

DOMOV
PRO
SENIORY

HEŘMANŮV MĚSTEC



U NÁS DOMA

Ročník XXIII číslo 5 květen/2017 www.domov-hm.cz

Radujme se z jara!

Zima byla dlouhá...



Časopis Domova pro seniory Heřmanův Městec, zřizovatel Hlavní město Praha

Obsah

Slovo na úvod.....	3
Informace z Domova	4
Rozmary počasí.....	4
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku.....	5
Stanice A – Květen nebo Máj?	5
Báseň – Libuše Marková.....	6
Stanice B – Člověk a vzpomínky	7
Stanice C – Jarní kvítí.....	9
Stanice D – Léčivé stromy	10
Stanice E- Česnek	12
Informace z aktivizačního úseku	14
Velikonoční jarmark	14
1. Místo pro Slepíčí jarmark	14
Poděkování	14
Návštěva galerie	14
Tajemství stříbrného plátna	15
Krčský skřivan	15
Pod duhovými křídly	15
Zkoušky našeho Joeyho	16
A na co se můžete těšit?	17
Den matek	17
Vzpomínáme	18
Báseň pro Jarina – Míla Skramuská	19
Pro chytré hlavy	20



Slovo na úvod

Vážení uživatelé domova a všichni další čtenáři,

máme za sebou další hezký a zejména úspěšný měsíc. Během dubna se nám povedlo opětovně uspořádat mnoho zajímavých akcí kulturních a společenských, ale také překonat naplánované náročné kroky a také vyhrát několik soutěží. Dovolím si jenom krátký výčet, podrobnější informace jistě naleznete na dalších stranách.

V rámci Velikonočních svátků se už od ledna tvořilo v dílnách vše s velikonoční tematikou. Úžasné výrobky byly k vidění v Rytířském sále při prodejní výstavě, na kterou zavítalo i několik hostů a také starosta našeho města, pan Kozel. Každý si tam našel nějakou maličkost k potěšení. Poděkování všem uživatelům, kteří pracují v dílnách, musí být spojeno i se získáním ocenění za výrobek „Slepičí mejdan“, které jsme obdrželi na velikonočním jarmarku na Malém náměstí v Heřmanově Městci.

Dále patří velké poděkování zaměstnancům, kteří se aktivně podíleli na přípravě podkladů pro získání certifikátu Pracoviště s bazální stimulací. V čele s paní Lenkou Doležalovou se jim podařilo úspěšně tento certifikát získat a na podrobnosti se můžete těšit v následujícím čísle časopisu.

Úspěšným byl také náš canisterapeutický tým „Joey a Lenka“, který před pár dny zdolal Rekondice a přezkoušení v Plzni u Pomocných tlapek. Oba byli opět pašáci 😊. A můžu pokračovat hudebními úspěchy. Na konci dubna krásné 3. místo v pěvecké soutěži Krčský skřivan pro paní Klinderovou. A hned nato postup pěveckého sboru Hlas domova do dalšího kola soutěže Duhové křídlo. Ale dařilo se i na provozních úsecích domova, kuchařky stále vylepšují připomínky ke stravování, údržbáři pilně opravují, co je třeba, a vyklízejí nepotřebné věci, prostě všude je pořádek napilno.

Milí čtenáři, ani netušíte, s jak velkou radostí se mi tyto řádky píší, když víte, že máme tak šikovně seniory a zaměstnance, že společně toto vše dokázali!



A takto je to i v jiných měsících. Vím, vždycky se také vše nepovede. Ale toto musí zahřát snad každého, kdo je nápomocen celému chodu domova. A to nejen letos, ale i ty dlouhé roky minulé. Vždyť nezapomeňme, letos **oslavíme 65. výročí** poskytování péče pro seniory v našem krásném zámku.

Klára Husáková, ředitelka

Informace z Domova

Rozmary počasí

Také vnímáte kolem sebe ty častější témata o počasí? Vlastně všechna roční období s sebou přinášejí změny v počasí a to s sebou přináší i spoustu vjemů, které lépe i hůře snášíme. Proměny ročních dob přinášejí změny teplot, barev, změny světla na obloze, ale i v okně, v pokoji. Změnám teplot přizpůsobujeme změny oděvů a není divu, že většina lidí vnímá chlad méně příznivě než teplo. Brzké jarní teploty



