

Časopis pro pobavení



DOMOV
PRO
SENIORY

PRAHA
PRAHA
PRAHA

U NÁS DOMA

HEŘMANŮV MĚSTEC

Ročník XXVIII číslo 6 červen/2022 www.domov-hm.cz



Léto s úsměvem našich seniorek



Časopis Domova pro seniory Heřmanův Městec, zřizovatel hlavní město Praha

Obsah

Slovo na úvod.....	2
Přání seniorů a zaměstnanců domovu do dalších let.....	3
Informace z domova.....	5
Informace z ošetrovatelského a zdravotního úseku.....	6
Stanice A – O přátelství, které překonalo hranice	6
Stanice B – „Náš“ Jirka... ..	7
Stanice C – Těšíme se na léto	8
Stanice D – Jahody – vynikající zdroj vitamínů a antioxidantů.....	9
Stanice E – Letní radovánky	10
Informace z aktivizačního úseku	12
Joeyk má narozeniny	12
Vystoupení dětí z mateřské školy	12
Masáže ke Dni matek	13
Sportovní hry v Praze	13
Výstava skleněných obrazů.....	14
Sluníčka pro děti.....	14
Hádej, kde jsem?	15
Plánované výlety červenec – srpen	16
... a na co se můžete těšit?	17
Historie domova na pokračování	17
Ceník úhrad platný od 1.6.2022	19



Slovo na úvod

Milí čtenáři, máme tady téměř letní čas a předprázdninové vydání našeho čtení. V červnu nás čeká mnoho zajímavých a pěkných akcí. Určitě je třeba zmínit oslavy 70tiletého poskytování služeb pro seniory na zámku. Ano, je to opravdu hodně let. Sami víme, co se dokáže změnit za rok či za dva, natož za 70 let. Moderní trendy i rozvoj technických pomůcek se vůbec nedá s obdobím před sedmdesáti lety srovnávat. Ale jak čtete i v našem časopise v rubrice Historie na pokračování, tak významné mezníky se opakují, nejen potopa, ale i neustálé opravy, rekonstrukce, investice. Je to stále trochu podobný příběh. Ale podstatné je, že naši senioři, ať už se jim říkalo důchodci, obyvatelé, klienti nebo uživatelé, byli a jsou tady u nás spokojeni. Aktuálně zrovna připravujeme a sepisujeme strategický plán na dalších 5 let dopředu, kde by mělo být naplánováno, co je potřeba dále zavést, opravit či zmodernizovat. Cílem má však pořád být spokojený senior, který v našem domově prožije důstojně své období stáří. Strategický plán bude možné po konzultaci a odsouhlasení zřizovatelem přečíst na našich webových stránkách.



Někteří ze současných seniorů i nás zaměstnanců si určitě vzpomenou, jak jsme slavili 60. či 50. výročí založení domova. I letos si samozřejmě toto důležité výročí připomínáme. Malý dárek jsme si nadělili koncem května, kdy jsme zcela otevřeli posezení na zrestaurovaném balkonu v 1. patře vedle salonku. Kdo jste se tam ještě nepodíval, určitě tak učiňte, posadte se a koukejte před sebe.

Garantuji vám, že za 5 minut budete mít hlavu téměř vyčištěnou a bude vám krásně. Na mě to tedy funguje.

Při vzpomínání na léta minulá jsem si dovolila oslovit několik služebně nejstarších zaměstnanců i seniorů a poprosit je o krátké přání domovu pro seniory do dalších let. Moc jim za následující slova děkuji! Také se v tomto vydání dočtete o panu Jiřím, který je ze všech současných seniorů u nás v domově nejdéle, a to už 25 let.

Přeji pohodové počtení a radostné oslavy nám všem.

Klára Husáková, ředitelka

Co bych popřála/popřál našemu domovu pro seniory do dalších let?

