

DOMOV
PRO
SENIORY

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

U NÁS DOMA



Ročník XXVIII číslo 4 duben/2022 www.domov-hm.cz

HEŘMANŮV MĚSTEC

Časopis pro pobavení



Oslavme
svátky
jara
Velikonoce

Obsah

Slovo na úvod.....	2
Informace z domova.....	3
Poděkování	4
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku	4
Stanice A – Den Země	4
Stanice B – Duben, ještě tam budem... ..	5
Stanice C – Duben	6
Stanice D – Sedmikráska chudobka	7
Stanice E – Zdraví z přírody	8
Informace z aktivizačního úseku	9
Oslava MDŽ	9
Hledejme potěšení nejen o Velikonocích	9
Na kolech radosti	10
Výlet do zahradnictví Hortis	10
Hádej, kde jsem?	11



Zpívat můžeme v každém věku	12
Kavárnička s časopisem	12
Velikonoční jarmark	13
... a na co se můžete těšit?	13
Historie domova	14



DOMOV PRO SENIORY HEŘMANŮV MĚSTEC

ZŘIZOVATEL HLAVNÍ MĚSTO PRAHA, MASARYKOVO NÁM. 37
HEŘMANŮV MĚSTEC, 538 03

a
Klára Husáková, ředitelka

si Vás dovolují pozvat na

IX. Setkání rodin a přátel domova pro seniory

které se uskuteční v rámci oslav 70. výročí založení domova v sobotu 18.6.2022

Váš příjezd budeme očekávat mezi 9 a 10 hodinou. S týmem kolegů Vás přivítáme na nádvoří domova. Těšit se můžete na bohatý program. Představí se Vám zámecký sbor Hlas domova, naši senioři Vám zatančí, pozveme Vás na výbornou zmrzlinu. V oáze pro Vás připravíme buřty k opečení. Děti i dospělí se můžou těšit na projížďku kočárem s koňmi.

Ukážeme Vám, jak si naši senioři v domově žijí.

Po obědě vystoupí známá zpěvačka Petra Černocká.

A po celý den doplní naši zábavu hudební zámecké duo J+M.

Z organizačních důvodů Vás prosíme o potvrzení účasti a počtu návštěvníků (do 10.6.2022). Svoji účast potvrďte na tel. čísle 469 695 121, kl. 22 nebo 775 700 735 Bc. Eva Merclová, popřípadě e-mailem na adrese merclova@domov-hm.cz nebo na adrese DS.

Z této akce budou pořizovány záznamy.

P
O
Z
V
Á
N
K
A

Slovo na úvod

Milí senioři, vážení čtenáři.

Jarní čas je tady a máme za sebou již pár opravdu pěkných dní. Každý využívá sluníčka a vstřícného počasí po svém. Já jsem například letos pořídila nové rybízy, angrešty a maliny a se synem jsme je zasadili. Také rozšiřujeme záhony s jahodami. Máme se synem moc rádi, když si v létě můžeme na zahradě natrhat tyto plody, a třeba je hned sníst. A také máme rádi ovocné zmrzliny, kterých máme plný mrazák, i když ne na dlouho. 😊

Kdo zahrádku nemá, nebo ho třeba práce na ní nebaví, určitě má jiné možnosti, jak pobývat na sluníčku. V našem ohromném zámeckém parku je mnoho hezkých míst, kde se dá posedět a dýchat čerstvý vzduch. Určitě to všichni dělejme, našemu zdraví to velmi prospívá. Moc mě těší, když vidím plné nádvoří sedících a někdy se i opalujících lidí. Děvčata z přímé péče o volných chvílkách pomohou ven i seniorům, kteří procházku nezvládnou bez pomoci a je moc hezké vidět na jejich tvářích spokojenost a radost. K dobré náladě nám napomohl i každoročně vydařený velikonoční jarmark, kde byly k nahlédnutí

a zakoupení výrobky od šikovných seniorů. Moc děkuji všem, kteří se na jarmarku podíleli. Je to opravdu krásná akce. A určitě nás navnadila na období nadcházejících Velikonoc. Ve městech se dnes často Velikonoce poznají pouze dle plných regálů ve tvaru vajíček a zajíčků. Je mnoho zejména mladších rodin, které odmítají chodit na koledu a jejich synové a dcery vůbec nezažijí Velikonoční pondělí, tak jak si ho pamatuje většina z nás. Neříkám, že jsem byla nadšená z toho, že jsem musela otevřít za mlada svým spolužákům, kteří mi nejdříve stydlivě „odemleli“ koledu a o pár let později pouze nasekali na zadek a požadovali „panáka“ alkoholu. Ale rituály jsou důležité, a tak jsem nakonec ráda, že to tak bylo. A dneska jsem šťastná, když manžel učí syna plést pomlázku a já mohu obarvit vajíčka, něco dobrého upéct a těšit se na pondělí, že neuschnu...

