

DOMOV
PRO
SENIORY

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

UNÁS DOMA



HEŘMANŮV MĚSTEC

Ročník XXII číslo 8 říjen/2016 www.domov-hm.cz

V domově to žije...



Časopis Domova pro seniory Heřmanův Městec, zřizovatel Hlavní město Praha



Obsah

Slovo na úvod	3
Stařec a dálka – Libuše Marková	4
Informace z Domova	5
Pracovní oděvy	5
Koho jsme přivítali ze zaměstnanců	5
Dopis Felixovi	5
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku	7
Stanice A – Podzim	7
Stanice B – Oslavme Svátek seniorů	7
Stanice C – Kapesník – znak urozenosti	8
Stanice D – Babí léto	10
Stanice E – Jablka	11
Aktivizační úsek	12
Létofuč	12
Rotopedtours a Pěškotours 2016	12
Info z keramiky	13
Kurz trénování paměti	13
A na co se můžete těšit?	14
Sociální úsek	15
Pro chytré hlavy	16



Slovo na úvod



Milí čtenáři, čas nám stále běží a zavál k nám krásné podzimní měsíce. Než jsme se otočili, máme tady říjen. Říjen mám moc ráda, vlastně celý podzim a to už odmala, kdy jsem si chodila hrát tady do našeho zámeckého parku. Už v mateřské školce byl nejlepší den strávený v parku, kdy jsme se mohli brodit hromadou listů, rozkopávat ho okolo sebe a skoro v něm plavat. I jako dospělá mám tento čas moc ráda a je to hlavně díky krásným scénériím, které nám náš park s rybníkem nabízejí.



Tyto měsíce jsou všude kolem nás také časem plným pracovního úsilí, které se po prázdninách postupně rozprostřelo mezi všechny instituce. U nás v domově jsme to také pocítili. Po dovolených se začalo intenzivně pracovat na mnoha pozastavených projektech, opětovně se rozjelo vzdělávání zaměstnanců, nábor nových zaměstnanců, doplňování skladů, provádění kontrolní činnosti, vymýšlení nových aktivit, schůzky s obchodními partnery, úklid a úpravy terénů v okolí a mnoho dalšího. V tomto hektickém čase, který bohužel náš svět přináší, jsme také započali s natáčením prezentačního materiálu o službách, které v našem domově poskytujeme. Natáčení zatím

probíhalo 3 dny a v následujících dnech bude pokračovat. Určitě jste všichni pana kameramana s asistentem zaregistrovali. Již teď bych ráda poděkovala všem, kteří se na organizaci natáčení podílejí. Víím, že se nám všem bude výsledek líbit. Sama už se na celý krátký film moc těším. Myslím,

že v čase předvánočním bude již film dokončen. Při doprovázení natáčecího štábu jsem se často objevila na místech, kde nemám jindy možnost trávit tolik

času. I za to jsem moc ráda, protože jsem v praxi viděla, jak mají různé pracovní kategorie zaměstnanců náročnou svou pracovní směnu. Přítomnost vedoucího pracovníka v tzv. provozu považuji za neocenitelnou zkušenost, která mi pomůže k dalšímu zkvalitňování všech procesů a činností, které náš domov nabízí. To by člověk neřekl, k čemu všemu bude natáčení dobré...

Kvalitně poskytovaná služba je součtem mnoha rozmanitých dílčích postupů, které všichni musí dodržovat. A tím nemyslím jen zákonné požadavky, pravidla, ale také obyčejný lidský přístup, dlouhodobou spokojenost zaměstnanců, využívání

potřebné pomoci a rady a zejména vztahy, které jsou součástí veškeré kultury naší organizace. Jsem také ráda, že pomocnou ruku nám často podává naše zastřešující asociace, jejímž členem jsme již dlouhou řadu let. Jedná se o Asociaci poskytovatelů sociálních služeb České republiky. Tato asociace nabízí mnoho aktivit, jako je vzdělávání, vydávání literatury, odborného časopisu Sociální služby, pořádání projektů jako je Značka kvality a E-Qalin. Její hlavní činností však je hájení zájmů poskytovatelů sociálních služeb a informování široké veřejnosti o službách, které nabízíme. Pro tyto účely pořádá APSSČR tzv. Týden sociálních služeb, který je pořádán v týdnu od 3. října do 9. října. Týden sociálních služeb je každoročně obdobím, kdy se setkávají poskytovatelé sociálních služeb, zástupci státu, krajů,