*„Ať tu senioři žijí
spokojeně, jsou veselí a ať
se jim tu líbí.“*

Jiří Musil, senior (v DS 25)

*„Vodu už jenom v potoce
a v rybníce, ne na loukách“*

MUDr. Karel Brabec,
neurolog (lékař v DS 25 let)

*„Zavzpomínám-li na uplynulá léta
a dnešní dobu v našem DS, tak mé srdce
zaplesá, k jaké proměně došlo. Co
všechno se vylepšilo a jak naše zařízení
rozkvetlo. Proto přeji do dalších let
hodně úspěchů v další práci a mnoho
dobrých lidí kolem nás, aby nadále náš
domov vzkvétal.“*

Jana Novotná, zdravotní sestra

(v DS 38 let)

*„Milé seniorky a senioři, přeji nám všem, i těm, co
se o nás starají, pouze příjemné dny, ať už při
zábavě nebo v práci. Žádné nepříjemné lidi, žádné
požáry a potopy, žádná parte. Radujme se ze života,
který nám ještě zbývá, prožijme ho, pokud možno
ve zdraví a ignorujme každého, kdo by nám to chtěl
kazit.“*

Vlastimil Jaroš, senior (v DS 22 let)

*„Přeji všem obyvatelům,
personálu i vedení vše nejlepší,
hodně zdraví a štěstí. Přeji si, aby
to tu bylo stále tak pěkné, jako to
je.“*

Antonín Matějovič, senior (v DS
25 let)

*„K 70. výročí přeji (i po létech
si dovoluji napsat) NAŠEMU
DOMOVU“*

*- dalších šťastných 70 let (tzn.
bez povodní, bez požáru, bez
covidu...)!*

- skvělé zaměstnance!

- spokojené seniory! „

Marie Málková, ředitelka DS
(v letech 1988 – 2016)

„Do dalších let bych přála našemu domovu, aby se mu vyhnuly živelné katastrofy, které ho v minulosti postihly. Všem našim seniorům bych přála, aby se jim v domově hezky bydlelo a aby se zde cítili jako doma (i když to samozřejmě úplně nejde). Aby zde v poklidu prožili pěkný a důstojný život. Všem zaměstnancům bych popřála pevné zdraví, spokojenost v práci, která by je měla bavit a naplňovat.“

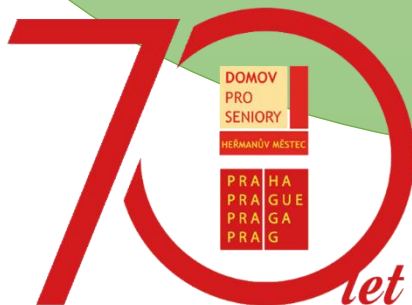
Ludmila Janatová, účetní (v DS 35 let)

„Našemu domovu přeji mnoho spokojených seniorů, kteří u nás najdou druhý domov a prožijí s námi spoustu šťastných let. Také mu přeji zaměstnance, kteří svoji práci dělají srdcem, protože jedině tak se dá toto povolání dělat. A ať už se nám všechny katastrofy vyhýbají!“

Jiřina Dittrichová, zdravotní sestra (v DS 34 let)

„Do dalších let mám přání, abychom všichni byli šťastni, tak jako já, spokojeni, pokud je to možné, těšili se dobrému zdraví a jsme-li nějak nemocní, na svoje potíže mysleli, ale věřili, že ve všem bude především vlastním přičiněním zase dobře. Taky abychom nezapomněli, že lékař nějak léčí, ale především sama příroda uzdravuje, a i náš zámecký park máme pro naše zdraví. Naše pokročilá stáří klepe nám na dveře a přeji každému, až se jednou bude se svým pozemským životem loučit, tak tomu bude vždy ve vzpomínce, že opravdu vlídně žil, svůj život i tady měl krásný. Věřme také, že už nás nepotká ani omezení na svobodě jako tomu bylo v době covidové a ani zkázná potopa.“

Ing. Jiří Průša, senior (v DS 20 let)



Informace z domova

Milí čtenáři, rekonstrukce ve vile se nám daří, původní podlahovou krytinu v jídelně jsme vyměnili. Nyní už čekáme jen na dodání nové skříně a kuchyňské linky. Jejich montáž již nebude vyžadovat taková omezení, jako malování a pokládka nové podlahové krytiny. Věřím, že až bude jídelna kompletní, bude celkový dojem pěkný a vy si nové prostředí hezky užijete.

V posledních dnech se malovalo i na některých pokojích, nyní se zaměstnanci údržby přesunou hlavně ven a čeká je intenzivní péče o náš park a okolí budovy zámku a vily. Konečně nám napršelo, a tak tráva roste jako o závod. Děvčata z úklidu prošla v minulých dnech školením, kde si zopakovaly správné postupy při používání dezinfekce, ale i správné používání úklidových prostředků. Věřím, že si brzy osvojí správné postupy při mytí podlah a rychle zapomenou na chybné kroky tak, aby zůstaly tyto podlahové krytiny ještě dlouho pěkné.