Přeji všem hezké svátky jara a těším se s vámi třeba na příštím pálení čarodějnic.

Klára Husáková,
ředitelka



Informace z domova

Příchod letošního jara je velmi rychlý a asi nikdo si v myšlenkách nechce připustit, že určitě ještě přijdou chladnější dny, jako tomu bývá snad každý rok. Po zimě a smutných dnech, které přinesly všechny ty události kolem covidu a války na Ukrajině, je jaro naděje, kterou si nechceme nechat vzít. Náš park vybudovali Šporkové z bývalé obory s rybníkem a staletými duby okolo roku 1784, rozkládá se na ploše 42,69 ha. Příroda v zámeckém parku se probouzí a objevují se první kvítka na stromech i v trávě. Některé noci bývají ještě mrazivé a ranní sluneční paprsky ozáří krystalickou námrazu na trávě, potoku i stromech jako skleněnou krásu. Probouzí se také zvířata, je mnohem silněji slyšet zpěv ptáků a není problém potkat i veverka. Ze vzácných dřevin v parku rostou jedlé kaštiny, platany, tisy, staleté duby a buky. Bohužel ani našemu parku se nevyhnulo řádění kůrovce a některé stromy už mají svoje období za sebou, a tak je potřeba špatné stromy skácet. Některé stromy tak budou pokáceny v nejbližších dnech. Náhon zámeckého rybníka je po záplavách z roku 2020 stále poškozený. Pohled na rybník tak, jak jsme ho znali dříve, nám zatím není dopřán. Neznamená to, ale že se nic neopravuje. Koncem minulého roku byla opravena část Podolského potoka, a to právě v části za rybníkem.

Přeji všem hezké jarní dny, plné slunce, zdraví a pohody.

Radka Stybalová

Poděkování

Ve dnech 28.2. až 8.3.2022 se uskutečnila soukromá sbírka seniorů a zaměstnanců v našem domově pro Ukrajinu.

Podařilo se vybrat celkem 16.560,- Kč. Tyto peníze byly zaslány na konto organizace Člověk v tísni na sbírku SOS Ukrajina.

Věříme, že tyto peníze budou použity na dobrou věc.

Eva Merclová

Zveřejňujeme poděkování od organizace Člověk v tísni.



Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

Áčko Den Země

Den Země je den věnovaný Zemi, který se každoročně koná 22. dubna. Tento svátek je ovlivněn původními dny Země, které se konaly při oslavách jarní rovnodennosti, 21. března, a oslavovaly příchod jara.

V moderním pojetí jde o ekologicky motivovaný svátek, upozorňující lidi na dopady ničení životního prostředí. Historie vyhlášení tohoto dne sahá do roku 1969, kdy především John McConnell začal volat po vzniku Mezinárodního dne Země a v rámci těchto snah vytvořil i vlajku Země.

První Den Země byl slaven v San Francisku. Tato oslava byla pravděpodobně zamýšlena nejen jako ekologicky zaměřený svátek, ale i jako levicově orientovaný happening bojovníků proti válce ve Vietnamu.

Kampaň s tímto svátkem spojená si kladla za cíl přenést otázku ekologie do politických kruhů. Cílem bylo zvýšit energetickou účinnost, recyklovat odpady a hledat obnovitelné zdroje energie. Tato akce měla velký ohlas zejména mezi studenty. Pro první oslavu dne 22. dubna 1970 byl zvolen den 100. narozenin Vladimíra Iljiče Lenina.

OSN začala tento svátek slavit o rok později (1971). V roce 1990 se k Americe připojil i zbytek světa a 22. duben se stal Mezinárodním dnem Země.