nás opět nalákaly a jako většinu let přišlo zase ochlazení. Tento rok je ochlazení citelné, i když ty horší scénáře vidíme naštěstí jen v televizi. Na horách mají novou sněhovou nadílku a i od příznivců zimních sportů slyším, že sněhu už bylo dost. Ze svého pohledu musím říct, že žijeme v krásném koutu země, kde se tomu horšímu počasí spíš vyhýbáme. Jsme obklopeni krásnou přírodou a takový pohled z okna zámku nás zahřeje na duši, i když je venku zrovna zima. Vždyť takový déšť pomůže rostlinám nabrat vláhu, svěží zelená barva,



jakou mají rostliny nyní, mají opravdu snad jenom na jaře. Počasí si umí zahrávat a záleží, zda umíme jeho rozmary brát jako výzvu a nabídku, nebo zda si necháme pokazit náladu a budeme jej vnímat jako nějakou vadu. Přeji vám tedy hodně nápadů, jak se umět radovat za každého počasí.

Radka Stybalová

Žít je tak složité... odejít je tak prosté...

**V neděli 30.4.2017 navždy opustila naše řady dlouholetá
předsedkyně výboru uživatelů a člověk s velkým životním
nadhledem a srdcem, paní Eliška Kebrtová.**

Čest její památce!

Str. 4



Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

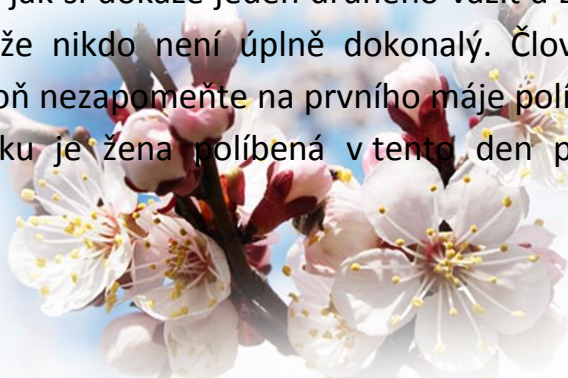
Stanice A

Květen nebo Máj?



Právě si užíváme první dny jednoho z nejkrásnějších měsíců v roce. Květen je měsícem, kdy se příroda probouzí do své síly. Už od 13. století je tento měsíc spojován s lidovými oslavami, ale hlavně je také považován za měsíc lásky.

Květen má řadu zvláštností, jako jediný ze všech měsíců v roce, má dvě pojmenování. Starším pojmem je název máj s latinského maius, mladší květen, podle přírody, která se probouzí a rozkvétá. Název květen je u nás znám už 200let, poprvé ho užil jeden z tvůrců novodobé češtiny Josef Jungmann v roce 1805. Další zvláštností tohoto měsíce je, že jako jediný měsíc v roce začíná vždy ve stejný den, jako leden příštího roku. Žádný jiný měsíc v běžném roce nezačíná stejným dnem v týdnu jako květen. První květen je státním svátkem a představuje den pracovního klidu. Z historického hlediska se jedná o mezinárodní dělnický svátek, kdy se připomíná propuknutí stávků amerických dělnic v Chicagu 1. května 1886. Dalším dnem pracovního klidu je osmý květen, den vítězství, pro naši republiku konec druhé světové války. Druhou květnovou neděli mají svůj malý svátek všechny maminky. V květnu se pořádá řada lidových veselí, na vesnicích se stavějí májky, jako symbol jara, ale především jako vyznání lásky své vyvolené. Mnoho zamilovaných dvojic zamíří na romantická místa, například na Petřín, aby si zajistili štěstí a lásku do dalšího roku. A proč se vůbec považuje květen za měsíc lásky? Kořeny můžeme hledat v 19. století, v období romantismu. Umělci byli tehdy fascinováni a inspirováni krásou přírody, ale také tajemnem a romantikou dávných věků. Právě z této doby se také u nás traduje pověra, že uzavření manželství v tomto měsíci přináší neštěstí. Říká se také, že po svatbě v květnu odletí láska stejně rychle jako květy třešní. Je to ovšem jen pověra a já myslím, že je úplně jedno, jestli se zamilujeme v lednu, nebo květnu, záleží na tom, jak si dokáže jeden druhého vážit a zda jsme ochotni, něco ze svých ideálů slevit, protože nikdo není úplně dokonalý. Člověk s člověkem se prostě musí naučit žít, nebo se alespoň nezapomeňte na prvního máje políbit pod rozkvetlou třešní, protože dle lidového zvyku je žena políbená v tento den pod rozkvetlou třešní po celý rok krásná a žena



nepolíbená, do roka uschne. No nevím, jestli letos najdeme rozkvetlou třešeň, trošku nám pomrzly, ale určitě nějaký rozkvetlý strom na krásné květnové procházce najdete.

