní výměru 2330 Kč. Výsledkem je valorizovaný důchod 11397 Kč.

Z původního důchodu 11256 Kč se důchod od 1.1.2013 zvýší o 141,- Kč na 11397,- Kč.

NAVYŠOVÁNÍ ÚHRAD ZA STRAVU A POBYT V DOMOVĚ PRO SENIORY A V DOMOVĚ SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM V ROCE 2013

V roce 2013 přistupuje vedení našeho Domova k výraznému navýšení úhrad za pobyt a stravu a rozlišení úhrad za stravu u diabetiků. Pro vaši informaci uvádíme maximální ceny, které jsou uvedeny ve vyhlášce č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách ve znění pozdějších předpisů –

- Maximální výše úhrady za poskytování **ubytování** v domovech pro seniory a v domovech se zvláštním režimem činí částku – **200,- Kč denně**
- Maximální výše úhrady za poskytování **stravy** v domovech pro seniory a v domovech se zvláštním režimem činí částku – **160,- Kč denně**

Shrnutí ceníku - nejvyšší cena za ubytování v jednolůžkovém pokoji s hygienickým zařízením je 193,- Kč, cena za stravu je 122,- Kč a pro diabetiky 132,- Kč denně.

DALŠÍ INFORMACE

Vlivem změn úhrad budou sociálními pracovníci sepsány dodatky ke smlouvám, které dostanete k podpisu.

Další změny ve smlouvě

Článek VII. - Výše úhrady a způsob jejího placení – příspěvek na péči se od 1.1.2013 při nepřítomnosti uživatele za předem oznámený pobyt mimo domov bude vracet v hodnotě 100% (dosud se vracelo 75%) – bude zahrnuto v dodatku ke smlouvě.

Za pobyt v nemocničním zařízení se příspěvek na péči nevrací.

Změny v Domácím řádu

Ceník fakultativních služeb – od 1.1.2013 se ruší poplatek za lednici na pokoji (dosud se platilo 100,- Kč měsíčně).

KOHO JSME PŘIVÍTALI....

p. Zdeněk Adamčo – st. C

MUDr. Voborová Anna – st. C

p. Mašatová Růžena – st. E

p. Krejbichová Anežka – vila

S KÝM JSME SE ROZLOUČILI...

p. Ján Noha - vila

p. Vlasta Říhová – st. C

p. Růžena Podlipná – st. B

p. Jaromír Šurý –st. B



Do soukromí odešla – p. Adéla Vomáčková – st. C

Smlouvu ukončila – p. Anna Novotová – st. E

CENÍK úhrad za ubytování, stravu a péči platný od 1.1.2013

Typ pokoje	Bydlení Kč	Strava Kč	Cena 1den Kč	Cena 30/31dní Kč	Péče
Jednolůžkový s hygienickým zař.	193,-	76,25 Kč za stravu	315,-	9.450,-	I. – IV. stupeň PnP 800,-
		45,75 Kč režie		9.765,-	
Jednolůžkový	184,-	76,25 Kč za stravu	306,-	9.180,-	I. – IV. stupeň PnP 2.000,-
		45,75 Kč režie		9.486,-	
Dvoulůžkový s hygienickým zař.	185,-	76,25 Kč za stravu	307,-	9.210,-	I. – IV. stupeň PnP 4.000,-
		45,75 Kč režie		9.517,-	
Dvoulůžkový	171,-	76,25 Kč za stravu	293,-	8.790,-	I. – IV. stupeň PnP 8.000,-
		45,75 Kč režie		9.083,-	
Tří a vícelůžkový	162,-	76,25 Kč za stravu	284,-	8.520,-	I. – IV. stupeň PnP 12.000,-
		45,75 Kč režie		8.804,-	