Dnes slaví Den Země víc jak miliarda lidí ve 175 státech světa. Den Země se tak stal největším sekulárním svátkem, který slaví lidé společně na celé planetě bez ohledu na původ, víru či národnost.

Nejen v tento den, ale denně bychom si měli všichni uvědomit, že my bychom tu měli být pro Zemi, tak jak je ona pro nás. V posledních desetiletích jí ale pomalu ubývají síly, často pláče, stejně jako my, když nás něco bolí. Zamysleme se každý z nás, jak bychom jí mohli vyléčit, a nemyslím zrovna, že přestaneme všichni jezdit auty a topit nejlépe vzduchem, ale občas bychom mohli to auto nechat doma a jít na nákup třeba pěšky nebo na kole...

Přeji krásné dubnové dny plné překvapení a úsměvů.

Míša Petržílková





Béčko

Duben, ještě tam budem...

Tak zní tradiční česká pranostika, která odkazuje na **nepředvídatelné a mnohdy chladné počasí**. V dubnu slavíme tradičně **svátky jara – Velikonoce** a na konci měsíce se zimou skončujeme tradičním **pálením čarodějnic**. V dubnu se začíná příroda probouzet ze zimního spánku. Stromy se začínají zelenat a v trávě už vykukují první kvítka. S každým příchodem jara přicházejí i tradiční svátky oslavující nový život a všechno s ním spojené - Velikonoce.

Velikonoce jsou největšími svátky křesťanů, spjatými s památkou smrti a zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Jejich původ však sahá až do předkřesťanského období, kdy se jednalo o svátky jara oslavující příchod nového života a porážku zimy. Velikonoční zvyky jsou směsicí světských i křesťanských tradic. Některé postupem času vymizely nebo změnily svou tvář, jiné se dochovaly dodneška. Některé z těchto zvyků se liší v jednotlivých českých regionech, ale jisté je, že vypráskání pomlázkou je naší (a slovenskou) raritou a nikde jinde na světě tuto tradici nenajdete. Typické jsou také hodovací koledy a velikonoční básničky, které se učí děti i dospělí.



Mezi další zvyky patří například pletení pomlázky, barvení vajec, pečení beránka. Pomlázka je vůbec nejznámějším zvykem, který se dodržuje na Velikonoční pondělí. Chlapci a muži chodí po vsi s pomlázkami upletenými z vrbového proutí a šlehají jimi dívky za zvuku velikonočních koled. Dívky jim za to dávají malovaná vejce a v dnešní době také něco na zub. Velikonoční vajíčka se malují nejen pro koledníky, ale také na ozdobu. Pro koledníky bývají klasicky vařená, na ozdobu se používají vyfoukané kraslice. Vejce je už z dávných dob známé jako symbol nového života a plodnosti a dříve mu byla přisuzována magická moc. Zvykem je vejce pomalovat různými ornamenty – hlavně květinovými. Vejce se také barví, dříve se jednalo o barviva přírodní, dnes jsou k dispozici i chemické varianty. Vždy však platilo, že červená vejce si dívky schovávají pro chlapce, k nimž chovají vřelé city.

Přejeme všem krásné prožití velikonočních svátků.

Jana Kubů

Céčko

Duben

Čtvrtým měsícem roku je duben, který má 30 dnů. Jeho jméno pochází ze slova **DUB**, kterým v tomto období začínají růst listy.

První dubnový den je nazýván "**APRÍLEM**". V jiných jazycích se tak nazývá celý měsíc. V naší zemi se na apríla snažíme někoho nachytat, tedy žertovně napálit. Tento zvyk se traduje už od 16. století. Apríl se v naší řeči objevuje také ve spojení s "aprílovým počasím". V dubnu je počasí opravdu velmi nestálé, proměnlivé, chvíli slunečné, pak zase deštivé, tedy "**APRÍLOVÉ**".

Poslední den v měsíci se **pálí čarodějnice**. Tento lidový zvyk má původ v keltských svátcích jara a je u nás velmi populární, přestože trvalo dlouho, než dospěl do podoby, v jaké ho známe dnes. Rádi si opečeme u ohýnku buřty a v našem domově tuto tradici milujeme.