Včera jsme s manželem vrátili z výletu, kde jsme navštívili zámek Potštejn nedaleko Vamberka. Těšila jsem se i na procházku zámeckým parkem. Ten byl však uzavřen z důvodu havarijního stavu stromů. Nahlédla jsem alespoň na okraj parku a vysoké staré duby působily hodně dominantně a opravdu i hodně nebezpečně. Měla jsem pocit, že takto staré stromy snad ani v našem zámeckém parku nemáme. Cestou domů jsme ještě navštívili park v Častolovicích a tam bylo opravdu na co se dívat. Na parku je patrné, že je mu věnována velká péče, je to také park v anglickém stylu a také s rozlohou asi 40 hektarů. Je tam část obory s daňky a jeleny, je tam rybník s ostrůvkem, kde sídlí kachny. Na oboru navazuje minizoo, kde si děti mohou zvířátka nejen prohlédnout, ale i krmit nebo je pohladit. U rybníka je pěkná dřevěná chatka, kde je cukrárna a o kousek dál je dětské hřiště. Po celém parku je spousta keřů rododendronů a azalek, které zrovna krásně kvetly. Dále se v parku nachází mnoho druhů růží, ty zatím rozkvetlé nebyly, a tak pokud někdo hledáte nápad, kam vyrazit, mohu toto místo doporučit. My tam se svými vnoučaty pojedeme určitě. 😊 V parku jsme potkali i skupinu seniorů a dali jsme se do řeči se dvěma dámami. Prozradily nám, že jsou z turistického klubu z Brna a jsou tam na zájezdu, na kterém je čekají výlety po okolí. Na každý den měly naplánovaný bohatý program a pěší trasu asi 20 km. Vzhledem k věku účastníků výletu, je to obdivuhodné, a tak jsme jim popřáli, aby si vše užili a měli se hezky.

A ještě informace na závěr. Nechci předcházet zprávě, že se již podaří vyřešit problém s nedostatečným ohřevem teplé vody, ale vypadá to, že se jednání o nejvhodnějším postupu oprav blíží ke konci. Doufám, že se vše podaří a do měsíce se začne pracovat na realizaci těchto plánů. Problém s tvrdou vodou v Heřmanově Městci a systému ohřevu vody v naší kotelně přinesl spoustu otázek i pro řadu odborníků v tomto oboru.

Přeji všem hezké dny.

Radka Stybalová

Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

Áčko

O přátelství, které překonávalo hranice

Máme-li kolem sebe dobré přátele, můžeme mluvit o velkém štěstí. Pomáhají nám zvládat různé trampoty a obtíže. Takovými dobrými přáteli byli naši známí cestovatelé Miroslav Zikmund a Jiří Hanzelka. Psal se rok 1938 a před Vysokou školou obchodní v Praze v Horské



ulici se setkávají dva doposud neznámí studenti. Z tohoto setkání se brzy stane osudové přátelství. Touha cestovat a objevovat různé končiny světa byla pro oba studenty společná. Měli velké plány, ale překazila jim je druhá světová válka. Nepřestávali věřit, že válka skončí a pokračovali v přípravách na cestu po celou dobu okupace. Pečlivě studovali mapy a zahraniční knížky, učili se osmi jazykům včetně, arabštiny. Vysokou školu obchodní mohli dostudovat kvůli uzavření vysokých škol nacisty v roce 1939 až v roce 1946. Na svojí první cestu se vydali mladí inženýři Miroslav Hanzelka a Jiří Zikmund 22. dubna 1947 osobním vozem TATRA 87 a vzali

s sebou notnou dávku odvahy a umění překonávat překážky a nepohodlí. Celkem navštívili 48 zemí Evropy, Afriky a Ameriky. Přejeli například celou Nubijskou poušť, vztyčili československou vlajku na nejvyšší hoře Afriky Kilimandžáru. Z Kapského města se s tatrovkou přeplavili přes Atlantik do Jižní Ameriky, projeli Ekvádorem... To je jen malý výčet míst, které navštívili. Při svých cestách natočili velké množství filmového materiálu, na jehož základě vznikla řada dokumentárních filmů, velmi zajímavé byly i filmy celovečerní. Cestopisné reportáže se vysílaly v rozhlase. První putování skončilo na podzim v roce 1950. Oba přátelé píšou o svých zážitcích knihy, jezdí na besedy, také zakládají rodiny. Touha vydat se opět do světa je ale neopustila. V roce 1959 do roku 1964 spolu podnikají druhou cestu. Projedou Blízký východ, Indii, Nepál, Sumatru, Japonsko a Sovětský svaz. Tentokrát už ale nejedou sami osobním vozem. Doprovázejí je dva další členové výpravy a k dispozici mají dva mikrobusey TATRA 805. Celoživotní přátele - Miroslava Zikmunda narozeného 14. 2. 1919 a Jiřího Hanzelku 24. 12. 1920 proslavily jejich legendární cesty. Právem se řadí mezi slavné české spisovatele a jejich knihy byly přeloženy do mnoha jazyků.