CENÍK úhrad za ubytování, stravu a péči platný od 1.1.2013 – DIA

strava

Typ pokoje	Bydlení Kč	Strava Kč	Cena 1den Kč	Cena 30/31dní Kč	Péče
Jednolůžkový s hygienickým zař.	193,-	82.50 Kč za stravu	325,-	9.750,-	I. – IV. stupeň PnP 800,-
		49.50 Kč režie		10.075,-	
Jednolůžkový	184,-	82.50 Kč za stravu	316,-	9.480,-	I. – IV. stupeň PnP 2.000,-
		49.50 Kč režie		9.796,-	
Dvoulůžkový s hygienickým zař.	185,-	82.50 Kč za stravu	317,-	9.510,-	I. – IV. stupeň PnP 4.000,-
		49.50 Kč režie		9.827,-	
Dvoulůžkový	171,-	82.50 Kč za stravu	303,-	9.090,-	I. – IV. stupeň PnP 8.000,-
		49.50 Kč režie		9.393,-	
Tří a vícelůžkový	162,-	82.50 Kč za stravu	294,-	8.820,-	I. – IV. stupeň PnP 12.000,-
		49.50 Kč režie		9.114,-	
		132,-			

Nabídka služeb domova pro seniory – část 3

Pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu



Rozsah podpory je stanoven podle potřeb konkrétního uživatele v rámci individuálního plánování.

Využíváme moderní pomůcky – elektrická polohovací lůžka, antidekubitární pomůcky, el. plošinu, nájezdy, pojízdnou schodišťovou sedačku, zvedáky, hrazdy, chodítka, invalidní elektrický vozík, mechanické vozíky atd.

1. pomoc při oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek

- Minimální možná frekvence podpory pro uživatele **je 3 x denně**, lze individuálně navýšit při akutní potřebě.
Typ podpory může zahrnovat a) žádnou podporu, b) dohled, c) verbální nebo neverbální naznačení, d) částečnou fyzickou dopomoc, e) plnou fyzickou dopomoc zaměstnance.

2. pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík

- Minimální možná frekvence podpory pro uživatele **je 6 x denně**, lze individuálně navýšit při akutní potřebě.
Typ podpory může zahrnovat a) žádnou podporu, b) dohled, c) verbální nebo neverbální naznačení, d) částečnou fyzickou dopomoc, e) **plnou fyzickou dopomoc zaměstnance**.

3. pomoc při vstávání z lůžka, uléhání, změna poloh

- Minimální možná frekvence podpory pro uživatele **je 6 x denně**, lze individuálně navýšit při akutní potřebě.
Typ podpory může zahrnovat a) žádnou podporu, b) dohled, c) verbální nebo neverbální naznačení, d) částečnou fyzickou dopomoc, e) plnou fyzickou dopomoc zaměstnance.

4. pomoc při podávání jídla a pití

- Minimální možná frekvence podpory pro uživatele **je 5 x denně**, lze individuálně navýšit dle doporučení lékaře. U stravy diabetické je frekvence 6 x denně.
Typ podpory může zahrnovat a) žádnou podporu, b) dohled nad docházením do jídelny a dodržováním pitného režimem, c) verbální nebo neverbální naznačení na čas stravování, d) částečnou fyzickou dopomoc při přípravě stravy, stolování, krájení atd. e) plnou fyzickou dopomoc zaměstnance při podávání jídla.
- Podpora při dodržování pitného režimu je průběžná po 24 hodin denně.

Pokračování příště.

VESELE NA ZÁVĚR



O štědrém dnu volá Franta svému kámošovi: „Hele nemáš dneska na půl dne čas?“ Kamarád se diví: „Zrovna dnes, a proč?“ „No já jen že mám doma postavenej betlém a chybí mi tam osel....“



„Můj táta je kutil,“ chlubí se kamarádům Jenda. „Když nám o Vánocích nesvítily svíčky na stromečku, začal je opravovat. A nakonec to dopadlo tak, že když je zapojil do zásuvky, svíčky nic a začal nám svítit tatka!“

Ve škole: „Děti, je zemská přitažlivost stále stejná?“
„Ne, pane učiteli, na Silvestra je největší.“



„Tohle byla báječná jednohubka, milostpaní, ostrá jako meč,“ chválí host novoročního rána paní domu. „Bohužel, pane, to byla drátěnka na nádobí!“



PRO CHYTRÉ HLAVY

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

Do každého políčka vepište jednu číslici od 1 do 9 tak, aby se číslice neopakovaly v žádném řádku, sloupci ani v žádném z devíti vyznačených menších čtverců.

Řešení najdete na str. 10