Téměř každý den má svůj význam. Například k 2. dubnu se váže Mezinárodní den dětské knihy, 7. dubna je Den vzdělanosti – jeden z nemnoha parlamentem schválených významných dnů České republiky, který připomíná vydání zakládací listiny Univerzity Karlovy

v Praze 7. dubna 1348. Ještě stojí za to zmínit 11. duben - Světový den Parkinsonovy choroby a 22. duben je Mezinárodní den Země. Nejvýznamnějším křesťanským svátkem jsou **VELIKONOCE**. Ale o nich jste již přečetly na jiné stránce.

U nás v domově máme duben a vůbec všechny jarní měsíce rádi. Užíváme si pohodu, klid a sluníčko v zámeckém parku. Stanice "C" přeje všem našim seniorům, sestřičkám i ostatním



pracovníkům hodně pohody, klidu a štěstí.

Katka Augustinová

1. Jestlipak uhodnete, která významná osoba měla křestní jméno –

Amadeus, Dobromila

Ámos, Luther

Alva, Johan

Děčko

Sedmikráska chudobka

Sedmikráska obecná (Bellis perennis) a lidově někdy chudobka, je vytrvalá klonální rostlina z čeledi hvězdicovitých. Vytrvalá bylinka s širokým výskytem pomáhá při celé řadě onemocnění od dýchacího ústrojí před trávicí trakt až po kožní neduhy.

Popis

Sedmikráska je drobná bylina, jejíž výška se pohybuje v rozmezí 10 až 15 cm. Listy této byliny tvoří přízemní růžici a jsou drobné. Barva listů je jasně zelená. Květ vyrůstá na dlouhém štíhlém stonku. Kvete v úboru. Střed tohoto květu je žlutý, okvětní lístky mají bílou barvu.

U některých sedmikrásek je bílé zbarvení obohaceno o narůžovělé nádechy. Květ sedmikrásky připomíná velmi zdobně květ kopretiny.



Výskyt

Sedmikráska roste na trávnících, na mezích, sušších loukách a v příkopech, od nížin až po subalpínské pásmo. V pěstovaných trávnících se považuje za plevel. Druh je rozšířen na většině území jižní, západní a střední Evropy. Byla zavlečena i do severní Evropy, Severní Ameriky a na Nový Zéland.

Účinné látky

Květní úbory obsahují účinné látky, jako jsou silice, saponiny, pryskyřice, flavonoidy, třísloviny, hořčiny, sliz, organické kyseliny, inulin, cukr, triterpenové saponiny a minerální látky.

Použití

Z květů sedmikrásek lze podomácku vyrobit celou řadu produktů jako je čaj, med, olej, sirup nebo různé tinktury pro kosmetické účely. Bylinku lze ale použít také do různých jarních salátů nebo moučnicků.

Účinky na zdraví

Látky obsažené v sedmikráskách pomáhají při onemocnění dýchacích cest a kašli (podporují odkašlávání) a jsou přírodním lékem proti zimničné horečce a chřipce. Konzumace květů

sedmikrásek se doporučuje i jako močopudný prostředek a zlepšuje látkovou výměnu v játrech či žlučníku. Rozdrcené listy sedmikrásek lze použít jako obklad na rány po bodnutí hmyzem, výluh ze sedmikrásek ulevuje od bolesti zubů a je prevencí vůči zánětům dásní. Sedmikrásky mají totiž protizánětlivé vlastnosti, takže bylinku lze využít i při kožních chorobách.

Sběr

Sbírá se celá nať nebo málo rozkvetlé květy s krátkou stopkou (max. 2 cm) od dubna do září, nejlépe kolem poledne. Květy a nať sbírané na jaře mají větší kvalitu než letní a podzimní sběr.

Jana Novotná

Éčko

Zdraví z přírody

Jaro je konečně tady a s ním přichází čas na jarní očistu. Po dlouhé zimě většina z nás trpí únavou způsobenou malým příjmem vitamínů, nedostatkem slunečního svitu, zimním smogem, nebo třeba prodělaným respiračním onemocněním. K jarnímu pročištění organismu je výborný například ostropestřec mariánský. Pomůže tělu zbavit se nahromaděných toxinů a škodlivých látek, podporuje přirozenou obranyschopnost, působí příznivě na zažívání a správnou funkci jater, podílí se na udržení normální hladiny cukru v krvi. Ostropestřec je známý taky pro své protizánětlivé účinky.



