

DOMOV
PRO
SENIORY

HEŘMANŮV MĚSTEC



U NÁS DOMA

Ročník XX číslo 8 září/2014 www.domov-hm.cz

Požár na zámku



Časopis Domova pro seniory Heřmanův Městec, zřizovatel Hlavní město Praha

Obsah

Slovo na úvod	2
Požár.....	2
Ohlédnutí za létem	6
Televize na zámku.....	6
Výstava J. Korečka v Městské galerii Heřmanův Městec	9
Výstava M. Adámkové v Galerii A. Chittussiho v Ronově nad Doubravou	9
Výlet do obory Žleby	9
Zemědělské technické muzeum Čáslav Drobovice	10
Výlet do Mobilní Mini ZOO Vilémov	10
Rozhledna Kaňk v Kutné Hoře	11
Hrad Lichnice	11
Návštěva Heřmanoměstecké pouti	11
Anketa Srdce na dlani.....	12
Podzimní komunální volby	13
...a na co se můžeme těšit?	14
Jak budou probíhat aktivity.....	14
Rotopedtours a Pěškotours.....	14
Plánované akce Domova na září, říjen 2014.....	15
Počítačový kurz	15
Soutěž Zlaté listy.....	16
Koho jsme přivítali...s kým jsme se rozloučili.....	16
Sami sobě	17
Josef Fabián – Vyšehradští jezdci	17
Pro chytré hlavy	19



SLOVO NA ÚVOD

Požár

Datum 1. září máme snad každý z nás spojený s nástupem dětí do školy... Od letošního roku budou všichni zaměstnanci našeho domova pondělí 1. září spojovat i s hrozivou událostí, která nás nad ránem postihla. Rozsáhlý požár zachvátil půdní prostory našeho zámku. Hustý dým, který vnikl otevřeným oknem do pokoje č. 70 v podkroví, zaznamenalo čidlo požární signalizace a spustilo poplach. Hořela půda a střecha, plameny se šířily vlevo i vpravo od věže. Zaměstnankyně noční služby Petra Polgárová, Vendula Košťálová a Vlasta Růžičková přivolaly hasiče. Za pomoci výškové techniky byly zahájeny hasební práce. Někteří hasiči společně s dalšími přivolanými zaměstnanci začali evakuaci uživatelů stanice E „staré podkroví“. Protože se předpokládalo, že následkem požáru dojde k hroucení stropů, pokračovala evakuace 2 pokojů st. A č. 30 a 42, část stanice B od pokojů 43 – 61 pokoj, a preventivně následovali i uživatelé st. E na „novém podkroví“. Celkem jsme evakovali 67 uživatelů, z 1. patra 36 uživatelů (24 imobilních, 12 mobilních) a z 2. patra 31 uživatelů (4 imobilní, 27 mobilních).

Na místě zasahovalo 9 hasičských sborů. Před zámkem, kvůli zásahu i bezpečnosti hasičů, byla uzavřena hlavní silnice a provoz byl odkloněn po místních komunikacích.

Kolem 8 hodiny došlo k likvidaci požáru. Postupně se opakovaně dohašovala skrytá ohniska, poslední se uskutečnilo v úterý v odpoledních hodinách.

Od pondělních ranních hodin volali ředitelé mnoha domovů pro seniory, zástupci spolupracujících organizací, rodinní příslušníci našich uživatelů a nabízeli pomoc. Na místo

se dostavil starosta města Heřmanův Městec Ing. Jiroutek. V dopoledních hodinách přijel ředitel odboru zdravotnictví a sociální péče Magistrátu hl. m. Prahy PhDr. Tomáš Klinecký a Ing. Prokopová, aby se blíže seznámili s událostí a vyjádřili tak podporu zaměstnancům i uživatelům. Cituji



následnou e-mailovou korespondenci:

nechci se moc opakovat, přesto - ještě jednou děkuji všem zaměstnancům DS Heřmanův

Městec, i Vám osobně, za

profesionální řešení této

nešťastné mimořádné

situace. Zároveň díky za

zaslané podklady a zprávy.

Držím Vám palce a odbor ZSP

MHMP bude maximálně

součinný při nápravě této

mimořádné situace.