Přeji krásné dny plné sluníčka a dobré nálady Míša Petržílková

Libuše Marková

Když láska křídla mi dá

Se vznáším

V nekonečné bláznivě touze

Po tvém nádherném milování.

Po té nekonečné euforii

Která nekončí

Která trvá

Která sílí

Která mě spaluje

Spaluje mě jako věčný neomylný čas

Který neúprosně měří každou vteřinu

našeho bytí.

Využij čas, který je nám nakloněn

pro nádhernou kouzelnou lásku.

Čas, který se už nikdy nevrátí.



Stanice B

Člověk a vzpomínky

Vzpomínky a vzpomínání jsou přirozenou duševní činností člověka. Vybavování starých paměťových stop v různých souvislostech během celého života je základem lidské identity. Skutečnost, že člověk je schopen si ve své paměti znovu vybavit dřívější a dávné prožitky a zkušenosti - co dělal, čím byl, jak vnímal různé historické události nebo jak se na nich dokonce podílel, s kým se v životě potkal, kde žil a jak na něj jeho prostředí působilo, co uměl a kdo ho měl rád, jak prožíval své vztahy a kdo tvořil jeho rodinu, jaké byly zvyky a příběhy vyprávěné u nich doma- to vše je součástí představy člověka o sobě samém, vědomí celistvosti a kontinuity jeho života, sebehodnocení a sebeúcty, jeho vědomého já. Život provázejí neustálé změny a ve starším věku zejména četné ztráty. To, co drží identitu člověka pohromadě, jsou právě jeho vzpomínky. Když lidé přemístění do instituce opustí vše, s čím až dosud žili, a není nikdo, komu by o svém životě mohli vyprávět, pak často můžeme slyšet: "nikdo se o mě nezajímá, já nejsem".

Přesto zkušenosti mnohých dokládají, že stačí málo, aby starý člověk začal vyprávět. V tu chvíli můžeme objevit úžasné lidské příběhy, biografie, jaké by nenapsal nejlepší romanopisec. Vždyť vzpomínky provázejí každého z nás v nejrůznějších podobách téměř na každém kroku. Někdy stačí málo - procházka lesem, vůně posekané trávy, pohled do známé krajiny, melodie zapomenuté písničky - a vzpomínky přijdou sami i s tehdy prožitými emocemi, s potřebou mluvit o tehdejších zkušenostech, nějak popsat, vyjádřit obsah prožitku, přehodnotit jej. Každý člověk potřebuje neustále, bezděčně či záměrně, potvrzovat svoji identitu. K potvrzení identity potřebujeme žít ve vztazích. Péče orientovaná na člověka, péče založená na respektu k člověku, neustále směřovaná k podpoře lidské důstojnosti, musí být založena na budování vztahu. Důstojnost přiznává člověku jedině druhý člověk. Pokud tomu není, není ani důstojnosti. Vzpomínky významnou měrou ovlivňují kvalitu lidského života. Jsou nástrojem kontaktu, který máme se sebou samými i se svým okolím, potvrzují kontinuitu našeho života. Ve vzpomínkách se člověk vyrovnává s tím, co prožil, s nejrůznějšími křivdami a konflikty. Skrz své vzpomínky bilancuje svůj životní příběh, aby jej nakonec mohl přijmout, smířit se a dosáhnout životní zralosti a naplnění.



Pro pobyty v institucích je metoda se vzpomínkami zařazena do programů aktivit a navazuje na prožité životní příběhy lidí při společné tvorbě individuálních plánů. Situace, kdy je senior přemístěn do nového prostředí, je typickým příkladem zátěže, neobvyklosti a ohrožení. K největším rizikům, která s sebou přestěhování přináší, patří ztráta či oslabení sociálních vazeb vytvořených během života, vztahů, které mají pro člověka existenciální význam. Instituce, poskytující služby osobám, které ztrácejí soběstačnost a jsou odkázány na pomoc druhých lidí, nemusí nutně zbavovat rodin odpovědnosti na péči o blízké rodinné příslušníky a oslabovat rodinnou solidaritu. Naopak potřebujeme spolupracovat s rodinou, abychom zajistili takovou péči, jakou si rodina představuje. Rodinní příslušníci mohou přinést fotografie a další důležité předměty z původního prostředí, sepsat životní příběh seniora, účastnit se nejrůznějších aktivit, výletů, slavností, zábav, oslavy narozenin, apod., které přinášejí mnoho společných zážitků. Je to příležitost připomenout si významné momenty ze života jejich blízkého a povzbudit jeho vzpomínky. Navíc se tím mohou probudit příjemné pocity u všech zúčastněných, jako je hrdost, radost, uznání a ocenění.