měst a obcí a mnozí další odborníci, aby diskutovali o sociálních službách. Je to období, během kterého probíhají desítky různých aktivit zaměřených jak na veřejnost, tak na zaměstnance, zaměstnavatele a další odborníky z oblasti poskytování sociálních služeb, ať již jde o konference, kongresy, výstavy, setkání, ale i celostátní Den otevřených dveří poskytovatelů sociálních služeb. U nás v domově se bude tento Den konat v úterý 4. října a návštěvy mají možnost si vše prohlédnout v čase od 8 do 16 hodin. Věřím, že i do našeho domova návštěvy zavítají.

Přeji všem klidné a teplé dny a našim seniorům pěkný svátek.

Klára Husáková, ředitelka

Stařec a dálka - Libuše Marková

Stařec sedící na kameni hledí zasněně
na moře, na krásné kouzelné moře,
které mu kdysi dávno vzalo jeho
životní lásku.

Musela odjet, aby navštívila svou nemocnou
maminku, daleko, daleko od krásného moře.

Víc ji už neviděl.

Stařec toužebně a dlouze hledí do dálky,
která mu vzala lásku.

Toužebně si přeje vidět aspoň její stín,

daleké moře, daleká dálka mu však jeho
touhu nevrací.

Stařecké slzy vlny omývají, snad někdy
příště, vlny starce něžně chlácholí.

Slunce ve své žhavosti líbá uplakanou
starcovu tvář. A spolu s mořem jsou jedinými
starcovy společníky.

Stařec dál toužebně hledí do dálky, která
mu nabízí jen jeho samotu.

Touhu a víru v zázrak.

Informace z Domova

Pracovní oděvy patří mezi nejdůležitější ochranné pracovní prostředky především z důvodu prevence při jednotlivých pracovních rizicích, ale v dnešní době prezentují také image firmy. V našem zařízení pak také hledíme na to, abyste vy, uživatelé služeb, neměli pocit, že bydlíte v nemocnici.



V minulosti bylo hodně preferováno uniformované oblečení, a to zejména z důvodu praní špinavého prádla. Dnešní doba už pokročila dále a na trhu je více materiálů i dezinfekčních prostředků, které snesou časté praní a prádlo je po vyprání čisté a bezpečné. Proto jsme mohli ustoupit od uniforem a můžeme zaměstnancům nabídnout pestřejší a slušivější pracovní oděvy. V letošním roce jsme se rozhodli pro změnu a v dnešních

dnech zde již máme vzorky oblečení, které si kolegyně předem vyzkouší. Poté jim objednáme pracovní oděvy v materiálu, střihu a velikosti, která bude vyhovovat.

Pro váš lepší přehled jsme se rozhodli, že si zaměstnanci jednotlivých pracovních úseků vylosují barvy oděvů, do kterých se budou oblékat. Přejeme zaměstnancům šťastnou ruku při výběru oděvů a hodně pracovních úspěchů.

Radka Stybalová

Koho jsme přivítali ze zaměstnanců

Od 1. 9. 2016 pracuje na stanici C pan Michal Beran a slečna Jarmila Knollová, Dis., na stanici B paní Veronika Matulová a na úseku úklidu paní Zdenka Vernerová.

Lenka Novosádová



Sl. Knollová



p. Beran



p. Matulová



p. Vernerová



DOPIS PRO FELIXE

O prázdninách jsme obdrželi dopis od Felixe, poslal také svoje vysvědčení. Nejlépe mu jde matematika – známka 1-, ze sociálních studií má známku 2, ostatní předměty – angličtina, kiswahili (mateřský jazyk) a vědy má známku 3. Celkově se oproti loňskému roku zlepšil, což je potěšující. Velké prázdniny měl v dubnu, kdy také ukončil další ročník školy. Psal, že se s kamarády věnují různým sportům a hrám např. hrají fotbal, nohejbal, volejbal a basketbal. A tak jako my se těšíme na léto, tak oni se těší na jejich zimu. V dopise se vyjádřil – máme konečně zimu! Posílá všem seniorům i zaměstnancům pozdrav. Jako odpověď na jeho dopis jsme mu také poslali dopis a přibalili jsme tričko s logem domova pro seniory a děvčata z aktivit s některými seniory se vyfotili v těchto stejných tričkách.