Vlasta Růžičková

V našem domově je krásná knihovna, ve které najdete spoustu cestopisných, dobrodružných, napínavých, ale i romantických knih. Na prvním úseku jsou i dvě malé knihovničky, které jsou všem k dispozici. Jsem přesvědčena, že si každý najde to své, protože chvíle s knihou jsou krásné a osvobozující, pomáhají nám na chvíli se přenést do jiného světa a nemyslet na realitu. Ze všech sdělovacích prostředků slyšíme převážně negativní informace, které si každý po svém musí přehodnotit a je jen na nás, jak se necháme ovlivnit. Proto doporučuji sáhnout raději po krásné knížce a odpoutat se od všedních starostí.

Všem přeji krásné léto, hodně sluníčka a dobré nálady, třeba zrovna s knížkou.

Míša Petržílková

Béčko

„Náš“ Jirka

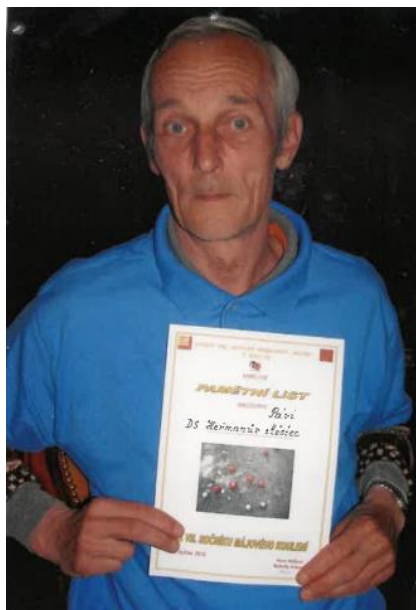
V letošním roce slavíme v domově krásné výročí – 70 let a já jsem si uvědomila, že s námi zde žijí lidé, kteří u nás mají také svá výročí. Proto jsem se rozhodla, že vám napíšu o panu Jiřím, který je tu s námi neuvěřitelných 25 let. Nastoupil do domova již v roce 1997. A jelikož se naše



cesty několikrát v domově setkaly, rozhodla jsem se se souhlasem pana Jirky vám o něm něco napsat. Dá se říci, že s panem Jiřím jsme celkem spjati.

Po mateřské dovolené jsem v roce 2000 nastoupila na oddělení - podkroví, kde Jiří v té době bydlel. Po svém nástupu do domova si zde našel přítelkyni, paní Gabrielu, s kterou sdílel pokoj. Byl jí velkým pomocníkem, doprovázel ji na procházky, pomáhal s orientací po domově, pečoval o čistotu a pořádek na pokoji. Paní Gabriela měla problémy s orientací a zrakem a Jirka jí byl velkou oporou. Společně se starali i o pejska a andulky. Jiří byl také velkým pomocníkem při udržování pořádku v okolí domova, staral se o vynášení odpadkových košů v parku, o pořádek na nádvoří. Vždy byl také ochoten zařídit drobné nákupy ostatním uživatelům, prostě ho bylo všude plno. Po nějakém čase se této dvojici naskytla možnost přestěhovat se na vilu, která byla zrekonstruována a nabízela bydlení s vlastním

hygienickým zařízením. Využili této nabídky a začali žít spolu ve vile. I zde byl Jirka velkým



pomocníkem, který zajišťoval odvoz použitého nádobí a drobné pochůzky na zámek. Současně se opět staral o udržení pořádku v okolí vily. V té době se naše cesta na krátký čas rozešla a já jsem tak trochu pana Jiřího ztratila z dohledu. Uplynul ale nějaký čas a já jsem šla pracovat do vily, a tak jsme se s Jiřím opět denně setkávali. Jiří zde žil s paní Gabrielou spokojeným životem, s pejskem i andulkami. Také rodina přítelkyně si ho velmi oblíbila a navštěvují ho dodnes. Jirka byl také velkým fanouškem všech sportovních aktivit a soutěží. Za ta léta mnohokrát úspěšně reprezentoval naše zařízení v různých soutěžních kláních. Jeho pokoj dodnes zdobí mnoho medailí. Bohužel, také Jiřího potkalo mnoho smutných a těžkých chvil. Paní Gabriela ho navždy opustila a sám se potýkal s řadou zdravotních problémů. Přesto se stále snažil žít pěkný život, věnoval se hlavně sportovnímu a společenskému životu. V této době jsem odcházela zpět na zámek