Práce s rodinou seniora by se měla stát součástí individuální péče a plánování služby. Kromě individuální práce s jednotlivci, lze vzpomínek využít v práci se skupinami seniorů. Práce ve skupině může mít nejrůznější podoby - povídání, výtvarné činnosti, tanec, zpěv, poslech hudby... Důležitý je efekt pro pečovatele, kteří získávají lepší vztah ke klientům, mají o nich více informací a tím se zlepšuje kvalita péče.

Vzpomínání je přirozené - umožněte je každému, zajímejte se o vzpomínky druhých, nikoho však do vzpomínání nenuťte. Buďte trpělivý, dopřejte lidem s demencí dostatek času, nenaléhejte, nekladte přímé otázky. Dělejte věci společně, zapojte je do skupin, podporujte za všech okolností jejich důstojnost. Vzpomínání není jen vyprávění o uplynulém životě. Může to být i psané slovo a jiné neverbální formy sdílení prožitku. Vzpomínky jsou probouzeny stimuly z prostředí. Každý máme místo, kam ukrýváme důležité věci ze svého života. Netýkají se jen jednotlivce. Své kořeny má každý z nás ve své rodině. Pokud je to možné zapojte rodinu, pokud je zapotřebí složit životní příběh nebo vytvořit osobní prostor pro člověka o něhož pečujete.

Použitá literatura: Reminiscence

Autorky : H. Janečková, M. Vacková

Blanka Hlaváčková

Řešení ze str. 20 – 1d, 2e, 3c, 4f, 5a, 6b

Když se v máji blýská, to si sedlák výská!

Stanice C

Jarní kvítí

Blíží se další jarní měsíc, květen a my stále čekáme na pěkné počasí. V posledních dnech se na nás sluníčko příliš nasměje, je chladno a deštivo. I tak ale můžeme obdivovat první jarní květiny v parku i na našem nádvoří. Rostlinky září všemi barvami a dělají



nám radost. Některé jsou jen pro potěšení, jiné mají i lékařské využití. Ale pozor, často jsou jedovaté a jejich sběr a použití vyžadují potřebné znalosti.

Vytrvalé byliny

Při procházce parkem jsou k vidění některé vytrvalé byliny, například bílé kvetoucí a jedovatá **sasanka hajní**. Další rozšířenou bylinou je **vlaštovičnick větš**. Má žluté květy a při ulomení roní oranžové mléko. Známa je jeho aplikace na bradavice. Použití je spojeno se značným rizikem, dráždí pokožku, může způsobit i puchýře, je jedovatý.

Spatřit můžeme **plicník lékařský** i **fialku**, nebo-li **violku vonnou**. Obě byliny jsou využívány také v lidovém léčitelství. Žlutými kvítky nás upoutá **orsej jarní**. I ten má léčivé účinky. Dříve se používal k léčení kurděj. Je vyhledávaným prostředkem proti oběhovým potížím. Zevně se používá například k léčbě hemoroidů. Je pokládán za lehce toxickou rostlinu. Může vyvolat podráždění kůže, dokonce i puchýře.



Cibuloviny

Mezi nejoblíbenější jarní cibuloviny patří narcisy, tulipány, hyacinty a modřence. Tyto poslové jara zdobí i naše zámecké nádvoří. Okouzlují nás nejen barvami, ale i svojí vůní. Proto i přes nepřízeň počasí stojí za to vyjít si na procházku a pokochat se tím, co nám příroda nabízí.

Jitka Peštová

Stanice D

Léčivé stromy

Stromy jsou naprosto zásadní pro život na naší planetě. Tvoří životodárný kyslík, čistí vzduch od prachu a vytvářejí příznivé klima. Nejen, že poskytují příjemný stín i v těch nejvíce horkých dnech, ale zároveň mírně ochlazují teplotu vzduchu a obohacují jej příjemnou vlhkostí. Jejich kořeny také pomáhají zadržovat vodu v krajině.

CO PRO NÁS MOHOU STROMY UDĚLAT?

Samotné stromy mají léčivou sílu a to nejen všeobecně. Jednotlivé druhy dokáží působit i na specifické typy onemocnění. Už jen pohled na stromy působí výborně na psychiku, protože zelená barva prokazatelně uklidňuje. Stromy jsou však živé organismy a jsou nám schopny předat svou energii. Je to víceméně podobné tomu, jako se používají zvířata k různým léčebným terapiím.