Eva Merclová

Milý Felixi,

srdečně tě zdravíme z Heřmanova Městce. Jak se Ti daří? U nás v současné době pomalu končí léto a dětem prázdniny. Každoročně v letních měsících červenci a srpnu si u nás děti



užívají prázdniny. To je vlastně největší volno, které u nás děti mají. Mají ještě vánoční a jarní prázdniny, ale ty obvykle trvají přibližně týden. Letní prázdniny u nás děti tráví na táborech, jezdí s rodiči na dovolenou nebo tráví čas u svých babiček a dědů. Letošní léto u nás je hodně průměrné. Loni se pohybovaly teploty i okolo 35 °C, ale letos bylo takhle horkých dnů jen pár. Nyní, na konci srpna, jsou hlavně noční teploty už nízké.

Všichni se rádi koupeme na koupalištích nebo v přírodních rybnících, ale letos se voda moc neohřála.

Děkujeme ti za zaslání tvého vysvědčení. Potěšilo nás, že jsi se zlepšil. Přejeme ti, abys byl zdravý, také tvoji sourozenci a rodiče, a ať se ti daří ve škole.

Zaměstnanci a senioři z domova pro seniory z Heřmanova Městce

Řešení ze str.15- 1.a) Alois Jirásek, 1b) 56, 2. Labe, Morava, Ohře, Malše, Vltava, Dyje, Rokytky, Oslava, Berounka, Svratka, Chrudimka, Doubrava, Blanice, Botyč

Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

STANICE A

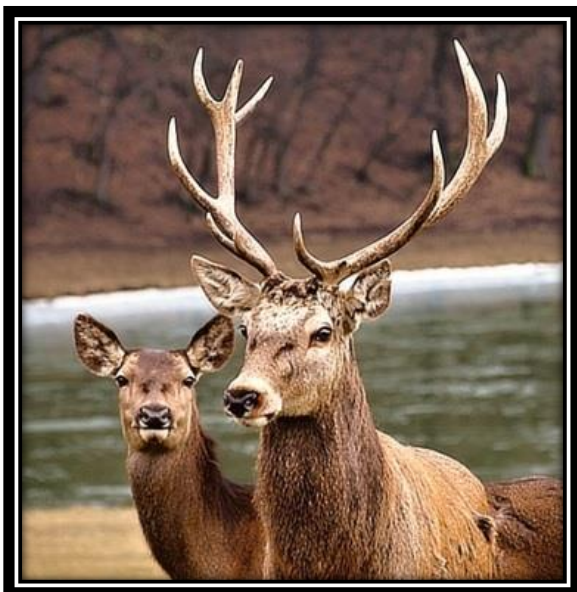
PODZIM

Podzim je čas dozrávání a sklizně, čas přípravy na zimu. Začíná v době podzimní rovnodennosti, kdy jsou opět světlo a tma v rovnováze. Na podzim přibývá stále více tmy. Už během babího léta víme, že něco končí, a začínáme pozorovat náznaky přicházející zimy. V přírodě všechno dozrává, sklízí se plody, které se vyvíjely už od jara. Na stromech a keřích můžete už od září pozorovat množství zralých plodů. Mnoho z nich určitě znáte - hrušky, jablka, švestky, šípky, bukvice, žaludy, kaštiny, lískové oříšky, jeřabiny... Lesníci sbírají šišky borovice a semeno tisu, a mnoho dalších semen stromů (jasanu, lip, buku, dubu, javoru, olše, kaštanu a ořešáku). Začínají s podzimní výsadbou sazenic listnáčů. Odstraňují kůrovcové souše.