Již v ponděl 1. září

v odpoledních hodinách

došlo k postupnému

stěhování některých

uživatelů zpět na pokoje.

Uživatelé, kteří se nemohli

vrátit do svých pokojů, byli ubytováni náhradně na přistýlkách a ve společenských

prostorách besedy, salonku a kaple. Ve středu jsme vystěhovali uživatele z kaple, v pátek

jsme zrušili ubytování v salonku.

Hned v odpoledních hodinách dne požáru se začaly postupně likvidovat vzniklé škody. Firma

Koreček z Heřmanova Městce nám opět zprovoznila přívod studené vody po celém objektu.

Následující den provedli nouzové propojení rozvodů teplé vody a topení alespoň na stanici

A. Firma ETS Chrudim zabezpečovala nouzové připojení elektřiny a odpojení elektřiny

v požárem zasažených úsecích, firma Hrstka Chrudim provizorně zprovoznila internet

alespoň pro kanceláře a stanici A,

firma Telelarm pracovala celý týden

na odstraňování škod na požární

signalizaci a zprovoznění celého

systému včetně uvedení do provozu

nové ústředny hlášení požáru, firma

Vertikál Chrudim od úterý pracovala

na likvidaci následků požáru na

půdě a podle pokynů statika i na

přípravě oprav střechy.





Od čtvrtka 4. září jsem měla naplánovanou zahraniční dovolenou. Dovolenu jsem samozřejmě zrušila a prožila jsem místo dovolené snad nejhektičtější týden ve svém životě. Ale když se ohlédnu zpět, vidím ohromný kus práce svých skvělých spolupracovníků a dodavatelských firem a samozřejmě „supermanů“ - hasičů. Společně jsme dokázali našim uživatelům brzo vrátit

zaběhnutý řád a klid. Je to zásluha perfektně fungujícího týmu všech našich zaměstnanců a za to vše vám patří můj ohromný dík, nejen můj, ale i celého vedení DS včetně všech našich uživatelů. Samostatné poděkování patří 3 našim zaměstnankyním – paní Petře Polgárové, Vendule Košťálové a Vlastě Růžičkové, které v den požáru vykonávaly noční službu, za profesionální a bleskové zvládnutí této děsivé mimořádné situace. Bez jejich správné a rychlé reakce by byly následky požáru nedozírné.

Chtěla bych poděkovat též všem uživatelům, kteří s velkou trpělivostí a tolerancí perfektně zvládli nezbytnou evakuaci. Uživatelům, kteří toho času musí nouzově bydlet v náhradních prostorách, velice děkuji za trpělivost a pochopení.

Škody na majetku se odhadují asi na 5 milionů korun, příčinou požáru je zřejmě elektroinstalace. Za finanční podpory našeho zřizovatele a pojišťovny Kooperativa, a.s. se daří následky požáru postupně likvidovat.



Marie Málková, ředitelka

Každý z nás se bojíme různých katastrof, které nás můžou potkat. Mnohdy nám k vyvolání strachu a obav stačí shlédnutá reportáž v médiích. Říkáme si, snad nás to nikdy nepotká. Naše zařízení to, bohužel, neminulo. Musím říct, že úplně první myšlenka, která nám všem



běžela hlavou, byla ta, aby se hlavně někomu z uživatelů, zaměstnanců i hasičů nic nestalo. V tomto směru jsme měli opravdu veliké štěstí.

Uplynulo jenom pár dní a člověk to hodnotí ze svého úhlu pohledu

s určitým odstupem. Sama za sebe si velmi vážím výborné spolupráce mezi námi všemi. Velmi děkuji za vstřícný přístup našich uživatelů v situaci, která byla pro ně nesmírně náročná. Myslím si, že nejenom já sama si čím dál více uvědomuji, jak bylo důležité včasné rozpoznání požáru. Potvrdili jsme si důležitost požární signalizace v našem zařízení, která zafungovala velmi časně. V každém případě byly nejdůležitější kroky personálu na noční směně. Touto cestou také děkuji paní Petře Polgárové, Vendulce Košťálové a Vlastě Růžičkové za velmi pohotový přístup při organizaci takto mimořádné havarijní situace. Zároveň děkuji všem zaměstnancům, kteří byli při evakuaci nápomocní. Všem stále evakuovaným uživatelům přeji, aby se co nejdříve mohli vrátit do svých pokojů.