Léčivé moci stromů si byli vědomi už naši předci. Ve všech kulturách se snažili lidé navazovat se stromy kontakty a utíkali k nim nejen pro ochranu před šelmami či deštěm, ale také k nim chodili pro rady. Například Slované si budovali celé posvátné háje a stromy považovali za prostředníky mezi nebem a zemí. Keltové jim zase přisuzovali lidské vlastnosti. Podobně jako naši předci můžete využívat léčivou sílu stromů tím, že pod ně budete chodit meditovat, cvičit jógu nebo prostě jen tak pobýt a rozjímat. A pokud se nestydíte, tak se nemusíte bránit ani objímání stromů. :-)

Stromy mají léčivé účinky po celý rok, ale protože jsou živé, tak stejně tak jako my, i ony někdy nemají energie na rozdávání. Největší sílu mají po druhé hodině odpoledne až do páté hodiny navečer, kdy se pomalu ukládají k odpočinku. Listnatým stromům se také odebrání energie moc nezamlouvá na jaře v období rašení, kdy potřebují veškerou sílu pro růst pupenů. Největší léčebnou sílu mají kvetoucí stromy. V zimě naopak energie stromů lehce stagnuje, přesouvá se spolu s mízou do kořenů a stromy nabírají sílu na další rok.

LÉČEBNÍ SPECIALISTÉ MEZI STROMY

Stromy mají všeobecně pozitivní účinky na naši psychiku i fyzickou schránku, ale existují mezi nimi i odborníci, kteří se podobně jako specializovaní lékaři zaměřují na konkrétní onemocnění. Stromů je však mnoho druhů, a kdybychom procházeli léčivé účinky každého, byli bychom tu opravdu dlouho. Pojdme se tedy podívat alespoň na několik z nich.

Borové lesy mají skvělé účinky na nervovou soustavu. Procházka mezi borovicemi pomáhá snížit tlak a díky vdechování dezinfekčních silic z borovic i posiluje imunitu a zmírňuje různé dýchací obtíže. Zároveň také dodává energii a zlepšuje náladu. Ne nadarmo se borovice vysazují v okolí léčeben pro pacienty s psychickými či dýchacími obtížemi.

DUB

Dub je pokládán za krále mezi stromy. Podle staré řecké báje to byl právě dub, který byl stvořen jako první strom. Dub může něco ze své síly předat i vám. Posiluje srdce a mírně zvyšuje tlak, což se hodí všem, kteří mají problém se vstáváním či změnami počasí. Dub celkově posiluje psychickou i fyzickou odolnost.



BŘÍZA

Bříza je symbolem energie, radosti ze života, lásky a mládí. Je to zajisté nejen díky tomu, že březová míza má až zázračné energizující a omlazující účinky. Podle tradice dříve stavěli zamilovaní chlapi májky pod okny dívek právě z kmenů bříz.

LÍPA

Lípa působí harmonicky na partnerské i celkově mezilidské vztahy. Je symbolem dlouhodobé lásky, věrnosti, harmonie a bezpečí. Na

to ostatně odkazují i její listy ve tvaru srdce. Pobyt v blízkosti lip uklidňuje a posiluje naše tělo při infekčních onemocněních. Lípa je také naším národním stromem a ve svém logu i latinském názvu ji má i česká značka přírodní kosmetiky Nobilis Tilia.

KAŠTAN

Kaštan neboli jírovec maďal pomáhá zvyšovat sebedůvěru, zmírňuje obavy a napětí. Pomáhá i proti nepříjemným a vleklým migrénám. Léčivě však působí hlavně na nohy – posiluje kosti, klouby, žíly i pokožku na nohou. Alespoň malý kousek léčivých schopností kaštanu si můžete nosit pořád s sebou. Nasbírejte si hladké a lesklé kaštánky a noste je v kapse. Hromadily totiž léčivou energii celé jaro a léto a mohou vám z ní nějakou část předat.