Ptáci odlétají za teplem na jih (např..

vlaštovky a jiřičky) V teplejších krajích ale nemají tak dobré podmínky pro hnízdění a tak se s jarem zase vrací k nám. Zvířata, která přes zimu zůstanou doma, shromažďují zásoby. Rostliny rozsévají svá semena, která budou čekat na příští jaro. Listy stromů se začínají vybarvovat. Kvete vřes. Dozrávají bezinky, padají žaludy, v lese najdeme václavky. Začíná jelení říje, srnci shazují svá paroží. Mufloni a prasata spásají bukvice. Jezevci a plazi upadají v zimní spánek. Je čas hojnosti. Podzim připomíná životní období, kdy člověk sklízí plody své celoživotní práce. Vychoval své děti a vypouští je do světa, tak jako stromy rozsévají svá semena.



Lenka Svatoňová

STANICE B

OSLAVME SVÁTEK SENIORŮ



Na první den v měsíci říjnu připadá každoročně **MEZINÁRODNÍ DEN SENIORŮ**. Tento svátek ještě není příliš znám, proto cítím potřebu jej připomenout. Den matek i Den dětí snad bude časem následován i tímto svátkem nejstarší generace. Takže i letos nezapomeňme na své starší v okolí, ať už v rodině, nebo v sousedství, v nedalekém domově pro seniory. Někdy stačí málo: **telefonát, úsměv, pár slov, kompliment**. Buďte součástí budování tradice oslav svátku seniorů a podpořte dobrou myšlenku, vždyť senioři si zaslouží naše poděkování za své celoživotní zásluhy pro rodinu a blízké. A nejlepším dárkem by bylo, pokud by to „málo“ bylo začátkem pro další „nemezinárodní dny“.

U nás i ve světě

Slova „senior“, pocházející z latinského slova senes, senis (starý), jehož druhý stupeň je právě „senior“ = „starší“, má i další významy – jak v češtině, tak v cizích jazycích. U nás se kromě nejčastějšího pojmenování pro „starého člověka“ či „člověka v letech“ používá například ve sportu coby opak k věkovému zařazení „junior“, takže seniorem se lze stát již třeba v šestnácti letech. Ve španělštině je „señor“ zdvořilým oslovením, v angličtině pracovní nadřazenost „senior officer“ – vyšší úředník, v USA je seniorem student nejvyšší třídy střední školy.

Milí senioři, přejeme Vám krásný sváteční den a kéž se svátečně cítíte i ve dnech ostatních!

Pavčina Šoršová

STANICE C

Kapesník – znak urozenosti

Krajkový, hedvábný, vyšíváný, látkový...každý z nás ho jistě někde doma má. Někdo by řekl, že jde o obyčejnou věc. Ale i obyčejný kapesník může mít neobyčejnou historii. Pojdme se tedy společně podívat na pár zajímavostí o něm.



Kapesníky původně nesloužily svému účelu, jak jej chápeme dnes. Avšak jejich historie sahá až do období starého Říma. Římané nosili kapesník (v té době spíše šátek) jako módní doplněk, viditelně uložený v záhybech roucha nebo na řadrech. Byl totiž znakem urozenosti. V pozdní antice byl šátek znakem odlišnosti a důstojnosti. Nosil se v levé ruce nebo byl přehozen přes levé předloktí a směl se používat jedině k otírání potu z krku a obličeje.

Kapesník tehdy sloužil také velmi často k zakrytí hlavy a ochraně před úžehem. Z této reálie ostatně pochází i jeho anglický název (hand) kerchief. Toto podivně znějící slovo pochází z francouzštiny a vzniklo spojením slov couvrir (pokrývat) a chef (hlava). V Anglii se pak traduje, že tamnější král Richard II., který vládl na konci čtrnáctého století, kapesník vynalezl. Není to tak úplně pravda, nicméně podle dobových pramenů často používal čtvercový kus látky k otírání nosu.

Mimořádný význam měl také v renesanci. Především ve Francii se kapesník stal neoddelitelnou součástí oděvu každého urozeného muže i dámy a liboval si v nich i zdobný král Ludvík XVI. Stal se oblíbeným dárkem. Zhotovoval se z hedvábí a zdobil benátskou krajkou i vyšitým monogramem. Mohl být tak krásný a zdobený, že existovala pravidla, kdo si smí jaký pořídit. Pro bohaté a urozené lidi se stal výrazem přepychu a došlo to tak daleko, že v roce 1595 vyšel v Drážďanech zákon zakazující používání kapesníků obyčejným lidem, kteří si pot z čela utírali nejčastěji do rukávu. Používání kapesníku k utírání nosu nebo dokonce smrkání bylo však ještě dlouho tabu.