na stanici B. Po nějakém čase si zdravotní stav Jiřího vyžádal větší podporu a péči, tak se stalo, že Jiří mě následoval na stanici B. S Jirkou se tedy známe více než 20 let a troufám si říct, že nám to spolu klape. Z titulu těch dlouhých let pramení i to, že po domluvě mu můžu říkat - Jirko, Jiří. Chtěla jsem tímto článkem vám všem přiblížit někoho, kdo je tady s námi v

domově velmi dlouho, žije zde spokojeným životem a stihl toho za tu dobu opravdu hodně.

Jana Kubů

Céčko Těšíme se na léto

Léto je roční období mezi jarem a podzimem. V meteorologii je za léto označováno na severní polokouli období měsíců června, července a srpna.

Na léto často nahlížíme jako na období s nejdelšími a nejteplejšími dny, kdy nám sluníčko svítí většinu dne a stmívá se velmi dlouho.

Toto léto bude pro nás obzvláště krásné, už jen proto, že jsme po dlouhých dvou letech



konečně odložili respirátory a mohli se nadýchat čerstvého vzduchu. Naši uživatelé často navštěvují v doprovodu aktivizačních pracovníků i nás ošetřovatelů, sestřiček a bratra krásně rozkvetlý zámecký park. Procházky si opravdu moc užíváme, sluníčko nám dodává spousty energie, kterou po dlouhém zimním období potřebujeme.

Máme také oázu, kam rádi doprovázíme i uživatele, kteří nemohou opustit lůžko. Mohou

tam být dovezeni i s lůžkem a ve stínu krásných stromů odpočívat třeba při četbě z pohádkových knih.

V červnu nás čeká v domově velká událost, probíhají přípravy na setkání rodin a přátel domova. Na setkání u nás na oddělení maluje krásné kamínky paní Jesínková, která je moc šikovná a kamínky od ní malované udělají určitě všem velkou radost.

Stanice C přeje všem krásné léto, užíjte si dovolenou, a hlavně dýchejte z plných plic, ať každý den stojí za to.

Kateřina Augustinová

Děčko

Jahody – vynikající zdroj vitamínů a antioxidantů

Jahoda je drobnější ovoce, které člověk s největší pravděpodobností konzumoval již v pravěku. Na druhou stranu jahody nebyly dlouhou dobu rozšířené ve všech koutech světa, což neplatí pro Evropu. U nás např. se začaly pěstovat jahody již v 19. století. Z botanického

hlediska jde o souplodí nažek na zdužnatělém květním lůžku tvořící nepravý plod, který roste na jahodníku. Ten je řazen do čeledi růžovitých, kam patří i ostružníky, maliníky, ale třeba i růže. Hlavní období sklizně je nejčastěji v červnu.

Jahody obsahují vitamíny stejně jako celou řadu důležitých minerálů (vápník, draslík, hořčík, železo atd.), navíc se v nich vyskytují i organické kyseliny, flavonoidy, vláknina a velké množství vody, takže jsou mimo jiné vhodné i pro hydrataci organismu. Naopak neobsahují příliš cukrů, a to i přes svou sladkou chuť.

Zaměříme-li se na pozitivní účinky jahod na lidský organismus, musíme nejdříve zmínit vynikající antioxidační vlastnosti. Ba, co víc. Podle vědců se dokonce jedná o nejlepší zdroj antioxidantů mezi všemi druhy ovoce! Díky tomu dokážou jahody účinně pomoci člověku

s ochranou buněk, které tak zůstávají zdravé a efektivněji regenerují.



Jahody mají pozitivní vliv na kardiovaskulární systém, neboť posilují srdeční sval a pomáhají srdci v boji proti jeho chorobám. Navíc jsou účinným bojovníkem proti chudokrevnosti. Dále působí kladně na látkovou

přeměnu, vylučování i na pohlavní orgány, protože pomáhají s jejich prokrvením a tvorbou testosteronu. Jahody také pomáhají proti tvorbě močových, žlučových a ledvinových kamenů a údajně i proti nádorovým onemocněním.