Takže abychom si to shrnuli, procházka v lese nám může pomoci několika různými způsoby – protáhnete si svaly, pročistíte plíce, vdechováním vůní rozličných druhů stromů si dopřejete dávku aromaterapie, necháte odpočinout unavené oči pohledem do zeleně a zároveň si můžete pomoci od některých onemocnění přímo navštívením konkrétního stromového specialisty. :-)

Jana Novotná

Stanice E

*Máj zdravým skýtá života mnohé slasti
a nemocným na neduhy léky a masti.*

Česnek

Letos si tedy dává jaro opravdu „na čas“. Místo sluníčka nás zatím čekalo jen aprílové počasí. Tedy období nachlazení a chřipek. A jak se všem těm bacilům bránit? Co takhle zkusit pro změnu česnek? Má totiž hned několik léčivých účinků. Jednou z jeho nejvýznamnějších složek je allicin, silné přírodní antibiotikum, které ničí jak viry, tak bakterie. Další látky obsažené v česneku podporují čištění dýchacích cest a zlepšují odkašlávání, nahradí účinek běžných kapek na kašel. Při chřipce je také důležité se pořádně vypotit, a i tady je česnek účinným pomocníkem, protože stimuluje pocení.

Česnek obsahuje velké množství minerálů, například vápník, železo, hořčík, sodík, draslík, fosfor, zinek, jod, selen, mangan, měď, vitaminy B1, B2, B6, C, A, niacin, kyselinu listovou, také některé enzymy. Pomáhá nejenom při nachlazení, ale působí preventivně proti srdečním chorobám, infarktu, mozkovým příhodám,... je totiž známý svou schopností snižovat hladinu tzv. škodlivého cholesterolu v krvi a naopak zvyšovat hladinu tzv. hodného cholesterolu. Česnek také „ředí krev“ a rozpouští krevní sraženiny, čímž pomáhá chránit před



trombózou. Odstraňováním usazenin rozšiřuje cévy, zlepšuje průtok krve a účinně tak snižuje vysoký krevní tlak. Česnek je vhodný i pro diabetiky, obsahuje totiž látky, které pomáhají z krve vyplavovat nadbytek cukru. Některé odborné studie prokázaly, že pravidelná konzumace česneku také výrazně snižuje riziko některých typů rakoviny, např. rakoviny žaludku a

střev.

A jak česnek konzumovat? Důležité je ho buď podrtit, prolisovat, nebo pořádně rozkousat, aby se účinné látky uvolnily do našeho těla. K běžnému pravidelnému užívání jako prevence stačí 1-2 stroužky česneku denně. Představte si, že česnek lze použít také při léčbě plísňe na nohách a nehtech. Ve formě zábalu se rozdrčený přikládá na postižená místa a nechá působit i několik dní.

No, nepřipadá vám česnek jako takový „elixír zdraví“?

Jiřina Dittrichová



Informace z aktivizačního úseku

Velikonoční jarmark

Slavnostní zahájení 5. Velikonočního jarmarku se konalo ve 13 hod. v Rytířském sále za velké účasti vás, uživatelů, zaměstnanců i hostů.

Plné stoly výrobků hlavně s velikonoční tematikou se postupně vyprazdňovaly a výsledkem byla získaná rekordní částka 12.000,- Kč.

Co se vám nejvíce líbilo? Keramické čajové soupravy a veselé tlusté housenky.



1.místo pro Slepičí mejdan

V soutěži o nejoriginálnější slepičku, kterou pořádal spolek Živé město z. s. Heřmanův Městec, se náš Domov umístil na 1. místě v kategorii kolektivů dospělých. Odměnou byla krásná velikonoční květina, výborná medovina, plná taška jablíček a pamětní list.

Poděkování

Děkujeme všem uživatelům, kteří pravidelně docházejí do našich dílen a pilně pracují, aby naše jarmarky a soutěžní výrobky byly nejen krásné, ale i úspěšně reprezentovaly náš domov.

Hana Zítová

Návštěva galerie

Ve středu 12.4. jsme navštívili výstavu obrazů a grafik místního rodáka pana Jaroslava Heřmanského. Jeho práce byly vystaveny v městské galerii.

Jaroslav Heřmanský se narodil roku 1907 a zemřel v roce 1964. Celý svůj život od ukončení studií prožil v rodném městě jako malíř z povolání. Byl také členem pěveckého sboru Vlastislav. Námětem jeho obrazů a grafických děl bylo především jeho rodné město a jeho okolí. Částečně se věnoval i figurální malbě.

Jaroslava Baliharová

Tajemství stříbrného plátna

Dne 21. dubna jsme měli možnost poslechnout si nejznámější hity stříbrného plátna. S hudebním vystoupením k nám do Rytířského sálu zavítal pan Petr Kubec se svým doprovodem Kateřinou Klečkovou. Přiblížili nám hity, jak české, tak i zahraniční a obohatili je o zajímavosti. Rádi jsme si zatleskali do rytmu a zaspívali. Budeme se těšit zase příště.