Nemožný zákon zrušila až osvětská panovnice **Marie Terezie**, která zároveň stála za mnoha reformami armády. Jednou ze změn byla i skutečnost, že se kapesník stal povinnou součástí výstroje rakouské armády. Tento doplněk spolu s novými, ostrými knoflíky na rukávech uniforem odnaučily vojáky utírat si nos do rukávu.

Kapesník by zůstal možná pouze doplňkovým módním předmětem, kdyby se neobjevil šňupavý tabák. Posmrkávání a kýchání totiž přestalo být jen příznakem nemoci, ale přišlo jako důsledek tehdy módního šňupání tabáku. Po šňupnutí byste se tedy ani v devatenáctém století nedopustili žádného faux pas, kdybyste si otřeli kapesníkem nos. I proto se někdy hovorově říká kapesníku "šnuptychl" (z německého Schnupftüchlein, což znamená něco jako šňupací šáteček).

První český kapesník vznikl v okolí Jilemnice ve druhé polovině 19. století. Zhotovovali jej čeští tkalci na ručních stavech. Byl ze lněné příze nejprve celobílý, později zdobený a také barevný. Mnoho žen v Podkrkonoší bylo zaměstnáno jeho obrubováním a ažurováním (Ažura = mřížky). O rozvoj kapesníků se zasloužil Josef Gasner z Jilemnice, který je jako první exportoval. S rozvojem mechanických tkalcoven se výroba kapesníků rozšířila do oblasti Vrchlabí, České Skalice, Červeného Kostelce a Hořic. Někdejší len vystřídala bavlna. Nyní je jejich nejznámějším výrobcem akciová společnost Mileta v Hořicích v Podkrkonoší.

Magda Kudrnová

Babí léto

STANICE D

Babí léto (též označované jako pozdní léto), je označení déletrvajících suchého, slunečného, teplého a málo větrného počasí na konci léta či začátku podzimu; tento podnebný jev nastává na evropském kontinentu. Na severoamerickém kontinentu se vyskytuje podobný jev nazývaný jako Indiánské léto. Zaměnitelnost těchto dvou termínů je sporná.

Babí léto bývá charakterizováno obdobím suchého, málo větrného, slunného a přes den velmi teplého počasí. Noci ale bývají již poměrně chladné a častěji se k ránu vytvářejí radiční mlhy, které se s postupujícím podzimem udržují po větší část dne. Příčinou babího léta je rozsáhlá tlaková výše, která v podzimním období setrvává nad střední a jihovýchodní Evropou. Podle klimatologů se průměrně vyskytuje v období od 21. září do 2. října. Proto je někdy v Česku nazýváno létem svatého Václava (svátek 28. září). Délka trvání tohoto příjemného podzimního počasí je v jednotlivých letech velice rozdílná. Například v roce 1959 trvalo babí léto téměř 7 týdnů, zatímco v některých letech není téměř zřetelné.



Babí léto je jednou ze singularit v ročním průběhu počasí ve střední Evropě. Singularitou je zde myšlena poměrně pravidelná odchylka od celkového trendu počasí, podmíněná zvýšeným výskytem určitých povětrnostních situací v dané části roku. V tomto smyslu jde tedy o jev víceméně přesně vázaný na určité kalendářní období. Některé jsou zachyceny i v lidových pranostikách.

Během babího léta lze často pozorovat volně se vznášející pavučiny drobných pavouků, které lidem v minulosti připomínaly šedé „babské“ vlasy. Odtud pochází název tohoto období.

Jana Novotná

JABLKA **STANICE E**

K podzimu neodmyslitelně patří sklizeň jablek. Máte rádi čerstvá jablka? Toto ovoce nejen že je velice chutné, ale má taky řadu pozitivních účinků na zdraví. Jablka jsou pro náš jídelníček takřka nepostradatelná.