Zajímavé je, že někteří lidé jsou na ovoce z čeledi růžovitých alergičtí, přičemž důsledkem je především kopřivka. Ve skutečnosti ani tak nejde o alergii, ale o nesnášenlivost tohoto ovoce.

Jahoda v kuchyni jako zdravá pochoutka

Jahody jsou samozřejmě nejlepší čerstvé, ale ani zamražené, kompotované či v marmeládách, sirupech a džemech neztrácejí příliš mnoho účinných látek. Na druhou stranu byste v posledních třech jmenovaných úpravách jahod neměli používat příliš mnoho cukru. Tím totiž jejich pozitivní účinky na lidské tělo snižujete. Toto chutné a příjemně voňavé ovoce lze každopádně použít i do mnoha sladkých pokrmů, včetně nejrůznějších dortů, moučnicků nebo populární bublaniny.

Jana Novotná

Éčko

Letní radovánky

Jaké roční období máte nejraději? Všechny? Ale léto určitě o trochu víc. Zvlášť když je počasí „tak akorát“, není moc velké vedro a čas se dá trávit venku.

A jaké plány máme na léto my? Pořádně si ho užít. 😊

Nejraději máme procházky do parku, kam chodíme načerpat energii, pokochat se rozkvetlou



loukou, ohřát se na lavičce na sluníčku, nebo se naopak skrýt ve stínu stromů.

Taky si často zajdeme na nějakou dobrotu do města do cukrárny, posedíme na zahrádce u hospůdky, stavíme se v rychlém občerstvení na nezdravou „mňamku“.

Nebo si připravíme něco dobrého sami v naší kuchyňce. To je vždycky těšení, až bude práce hotová a budeme ochutnávat, jak se nám dílo podařilo.

A protože každého baví něco jiného, tak když není hezké počasí, hrajeme hry, třeba „Člověče nezlob se“, kuželky, karty, čteme si, hledáme známá místa na mapách na počítači, pouštíme si vinylové gramodesky. Nebo si jen tak posedíme a popovídáme na nádvoří. Je tolik možností, jak příjemně trávit čas. Vždycky se moc těšíme na všechny akce a zážitky, které nás nejenom v létě čekají. 😊



Jiřina Dittrichová

Vymyslete co nejvíce názvů států končících na -sko, -sie, -bie, -i Řešení na str. 14

Informace z aktivizačního oddělení



Joeyk má narozeniny

13. června náš canisterapeutický pes Joey oslaví své osmé narozeniny. Touto cestou za nás všechny mu chci popřát hodně zdraví, štěstí, plno energie, elánu, dobré nálady a především, ať nám všem dělá ještě dlouho radost a potěšení. Joeyk se vám zase odmění svojí láskou a přítulností.

Lenka Pumerová



Vystoupení dětí z mateřské školy

Ve čtvrtek 12. května nás přišly navštívit děti z mateřské školy v Jonášově ulici. Pásmem písniček, básniček i pohádkou O červené karkulce popřály našim uživatelkám na nádvoří zámku i ve vile k nedělnímu Dni matek. Na závěr ještě předaly našim maminkám, babičkám a prababičkám malý dáreček - papírové kytičky, které samy vyrobily. Jejich veselé vystoupení všem přineslo radost a děti za ně čekala sladká odměna.

Alena Tučková





Masáže ke Dni matek

8.května slavíme Den matek. Je to den, kdy se vzdává pocta matkám a mateřství. V tento den dávají děti svým matkám květiny nebo jiné dárky většinou vlastnoručně vyrobené. I my jsme chtěli v tento den potěšit uživatelky domova příjemnou masáží rukou, která je zahřála nejenom na těle, ale i na duši. Během masáže rukou jemným aromaterapeutickým olejem jsme si stihli také hezky popovídat, a přitom uvolnit a prokrvit svaly rukou a popřípadě i zlepšit pohyb rukou. U některých uživatelek byl také velmi důležitý samotný dotek ruky aktivizační pracovnice. Myslím si, že se masáže rukou uživatelkám domova velmi líbily.

Jana Voříšková

Sportovní hry v Praze

25.5.2022 se naše družstvo zúčastnilo sportovních her v domově Nová slunečnice na Praze 8. Náš domov reprezentovala paní Olga Pražáková a Marie Svobodová, pánové Josef Zázvorka a Alois Svoboda. Disciplíny, ve kterých se soutěžilo: kuželky, scrabble, holandský biliard a hod na cíl. Dobrá souhra našeho týmu přinesla dvě 1. místa, a proto chci všem poděkovat za velkou snahu. V holandském biliardu byly lepší ženy a v kuželnkách zase muži. Prostě tým pracoval na jedničku. Dík patří i panu Bruknerovi, který nás bezpečně dovezl tam i zpět. Důležité bylo zúčastnit se a sportovat s chutí.