I když 1. září je za námi a nejhorší následky požáru jsou již odstraněny, je před námi stále náročné období. Období, které bude plné rekonstrukcí a oprav. Pro toto období mají pro svou práci ztížené podmínky nejrozličnější profese našeho domova a to především kolegyně ze stanice B a ze stanice E. Kolegyně ze stanice B nezajišťovaly pouze náhradní prostory pro své uživatele, ale musely si vytvořit nové podmínky pro svou práci. Což zvládly výborně ve velmi krátkém čase. V tomto náročném období byla znát i podpora kolegyně ze stanice A i ze stanice C. Za to jim všem patří velký dík, který zrovna tak patří i pracovním úklidu, pro které je toto pracovní období nekončícím procesem.

Lenka Doležalová, vedoucí ošetřovatelského úseku

OHLÉDNUTÍ ZA LÉTEM...

Televize na zámku

V srpnu jsme zažili zpestření všedních dnů díky přítomnému štábu České televize, která u nás celý týden pobývala.

Tvůrčí producentská skupina Kamily Zlatuškové připravuje pořad se silným veřejnoprávním posláním. Pět mladých lidí poznává situace spojené s jinými profesemi a životními situacemi ve čtyřech regionech ČR, a také v české vesnici v rumunském Banátu. Jde o prvek nabývání zkušenosti, zjišťování mezí vlastních schopností těchto mladých lidí, kteří budou vždy 5 dní žít na jednom místě. Na vlastní kůži poznávají profese a prostředí, o kterých měli jen mlhavé představy a na základě osobní zkušenosti následně korigují své představy a předsudky.

V případě natáčení v našem Domově šlo o téma stáří, které pro 5 přítomných mladých Pražáků představuje tabu. Nepředstavitelné je pro ně vše, co bude obnášet jejich podzim života. Stejně je jim vzdálená i problematika péče o staré lidi. Zkušenosti, prožité na vlastní kůži v roli pečovatелů po boku zaměstnanců v našem domově, pro ně mohou znamenat zásadní životní poznání. Stejně tak i prostřednictvím tohoto pořadu může být tato důležitá zkušenost předána dál televizním divákům.

Náš Domov pro seniory v Heřmanově Městci producenty oslovil z důvodu, že zřizovatelem je Hlavní město Praha. Všech 5 mladých lidí, věkem mezi 20 a 24 lety, žije v Praze. Zcela určitě je filmově lákavý i náš krásný zámek s parkem.

Naším cílem bylo především natáčením nenarušit klid a důvěru našich uživatelů. Obnášelo to dodržování i všech námi nastavených hranic, včetně samozřejmého nenatáčení těch uživatelů, kteří si natáčení nepřáli. Domnívám se, že týden strávený s mladými lidmi i se štábem ČT byla pro naše uživatele i personál zajímavá zkušenost.

Pořad Slzy a mozoly uvidíme na televizních obrazovkách pravděpodobně v únoru příštího roku.

Marie Málková

V pondělí 4.8. pět mladých lidí, které televize vybrala v konkurzu, společně se štábem, zavítali do našeho Domova. Tito mladí lidé z Prahy, kteří jsou zvyklí na vyšší životní standard, si měli vyzkoušet život v sociálně vyloučené oblasti, nebo obživu tvrdou prací. Tvůrce dokumentu zajímalo, zda se změní jejich pohled na svět a životní priority.

Pětici, společně s natáčecím štábem, uvítala paní ředitelka našeho domova na zámku v pondělí 4.8. kolem desáté hodiny. Společně si prohlédli park a prostory v zámku. Pětice mladých lidí byla odpoledne rozdělena na tři stanice domova, na kterých od úterního rána pracovala společně s personálem jednotlivých stanic.