Pro jarní detox a posílení imunity lze také využít netradiční koření - kurkumu. Kurkuma má antioxidační účinky, pomáhá při trávení a nadýmání, podporuje správnou funkci jater, zvyšuje tvorbu žluči, pozitivně působí při chronickém onemocnění střevní sliznice. Pravidelná konzumace snižuje hladinu cholesterolu a tím působí jako prevence infarktu i cévní mozkové příhody. Pomáhá také při hubnutí. Protizánětlivé účinky kurkumy mohou tišit bolesti kloubů u lidí s artritidou. Příznivě působí na pokles krevního tlaku, snižuje tvorbu otoků končetin. Kurkuma prý také ulevuje od bolestí zubů, zad a žeber, pomáhá při léčbě ran. Pozor však při konzumaci větších dávek, některým citlivějším lidem mohou totiž způsobovat zdravotní komplikace.

Ale víte, co je proti jarní únavě nejúčinnější? Dostatek slunce, pohyb, procházky v přírodě, dobrá nálada, a hlavně radost ze života. 😊

Jiřina Dittrichová

Řešení ze strany 4 – Wolfgang Amadeus Mozart, Magdalena Dobromila Rettigová, Jan Ámos Komenský, Martin Luther King, Thomas Alva Edison, Johan Sebastian Bach

Informace z aktivizačního úseku

Oslava MDŽ

Krásné sváteční odpoledne s hudbou, přípitkem a občerstvením jsme společně prožili přesně na 8. března, kdy se slaví Mezinárodní den žen. I my zde na zámku si pravidelně tento svátek připomínáme, protože ctíme tradice a zvyky.



Proto také u nás každá žena dostala květ červeného karafiátu, který je v Čechách symbolem tohoto svátku už z dob minulých. A samozřejmě

nechyběla dobrá nálada a pohoda.

Hledejme potěšení nejen o Velikonocích

Chodí k vám rády, jsou vděčné za každé pohlazení a do práce se těší... Zní to jako hádanka, ale odpověď je jasná, jsou to Luštička a Darinka. Luštička si poslední dva měsíce plní mateřské povinnosti. Má štěňátko, a proto jste ji teď nemohli vidět. Darinka za vámi chodí a baví ji především procházky v parku. Počasí nám přeje, a tak se můžete těšit na další. Také se blíží Velikonoce. Jejich rozměr nacházíme nejen v duchovní podobě, ale také v českých tradicích. Ať jsou pro nás jakýmkoliv symbolem, vedou k zamyšlení nad sebou, okolím a světem. Něco nového přichází, věřme, že bude lépe. Popovídejte si spolu, pokud možno snažte

Lenka Pumerová



se mít jen pozitivní myšlenky, věnujte svému okolí úsměv a radujte se z maličkostí.

Veronika Ludvíčková

Na kolech radosti

První březnové dopoledne jsme si vyjeli do Regionálního muzea v Chrudimi. Výstava Na



kolech radosti nás zavedla zpátky do našich dětských let. Dámská část naší výpravy obdivovala historické kočárky, staré panenky a jiné hračky. Mnohé se nám vybavily právě z dob našeho dětství. Pánové se zaměřili na dobové fotoaparáty, kamery a gramofony. Součástí výstavy ze soukromých sbírek Vandy Rektorisové a Michala Klokočníka byla i kolekce starých ateliérových fotografií. Část expozice byla věnována dámskému oblečení

a doplňkům. Bylo skutečně co obdivovat a ve foto koutku jsme měli příležitost se nakonec i vyfotografovat se zapůjčeným kloboukem či jiným módním doplňkem.

Alena Tučková

Výlet do zahradnictví Hortis

Na jaře, když se příroda probouzí ze zimního spánku, využili naši senioři výletu do zahradnictví Hortis v Čáslavi k relaxaci v krásném prostředí, co pohladí na duši. Všechny zaujala rozmanitost květin a rostlin, které zahradnictví nabízí. Dále si uživatelé prohlédli i výrobky z keramiky a různé dekorace. Asi největším zážitkem bylo nádherně upravené vodní jezírko s ostrůvkem uprostřed, u kterého si uživatelé poseděli a sledovali, jak plavou krásně zbarvené ryby ve vodě. Někteří si nakoupili kytičky, které si pak vystavili ve svém pokoji. Bylo to moc hezké.