Veronika Ludvíčková



Výstava skleněných obrazů



Když jsem zjistila, že jedu na výstavu do Třemošnice, která má takový název, nevěděla jsem, co si pod tím představit. Byla jsem velice překvapená, protože takovou nádheru jsem dlouho neviděla. Autorkou je Alena Šinková. Nevím, jak bych vám to správně popsala, ale v podstatě jde o

to, že se maluje na matné tabulky skel, které se pak třeba ve třech vrstvách překrývají, přičemž je na každé tabulce něco jiného. V celkovém dojmu vypadá obraz jako 3D. Jako by z plochy vystupoval. Nevídaná krása. K vidění byli přírodní motivy, stromy, louky, voda s lodkou, oči, které by chtěly z obrazu zrovna mrknout, různí lidé i abstrakce. Pokud budeme mít někdy znovu příležitost, určitě neváhejte a přihlaste se, protože to se jen tak nevidí.

Veronika Vodičková

Sluníčka pro děti

Začátkem června k nám do domova přijdou děti z mateřské školy v Jonášově ulici, aby s námi oslavily Den dětí. Jsou pro ně připraveny různé hry a soutěže a také nějaká ta sladkost.

Děti dostanou sluníčka, která si budou moci domalovat a odnést si je pro radost. Vyráběli jsme je v šicí dílně z barevného kartonu.

Děkuji všem, kteří obkreslovali, stříhali, lepili, vyrážekou připravovali různé motivy a háčkovali barevné šňůrky. Dárčky pro děti vyrábíme obzvláště s velkou chutí.

Hana Zítová



Hádej, kde jsem

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

Fotografie č.1 Lennonova zeď, zeď Maltézské zahrady na Malé Straně

Fotografie č. 2 Rudolfinum, náměstí Jana Palacha, Staré Město

Fotografie č. 3 Pražská Loreta, Hradčany

Fotografie č.4 Strahovský klášter, foceno z Hradčanského náměstí



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. Vše zveřejním po prázdninové pauze v zářijovém čísle našeho časopisu U nás doma. Přeji všem čtenářům krásné pohodové léto.



Lenka Pumerová



Plánované výlety v období červenec - srpen

Zoo Bítovany, rozhledna Kaňk, park a výběhy koní ve Slatiňanech, Zemědělské muzeum Čáslav, Muzeum loutek Chrudim, park a zvířata v oboře ve Žlebech, komentovaná prohlídka

synagogy a galerie v Heřmanově Městci, zámek Kačina. To je jenom krátký výčet plánovaných výletů na léto. O konání jednotlivých výletů se včas dozvíte, budou vyvěšeny plakáty na nástěnkách. Přihlašovat se můžete u Veroniky Ludvíčkové, případně u ostatních aktivizačních pracovníků.

... a na co se můžete těšit v červnu?

Čtvrtek 2.6. - oslava 70. výročí založení domova v oáze od 15 hod.

Pátek 3.6. - dětské dopoledne pro mateřskou školu v parku od 10 hod. ke Dni dětí

Pátek 10.6. – Východočeské divadlo Pardubice, odjezd v 9 hod. z nádvoří

Pátek 17.6. - výlet do Lysé nad Labem na výstavu Šikovné ruce našich seniorů

Sobota 18.6. - Setkání rodin a přátel domova pro seniory, zahájení v 10 hod.

Středa 22.6. – jedeme do Prahy na Sportovní hry

Úterý 28.6. – Schůze uživatelů od 10 hod. v jídelně

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



Historie domova - čtení na pokračování

Rok 1989 byl složitý stejně jako ty předešlé roky. Stále pokračovaly rekonstrukční a adaptační práce, které narušovaly život v celém zámku. Následky povodně nebyly stále odstraněny. Na jaro 1989 byla připravena velká rekonstrukce Rytířského sálu. Jakmile byla ukončena topná sezóna, vypukla rekonstrukce. Byla provedena výměna látkových tapet, parket, renovoval se křišťálový lustr, kompletně se modernizovala elektroinstalace. Dne 1.9.1989 byl slavnostně Rytířský sál otevřen.