Veronika Vodičková

Krčský skřivan



Ve středu 26.4. jsme se vydali do Domova pro seniory v Praze – Krči na pěveckou soutěž. Hudební podklad pro píseň U našeho mlýna, kterou si zaspívala paní Marie Klinderová, vytvořil pan Jiří Heřman. Odnesla si krásnou třetí cenu v kategorii sólistů. Velkým zážitkem bylo vystoupení porotců: legendární zpěvačky divadla Semafor Milušky Voborníkové, Karla Bláhy, který zpíval léta s orchestrem Karla Vlacha a působil také v karlínském hudebním divadle i zpěvák Karla Richarda Marinova. Letošní, již devátý ročník soutěže proběhl v přátelské atmosféře, všichni jsme

si společně s chutí zaspívali. Navzdory nepříznivému počasí jsme se těšili a radovali z dobré muziky i zpěvu.

Pod duhovými křídly



Ve čtvrtek 27.4. se náš pěvecký sbor Hlas domova zúčastnil regionálního kola festivalu „Duhové křídlo“ pořádaného Pardubickým krajem. V ABC klubu v Pardubicích se představily hudební i taneční soubory ze školy Svítání, nechyběli ani účinkující z Domovů pro seniory z Pardubic a ze Svitav. Naše vystoupení s názvem „S úsměvem, písničkou a texty Jiřího Suchého“ mělo velký úspěch u posluchačů i u poroty a postoupilo na slavnostní udělování cen „Duhové křídlo“ nejlepším zaměstnancům, organizacím i dobrovolníkům, pracujícím v sociálních službách, které se bude konat 11. října, opět v klubu ABC.

Alena Tučková

Zkoušky našeho Joeyho

V pátek 21. dubna jsem s naším canisterapeutickým psem Joeym jela poprvé na jarní rekondice spojené s přezkoušením asistenčních týmů do Plzně. Přijelo 24 týmů z celé ČR. Nejprve jsme absolvovali návštěvu u veterináře. Ať se psům chtělo, či nechtělo, po zimě museli na váhu, zda nemá pes nějaký kilogram navíc. Veterinář prověřil zdravotní stav a kondici pejska. Dále



jste si zopakovali test přístupu na veřejnosti v nákupním centru, každý pes si připomněl jízdu na eskalátoru a také předvedl odložení, odvedení jinou osobou, reakci na jiného psa, či nečekaný hluk a jiné nástrahy. I přes nepřízeň počasí jsme pokračovali, mezi kapkami deště,



v testování poslušnosti a ovladatelnosti a již v teple test dovedností. Bylo důležité ukázat, že jsme dobře sehraný tým, že i já skvěle zvládám a vedu našeho miláčka. Joey vše uměl na výbornou, cvičitelé z Pomocných tlapek i komisař nešetřili chválou. Lucka Joeyho všude doprovázela, podporovala, kontrolovala a dokonce si zkusila testy nepovinně sama od sebe.

Odpoledne nás čekalo závěrečné vyhodnocení, předání průkazky a všechny asistenční týmy obdržely velkou pochvalu. Byl to náročný víkend, ale skvělé setkání plné dojmů, skvělých lidí a psů profesionálů.

Lenka Pumerová

... a na co se můžete těšit?

Úterý 2.5. – Schůze uživatelů od 9,30 hod. v jídelně

Úterý 2.5. – Hudební pořad v Rytířském sále ve 13 hod.

Středa 3.5. – Solná jeskyně v Třemošnici, odjezd ve 12,30 hod.

Čtvrtek 4.5. – Májový oheň s buřty v oáze od 15,00 hod.

Pátek 5.5. – Bohoslužba v kapli od 13,00 hod.

Úterý 9.5. – Masáže rukou na rehabilitaci od 13 hod.

Středa 10.5. – Výstava Lego v Pardubicích, odjezd v 9,30 hod.

Čtvrtek 11.5. – Masáže rukou pro vilu od 13 hod.

Pátek 12.5. – Divadlo Pardubice, odjezd v 9,00 hod.

Středa 17.5. – Solná jeskyně v Třemošnici, odjezd ve 12,30 hod.

Pátek 19.5. – Bohoslužba v kapli od 13,00 hod.

Sobota 20.5. – Pěvecké sbory na nádvoří DS

Čtvrtek 25.5. – Májové koulení XIV. ročník

Úterý 30.5. – Ukázka výcviku psů Policie ČR v parku od 9,00 hod.