Obsahují vlákninu, mají nízký obsah cukru a málo kalorií a tím jsou vhodnou potravinou i pro diabetiky. Významný je obsah vitamínu C a další

látky pro tělo nezbytné – železo, měď, zinek, křemík, vápník, hořčík a draslík. Ten pomáhá udržovat správnou hladinu vody v těle, působí na funkci ledvin a svalů.

Pravidelná konzumace jablek výrazně snižuje tvorbu kyseliny močové, což je výborné při léčbě revmatismu a dny.

Zvláštěností tohoto ovoce je vedle vysokého obsahu vitaminů také podivuhodná schopnost regulovat chod mnohých tělesných orgánů, především posiluje imunitní systém, bojuje proti infekcím, má pozitivní vliv na krevní oběh, srdce, cévy a stabilizuje hladinu cukru v krvi.

Konzumace jablek reguluje trávení, má detoxikační a regenerační účinky, povzbuzuje náladu, snižuje nervozitu, zlepšuje koncentraci, dodává energii a redukuje tělesný tuk. A dokonce i omlazuje.

Jablka jsou výtečná i při dietě, mají blahodárný účinek na střeva, oboustranně regulují stolici, při zácpě projímají, při průjmu staví. Asi jednu třetinu tohoto ovoce tvoří pektin, který v žaludku bobtná a váže na sebe přebytečné tekutiny a také toxické látky (například rtuť a olovo) a odvádí je z těla ven. Pomáhá také s vylučováním tuků a cholesterolu. Hladina cholesterolu tak v těle klesá, a tím se snižuje i zatížení organismu a krevní tlak.

Stará moudrost praví, že sníst jedno jablko před spaním nám pomůže lépe usínat, a zatímco tělo odpočívá, jablko pohlcuje jedovaté látky.

Nemáte rádi jablka? Nevadí. Zkuste třeba jablečný ocet. Je bohatý na minerální látky – draslík, vápník, fosfor, sodík a většinu stopových prvků.

Má příznivý vliv na metabolismus živin. Při únavě, vysokém krevním tlaku, obezitě, bolestech kloubů a svalů, srdečních potížích, otocích ledvinového a srdečního původu se doporučuje vypít ráno nalačno a večer asi hodinu před spaním 3 čajové lžičky pravého jablečného octa s jednou čajovou lžičkou kvalitního medu a 3 dl čisté neperlivé vody.

A tak si s chutí dejme jablko, jablečný mošt, džus, džem, kompot, nebo si zalijme horký jablečný čaj ☺.



Jiřina Dittrichová

Informace z aktivizačního úseku

Létofuč

Setkání u opečených buřtíků s názvem Létofuč proběhlo za krásného počasí. Sluníčko dokazuje, že má ještě sílu, ale podzim se již přihlásil. Hlavně ráno a večer je opravdu chladno. Připravené poznávání podzimních plodů zahrady a polí, patří již mezi oblíbené venkovní soutěže. Není tedy překvapením, že s názvy jednotlivých druhů jste neměli problém. K poslechu hrál a zpíval Standa Mrázek s kolegou, což bylo prima jako vždycky. Teplý podzim má ještě nějakou chvíli trvat, tak ho využijte i k procházkám do parku.



Veronika Kumperová

ROTOPEDTOURS A PĚŠKOTOURS 2016

BESEDA O ZDRAVÍ A POHYBU

V uplynulých dnech náš domov navštívila paní Mgr. Lenka Líbalová, která je jedna z organizátorek této podzimní říjnové akce. Povíдали jsme si o sportu, cvičení a pohybu, který je prospěšný v každém věku. Naše zařízení se tohoto ročníku zúčastní již potřetí a doufám, že se vás zapojí co nejvíce. Na rehabilitaci můžete využít šlapání na motomedu. Cvičení letos máme zpříjemněno o TV. Při šlapání se můžete projet a shlédnout tak nejkrásnější kouty naší republiky. Podívat se také můžete i do zajímavých míst v zahraničí. Výběr máte ze 40 videí. Ten, kdo rád chodí do parku nebo do města, může nachodit či najet na vozíku více než obvykle. Vše budu evidovat do kartiček a poctivě každému zapisovat. Věřím, že se zapojíte a uděláte něco pro své zdraví a psychickou pohodu. Držím Vám palce!