Jana Voříšková



Hádej, kde jsem

V březnovém čísle jsem zveřejnila čtyři fotografie z Prahy a vaším úkolem bylo uhádnout, co na nich je. Tak tedy:

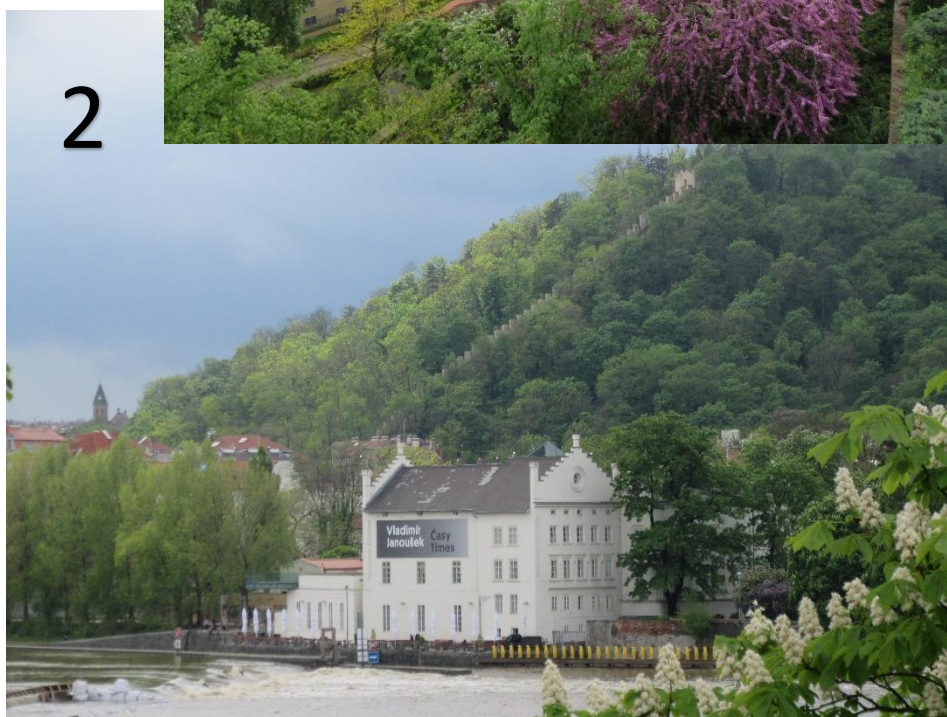
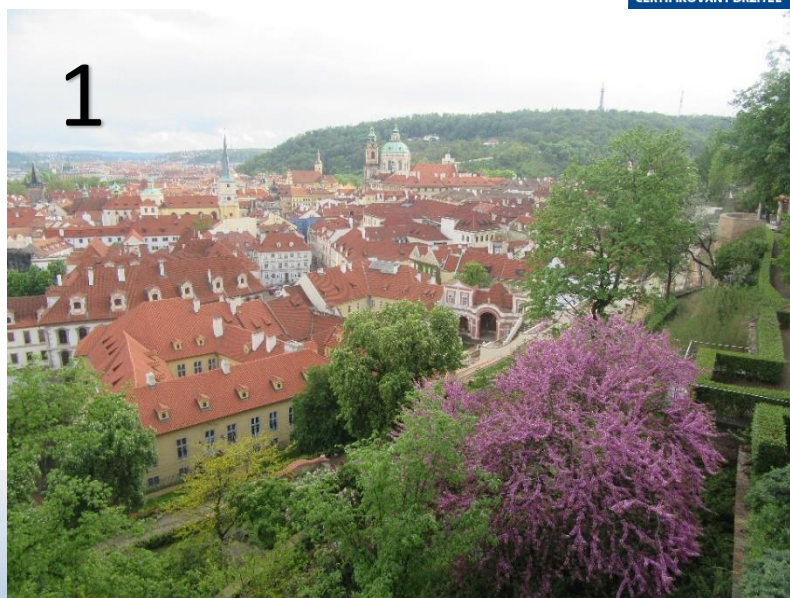
Fotografie č. 1 Hlavní vlakové nádraží Praha, Fantova budova

Fotografie č. 2 Praha, hlavní vlakové nádraží, nová budova, čelní fasáda odbavovací haly

Fotografie č. 3 Autobusové nádraží Praha Florenc

Fotografie č.4 Černý Most, konečná stanice metra linky B

Další fotografie jsou také z našeho hlavního města a vy si můžete tipnout, v jaké části Prahy jsem je pořizovala a co na nich konkrétně je.