Pracovní kolektivy v té době byly velmi aktivní, podílely se např. na úpravě cest v parku, a to ve svém volnu.

Kulturní vyžití nebylo jen na akcích pořádaných v samotném domově, těch se během roku uskutečnilo okolo 70. Ale proběhla například velká zahradní slavnost, maškarní karneval v patronátní mateřské škole v Heřmanově Městci nebo setkání pražských důchodců, které se konalo v Parku kultury a oddechu J. Fučíka v Praze a naši senioři se ho účastnili. Kulturní život v domově byl pestrý.

Nejen ale prací a kulturou je člověk živ. Na každoměsíčních schůzích obyvatel v jídelně se probíraly podněty seniorů k vaření a zařazovala se oblíbená jídla. Zajímavé bylo pro obyvatele pořádání týdnů různých kuchyní, a to jak krajových, tak mezinárodních. Prostě v domově se vždycky dobře vařilo a dobře najedený senior = spokojený senior.

Dalo by se říci, že politika do péče o seniory nepatří, ale listopad 1989 potvrdil, že tak úplně tomu není. Den, který se významně zapsal do našich novodobých dějin, začal jako zcela obyčejný pátek. V domově byla vždy na prvním místě péče o seniory, politika sice každodenní život ovlivňovala, ale důstojný život seniorů v domově byl nejdůležitější bez ohledu na politiku. V tento den vyjádřili zaměstnanci písemně svůj souhlas s generální stávkou a v domově byla vyvěšena státní vlajka. Tím zaměstnanci podpořili nadcházející bouřlivé dny tzv. „sametovou revoluci“.

Období let 1990 až 2011 lze snadno charakterizovat budováním demokratické a svobodné společnosti. Péče o obyvatele byla v domově vždy na prvním místě. Velký důraz je kladen na vzdělávání zaměstnanců. Zaměstnanci jsou vedeni k pokoře a úctě ke stáří, umění naslouchat a komunikovat. V této době došlo k poměrně velkému posunu v myšlení společnosti a těžká práce v podobě péče o staré lidi získávala postupně větší a větší prestiž.

V domově v průběhu let stále probíhaly rekonstrukce. Bylo a je potřeba stále domov rekonstruovat tak, aby vše odpovídalo standardu doby. Svůj čas a péči potřebuje nejen historická budova, ale i rozlehlý park. Kulturní život v domově – výlety, besedy, divadla, hudební vystoupení, soutěže, sportovní zápolení, hry, ruční práce - vše pokračovalo tak, jak již bylo nastaveno. Život v domově se zdokonaluje s používáním nových moderních technologií jak v samotné péči, tak například v kuchyni, prádelně, kotelně. Jsou používány nové technologie, postupy, nové pomůcky apod.

V uplynulém desetiletí tj. od roku 2012 jsme pokračovali v nastaveném standardu poskytování sociálních služeb. V roce 2014 nás postihl velký devastující požár, v roce 2020 covidová pandemie a další povodeň. V roce 2016 došlo ke změně vedení domova, které se dokázalo jak k pandemii, tak k povodni postavit tak, že dnes byste nepoznali, jak vypjaté chvíle a situace nás postihly.

V závěru našeho krátkého povídání o historii domova bych se chtěla vrátit hned do úvodu tohoto čísla. Domovu a seniorům popřáli jak zaměstnanci, tak senioři. Všichni měli společné přání, ať se domovu a nám všem tady dobře daří a pěkně se vám a nám tady žije. A to je nejdůležitější. Hezké léto!

CENÍK úhrad za ubytování, stravu a péči platný od 1.6.2022

Typ pokoje	Bydlení za 1 den	Strava za 1 den	Cena celkem za 1 den	Cena za 30 dní	Cena za 31 dní
Jednolůžkový pokoj s hygienickým zařízením	235,- Kč	113,- Kč stravu 77,- Kč režie 190,- Kč	425,- Kč	12.750,- Kč	13.175,- Kč
Jednolůžkový pokoj bez hygienického zařízení, dvoulůžkový pokoj	225,- Kč	113,- Kč stravu 77,- Kč režie 190,- Kč	415,- Kč	12.450,- Kč	12.865,- Kč

Příspěvek na péči - I. stupeň 880,- Kč, II. stupeň 4.400,- Kč, III. stupeň 12.800,- Kč, IV. stupeň 19.200,- Kč – dle stanovené výše náleží domovu.

Časopis U nás doma vám přeje pěkné léto, počíst si a pobavit se budete moci zase až v září.