Lenka Pumerová

Info z keramické dílny

Máme sice říjen, ale v naší keramické dílně se už pomaličku připravujeme na Vánoce a s nimi spojené jarmarky. Dali jsme se do výroby zápichů, misek a mističek a také jedné novinky, na kterou bych vás chtěla nalákat a podělit se o ni. Společnými silami jsme



vymysleli Domáci štěstí. A cože to vlastně je? Je to roztomilé koťátko, kocour nebo kočka. Dá se pověsit na zeď a pod tím bude na provázku navázaná cedulka s nápisem Domáci štěstí. Do keramické výbavy nám také vedení zámku zajistilo úchvatné nové formy na odlévání. Náš sortiment jsme rozšířili o vysokou vázu, malou vázičku, buclatý hrnek, talíř a konvičku. Ještě to nemáme dotáhnuté dokonce, ale první výpal těchto nových výrobků je hotov a nyní čeká na glazování, takže v příštím čísle časopisu se můžete těšit na hotové výrobky, včetně Domáciho štěstí. 😊

Veronika Vodičková

Kurz trénování paměti

Podzimní kurz trénování paměti bude tentokrát **ve vile**. Ve čtvrtek 13.10. v 10 hod. začínáme. Kurz bude mít opět osm lekcí. Kdo se chce pobavit a potrápit svůj mozek, přijďte. Mám pro vás připravené testíky, hádanky, skrývačky, přesmyčky, úkoly, hry a další zábavu.

Eva Merclová

... a na co se můžete těšit?

- ÚTERÝ 4. 10.** – Sportovní hry v Malešicích
- ÚTERÝ 4. 10.** – Den otevřených dveří v našem domově
- STŘEDA 5. 10.** – Písničky ze Semaforu v Besedě
- ČTVRTEK 6. 10.** – Muzikoterapie v salónku od 15 hod.
- SOBOTA 8. 10.** – Volby do krajských zastupitelstev od 9 hod. v salónku
- NEDĚLE 9. 10.** – přednáška v Rytířském sále od 18 hod.
- ÚTERÝ 11. 10.** – Schůze uživatelů od 9,30 hod. v jídelně
- STŘEDA 12. 10.** – Vycházka s pejsky do parku od 9,30 hod.
- PÁTEK 14. 10.** – Východočeské divadlo Pardubice
- PÁTEK 14. 10.** – Bohoslužba v kapli od 13 hod.
- STŘEDA 19. 10.** – Soutěž Chodovská šipka v Praze
- ČTVRTEK 20. 10.** – Muzikoterapie v salónku od 15 hod.
- PONDĚLÍ 24. 10.** – Trempské písně v Rytířském sále od 14 hod.



Volby do zastupitelstev krajů

se uskuteční v pátek 7. a v sobotu 8. října 2016.

V pátek od 14 do 22 hod. a v sobotu od 8 do 14 hod.

Naše volební místnosti - kdo si dojde - **hasičská zbrojnice,**

pro ostatní – **naš salónek** v sobotu dopoledne od 9,00 hod.

POZOR!!

Volit v H. Městci mohou pouze Ti, kdo mají trvalý pobyt v Domově.

S sebou – občanský průkaz, volební lístky!