Lenka Pumerová

ZPÍVAT MŮŽEME V KAŽDÉM VĚKU...

Tak zněl název hudebního vystoupení pana Pavla Justicha, který jsme splnili na sto procent. Zpíval opravdu každý a došlo i na tanec. Naší jídelnou zazněly hity jako, Hvězdičko blýskavá, Stín katedrál, Já budu chodit po špičkách a mnoho dalších známých songů, které slýcháváme z českých rádií. Důvěrně známe texty nás nutily se zapojit, protože hlas pana Justicha, jeho hraní na elektrickou kytaru



i banjo, nám nedalo jinou možnost. Myslím, že všichni budeme rádi, když k nám zase zavítá. Jeho srdcovou záležitostí je prý Afrika, kterou zanedlouho opět navštíví a nabídl nám, že by k nám z Českých Budějovic přijel a popovídal o tom, jak se tam žije a samozřejmě by nechyběly ani fotografie. Budeme se brzy těšit na viděnou.

Veronika Vodičková

Kavárnička s časopisem

V letošním roce již 28. sezónu vydáváme časopis U nás doma, původní název byl Zámecký zpravodaj. V archivu máme schovaná všechna vydání a jsme na náš časopis patřičně hrdí, protože jen málokde vydávají časopis pro seniory v domově takhle dlouho jako my. A než se udělá venku teplo a sluníčko nás bude hřát a nebudeme chtít trávit čas za zdmi udělat vám výstavku a



domova, rozhodla jsem se připomenout začátky.

První časopis začala vydávat paní Ivana Krbcová v roce 1995 na podnět tehdejší ředitelky paní Marie Málkové. Obě dámy jsem si na výstavku pozvala. Časopis byl nazván občasník, protože jak již z názvu vyplývá, vycházel občasn. Některý rok 2x, někdy i 6x, od roku 2011 vychází každý měsíc kromě července a srpna, kdy má časopis prázdniny. Párkrát jako Letní speciál vyšel také v létě. Změny ve vzhledu jsou patrné. Vývoj techniky člověk nezastaví. Dříve černobílé stránky, v současné době barevné provedení s kvalitními barevnými fotkami vytištěné na kvalitní kopírce, která sama časopis i sešívá. Současnou podobu dobře znáte. Když jsem si sama časopisy listovala, ujistila jsem se, že starosti lidí před dvaceti, třiceti lety v domově jsou obdobné jako ty současné. Služby se v mnohém o hodně zkvalitnily, ale náš senior zůstává se svými radostmi i starostmi stále stejný.

Eva Merclová

Velikonoční jarmark na zámku

Ve čtvrtek 31. března jsme pro vás uspořádali Velikonoční jarmark v jídelně. Snad každý z nás máme rádi jaro, prodlužuje se den a začíná hřát sluníčko. Jarní atmosféru umocňuje i výzdoba, kterou si většinou doma děláme. Na našem jarmarku jste si mohli vybrat ze spousty zápchů z keramiky, látek a vajec. Velikonoční košíčky, mističky a hnízda plná kraslic udělaly radost mnohým z vás. Přejeme všem krásné velikonoční svátky a pracujícím děkujeme za významnou pomoc.

Hana Zítová a Veronika Vodičková



... a na co se můžete těšit?

Úterý 5.4. Schůze uživatelů v jídelně od 9,30 hod.

Středa 6.4., 20.4. Solná jeskyně - odjezd z nádvoří ve 12,30 hod.

Úterý 12.4. Šimon Pečenka - hudební vystoupení v jídelně od 14,00 hod.

Čtvrtek 14.4., středa 27.4. - Naše kavárnička v jídelně od 13,30 hod.

Čtvrtek 21.4. Východočeské divadlo Pardubice - odjezd z nádvoří v 9,00 hod.

Úterý 26.4. - Galerie Třemošnice - Filmové a pohádkové portréty - odjezd ve 13,00 hod.

Čtvrtek 28.4. Opékání buřtů v oáze – k dobré náladě zpívá a hraje J+M od 14,00 hod.