Den matek

Den matek je velmi krásný svátek, který je rozšířen po celém světě. Oficiálně připadá Den matek na druhou květnou neděli. V ČR je tento svátek oslavíme 14.5., začal se slavit roku 1923 a to díky propagátorce Alici Masarykové. Typickým dárkem ke Dni matek jsou květiny, které matky často dostávají hlavně od svých dětí.

Vzpomínáme

8.května uplyne již 72. let od ukončení 2. světové války. Je to zcela jistě velice významné výročí a je potřeba si ho neustále připomínat a odkaz předávat mladším generacím.

Druhá světová válka byl globální vojenský konflikt, jehož se zúčastnila většina států světa a jenž se stal s více než 60 miliony obětí dosud největším a nejmocnějším zničujícím válečným střetnutím v dějinách lidstva. Válka v Evropě začala 1. září 1939, když nacistické Německo napadlo Polsko. Krátce poté vyhlásila Francie a Velká Británie Německu válku. Konec války v Evropě nastal 8. května 1945 kapitulací Německa. Po americkém svržení atomových bomb na města Hirošima a Nagasaki kapitulovalo Japonsko 2.září téhož roku.

Německé invazi do Polska předcházela smlouva o neútočení, kterou se Sovětským svazem podepsalo Německo. V dalším průběhu událostí byl však 22. června 1941 Sovětský svaz sám přepaden Německem a jeho spojenci.

Spojené státy americké, které už dříve poskytovaly v počínající válce pomoc, vstoupily aktivně do války 7. prosince 1941 poté, co Japonsko udeřilo na jejich námořní základnu v Pearl Harboru.



Druhou světovou válku provázely v dosud nevídané míře zločiny proti lidskosti, válečné zločiny a nehumánní zacházení s válečnými zajatci. Oproti všem dosavadním konfliktům bylo průběhem bojů podstatně zasaženo rovněž civilní obyvatelstvo, jež utrpělo obrovské ztráty.

Příkladem genocidy se stal holokaust, kterému na základě nacistické rasové ideologie padlo za oběť šest milionů evropských Židů. Další milionové oběti byly ze strany slovanského obyvatelstva na územích východní fronty, kde bylo na 8 milionů civilních obětí. Civilní oběti podlely nemocem a hladu vyvolanými válečnými operacemi německé a sovětské armády a masakrům nebo genocidě páchanými německými a sovětskými komandy na obsazených územích. Válečné úsilí pohlcovalo veškerý lidský, ekonomický, průmyslový a vědecký potenciál všech zúčastněných národů, lze tak hovořit o vedení totální války. Taktéž pohled na „civilizované metody válčení“ se v mnoha ohledech výrazně proměnil, neboť zatímco v roce 1940 demokratické státy v čele s Velkou Británií a USA odmítaly plošné nálety na nepřátelská města, posléze se k nim samy uchýlily.

V samotném závěru války vznikla Organizace spojených národů, jejímž ústředním cílem byla prevence vzniku jakéhokoli dalšího podobného konfliktu. Po vítězství Spojenců se zrodily dvě vedoucí světové supervelmoci: Sovětský svaz a Spojené státy americké. Spojenectví bylo nahrazeno soupeřením. Došlo k zásadnímu posílení levicových sil ve světě a růstu vlivu SSSR. Pro náš stát nastala po druhé světové válce 50ti letá doba temna, totalitní vedení státu KSČ pod dohledem Sovětského svazu. Světovou velmocí číslo jedna se postupně staly Spojené státy americké, které se staly garantem demokracie ve světě.

Zdroj:Wikipedie

Eva Merclová

Báseň pro Jarina - Míla Skramuská

Už nevoláš...

Už zapomínáš...

Už se neznáme.

Už dojdu tu cestu sama,

kde budu jen já...

Své přátele tam dávno
mám,

čekají na mne...

Jen sbohem ti dám,

a lásku...tu prokletou,

na tvou cestu ti
zanechám.



Pro chytré hlavy

Jména a přezdívky

Přiřaďte k sobě jména osobnosti z pravého sloupce a jejich přezdívku, pod kterou jsou všeobecně známá, z levého sloupce.

1. Pohrobek
2. Král komiků
3. Železná lady
4. Otec vlasti
5. Učitel národů
6. Liška ryšavá
 - a) Ján Amos Komenský
 - b) Zikmund Lucemburský
 - c) Margaret Thatcherová
 - d) Český král Ladislav
 - e) Vlasta Burián
 - f) Karel IV.



Řešení naleznete na str. 8