Volební lístky si můžete vyzvednout u soc. pracovníc

Sociální úsek

Se zářím nezačal jen školní rok našim dětem, ale i vzdělávání pracovníků v přímé péči v našem domově. Vzdělávání těchto pracovníků je podle zákona o sociálních službách povinné a to především z důvodu udržení kvality námi poskytovaných služeb. Při výběru vzdělávání bereme ohled na potřeby a přání našich pracovníků a zároveň vybíráme vhodná školení, která nás seznamují s novými trendy v péči o uživatele. Někdy získáváme nové dovednosti, jindy si prohlubujeme již své stávající znalosti. Největším přínosem pro náš domov je vzdělávací agentura JOB, se kterou spolupracujeme již několik let. Právě od této agentury naši pracovníci absolvovali ve dnech 20.-21.9.2016 vzdělávání zaměřené na individuální plánování. Dalo by se říci, že pod individuálním plánováním si můžeme představit domluvu o spolupráci mezi uživatelem a naší službou. Tuto spolupráci společně s uživatelem zpracovává klíčový pracovník. Vždy přihlížíme na potřeby uživatele a jeho schopnosti a zároveň i možnosti naší služby. V našem domově máme individuální plánování výborně nastavené, což potvrdila inspekce sociálních služeb a i audit ke značce kvality, ale i tak se chceme přizpůsobovat novým trendům v této oblasti a držet krok s nastavenou kvalitou. Jsem přesvědčená, že individuální plánování je nám všem známé, chápeme jeho význam a přínos, jen si někdy nevíme rady s vlastním zpracováním plánu do tištěné podoby. Proto vítáme školení, které je zaměřené i na tuto část individuálního plánování. Závěrem tohoto článku bych přála nám všem, aby individuální plánování nebylo jen zákonnou povinností, ale abychom v něm především viděli přínos pro naši běžnou praxi.

Lenka Doležalová

Vláda schválila nová pravidla, podle kterých bude počítaná valorizace důchodů v roce 2017. Od ledna tak vzroste průměrný důchod o 2,7% (v loňském roce to bylo o 1,7%), tedy o 308,- Kč. Máte se na co těšit!

Eva Merclová

KOHO JSME PŘIVÍTALI..

Na stanici B nastoupil Ing. Jan Malý.



Pro chytré hlavy

1. Filozofská historie je historická novela. Příběh se odehrává na konci první poloviny 19. století v Litomyšli. Hlavním tématem je rozpor v používání českého a německého jazyka ale i studentský život čtyř hlavních postav Špíny, Fryborta, Vavřeny a Zelenky. Všichni čtyři bydlí na bytě u slečny Elis. Vavřena chodí vyučovat do rodiny úředníka Roubínka. Tam se seznámí se slečnou Lenkou a díky společné lásce k mateřskému jazyku se sblíží. Je rok 1847, blíží se jaro a již poněkolkáté má být zrušena slavnost Majáles. Studenti ho ale přesto zorganizují a oslaví za nadšené účasti celého města. Mladí filozofové mají být profesory potrestáni, ale nakonec se jich zastane hrabě Žorže. Nešťastně zamilovaný Špína propadne při závěrečných zkouškách a odchází do kláštera Milosrdných bratří v Praze. V roce 1848 vzniká nové státní zřízení. Frybort a Vavřena se stanou důstojníky studentské legie.



- a) Kdo je autorem Filozofské historie?
b) V textu podtrhete všechna písmena o ? Kolik jich je?

2. Najděte mezi písmenky názvy řek či potoků.

HDNFJSLABEEHFUSZERNVNMXYCVJYMORAVAREUÁÍWŠOHŘEÝZTNVDMHCAIÁČMALŠEĚTGA
JHRÁÝFCÍŘVZTZÝŘÉNZEÝVLTAVAČFHEFHARUWZNETOÁUDUIHMDZEZRWRUEHFUDYJEEUAC
HFQFCYCRURCGHIJWQBCNMROKYTKACGTJXUFYGWYGCHMUYMUGHIUVTBOMIOSLAVAC
BGNMAHFACMGNMUITYUHXMUWYFXMIUBEROUNKAJHFUEYRUIIHXCNTBWAYHFXOS
VRATKACHRUDIMKAMWJIOCHUCHUAYXGZNHYUGRJHNDXJHGXUKHMhMAZKKMHGHNHSG
HKSMGJCVIMJHOIXQEXIOMGBFTBFBTBGANHOXMLJMHYUMXHDOUNBRAVAKIJUZDMHTNZX
EGUXYGRUHKRETICJHTOIVMIUJVIMYBILEJPIIFGGXDBJGNCVCMXIEYBYRKBMINCHDBNCFJB
JSBMSRMHBHBNBLANICEJWUYREBNXZJWEFEJBNGJNGJKCBOTYČBHSSDBBSDGÝĚŠBBAHSBB

Řešení naleznete na str. 6