MŠE se koná každé úterý ve 13,30 hod. v kapli v 1. patře

Historie domova – čtení na pokračování

V roce 1967 přišlo do domova, kde v této době žilo již 185 obyvatel, 7 řádových sester. Byl velký nedostatek personálu a toto bylo jediné vhodné řešení. Jednalo se o zdravotnický kvalifikované a zkušené řádové sestry. Byly velkým přínosem pro ošetrovatelský a zdravotnický úsek. Postupně jich bylo v domově 29. Tehdejší vedoucí domova pan Stránský byl s prací a organizací sester velmi spokojen. Postupně se podařilo situaci s velkou fluktuací personálu zlepšit. Do domova vlivem dobré pověsti domova nastupovaly zdravotní sestry i pečovatelky. Po odchodu do důchodu pana Stránského v roce 1968 nastoupil na jeho místo pan Jaroslav Ženíšek dosazený z Prahy.

Vedoucí Ženíšek navázal na práci svého předchůdce. Zaměřil se zejména na vybavení pokojů. Zámecký mobiliář nebyl vhodným nábytkem. Zlepšily se tak podmínky bydlení obyvatel. Domov v této době získal prestižní postavení vesnického domova pro obyvatele Prahy. Cílem pana Ženíška bylo zajistit větší spokojenosti důchodců a prožití klidného stáří v domově. Ženíšek byl nekompromisní vedoucí, vyžadoval přesné plnění pracovních povinností, oddaný KSČ.

V roce 1974 došlo k ukončení spolupráce se řádovými sestrami. Působení řádových sester v domově neodpovídalo tehdejší ideologii. Situace byla složitá a dlouho se nedařilo nahradit kvalifikovaný personál. Mladé zdravotní sestřičky šly raději pracovat do nemocnice než do domova důchodců. Vlivem nedostatku personálu byla v domově velká personální krize. Vedoucí Ženíšek se proto rozhodl jít vlastní cestou a vychovat si vlastní kádry. Pracovité ženy



byly zacvičovány a následně jim byl umožněn sanitářský kurz. Případně byly vyslány k dalšímu studiu.

V roce 1975 došlo k další změně na postu vedoucího. Pan Ženíšek se po sedmi letech v domově vrátil do Prahy a na jeho místo nastoupil Josef Janda.

Vedoucímu Jandovi, ač byl politicky silně angažovaný, se podařilo v domově zklidnit situaci, dodal zaměstnancům pocit pracovní a společenské jistoty a ocenění. Vznikla brigáda socialistické práce, v domově se soutěžilo mezi kolektivy oddělení a pracovníci plnili závazky brigád socialistické práce.

V domově pro důchodce byly pořádány výlety, besedy, odpolední posezení, byly pořádány kulturní středky, kdy ve spolupráci s městem se uskutečňovaly různé besedy, koncerty dechové hudby, filmová představení, oslava MDŽ, babský bál apod. Obyvatelé dostávali mikulášské, vánoční dárky, vystupovaly v domově děti z mateřských škol, jezdilo se do divadla. Časté byly i návštěvy zástupců Národního výboru hlavního města Prahy.

V pátek 20. května 1977 byl krásný slunečný den, odpoledne se zdvihl prudký vítr a Heřmanův Městec se zahalil černými mraky. Prudká bouřka trvala jen krátce, ale způsobila neskutečné škody. Okolo 19 hodiny se potok Podolka rozlil do široké řeky, která zaplavila nádvoří do výšky 80 cm. Voda stoupala, zaplavila sklepy, všechny místnosti v přízemí domova včetně prádelny, kuchyně, jídelny, skladů potravin, pokojů. Vzniklou situaci se snažil řešit personál s jedinou myšlenkou. Ochránit životy obyvatel, následně byl zachraňován majetek. Voda vystoupala do jednoho metru.

V té době byly podlahy, dveře atd. v přízemí dřevěné. Podlahy se začaly vzdouvat, dveře a zárubně kroutit. Operativní porada vedení ve spolupráci se zástupci odboru z Prahy stanovila priority obnovy. Je třeba odstranit dřevěné podlahy a nahradit je podlahami betonovými, dveře a zárubně vyměnit a odstranit bahno ze sklepů. Situace byla zoufalá, proto vedoucí Janda požádal o pomoc armádu.

Pokračování příště.