Na vilu se přesunul Jiří, kterého si vybrala sama vedoucí stanice paní Lášková. Od samého začátku si jej oblíbila nejen ona, ale i uživatelé žijící na vile, stal se pomocníkem personálu a společníkem všech, kteří jej potkali. Svým stále se směřujícím výrazem rozdával kolem sebe pohodu a dobrou náladu. Jak sama paní Lášková přiznává, nejraději by si Jirku na vile nechala natrvalo. Na podkroví si paní Vyskočilová zvolila hned dva pomocníky, budoucího právníka Michala, který se projevil jako velice komunikativní mladík, a usměvavou Yen, která nejen že působí v tomto projektu, účastní se rovněž soutěží krásy, jak v rodném Vietnamu, tak i soutěží světových. Tuto dvojici mohli uživatelé pozorovat při práci například při servírování jídla v jídelně domova.

Na stanici A začal v úterý ráno pracovat tanečník Renáto, jehož si vybrala paní Rosická. Pomáhal při ranní toaletě, podávání snídaně, ale nejvíce jej oslovily aktivity. S uživateli hrál šipky, kuželky, tančil a předcvičoval, byl opravdu ve svém živilu a všichni se bavili. Mírně jsme ho zaskočili druhý den, kdy s paní Homolkovou prováděl desinfekci gramofonů, pod pojmem gramofon si představoval asi něco úplně jiného, ale se svou elegancí vše hravě zvládl. Odpoledne na stanici A nastoupila modelka Nicol, kterou si vybrala paní Šuthová, společně podávali oběd a večeři, prováděli večerní toalety. Druhý den si vyzkoušela manipulaci s hydraulickým zvedákem, koupel a holení. Také si vyzkoušela, jak je obtížné tlačit invalidní vozík v dlouhých šatech.

Ve středu se celý tým se sedmi uživateli zúčastnil výletu do pražské zoo.

Přestože jsme se natáčení obávali, nakonec jsme byli rádi, že jsme poznali spoustu nových příjemných lidí. Tyto čtyři dny nám utekly jak voda, ve čtvrtek odpoledne jsme se všichni rozloučili a možná se někteří z vás uvidí na počátku roku 2015 na obrazkách v jednom z dílů dokumentu České televize.

Společně s p. Láškovou a p. Novotnou napsala Michaela Petržílková

Překvapení, které pro naše seniory připravila ČT Brno

Tímto překvapením byla náhlá nabídka ČT Brno na výlet do pražské ZOO.

K výletu se přihlásilo celkem 8 našich seniorů. Chvíli čekání na náš speciální odvoz jsme si společně zpříjemnili povídáním na nádvoří zámku s mladými účastníky natáčení a štábem. Přijel pro nás zábavný autobus. Většina z nás jsme takový autobus viděli poprvé a pocity

byly různé, příjemné bylo poslouchat hudbu, očekávání z návštěvy ZOO, vyprávění si i občerstvení, které nám podávala obsluha autobusu. Méně příjemné už byla nevolnost z jízdy autobusem (většina to zvládala, jen doprovod to rozdýchal až u oběda). Cestou nám i vysvitlo sluníčko, a protože jsme dorazili v odpoledních hodinách, první cesta vedla do restaurace před ZOO na oběd. Pan produkční myslel na všechno, tedy i na to, abychom neměli hlad. A potom už honem do ZOO a zase další nabídka, která nás jen tak nenapadne. Prohlídka ZOO nám nabízela pohodlí v podobě projížďky vláčkem, letní teploty a tlačence v ZOO bývají unavující a my jsme tohoto byli díky vláčku ušetřeni. Prohlídka šelem nás však z vláčku vylákala do pavilonu. V letních měsících jsou zvířata většinou línější, ale šelmy se nám představili jako nevyzpytatelné. Ještě, že jsou mezi návštěvníky ZOO a šelmami bezpečná tlustá skla. Tygr se postavil na zadní a opřel se o skla, všichni se lekli a hned potom jsme konstatovali jak velké zvíře to ve skutečnosti je a jaký budí respekt. Myslím, že pan režisér získal krásné filmové záběry. Potom mezi opice a ještě několik filmových záběrů u tuleňů. Před odjezdem jsme si pochutnali na zmrzlině a pak už zpátky do Heřmanova Městce. Naši senioři měli možnost se svést autem s označením ČT Brno, tedy jako filmové hvězdy.

Celou ZOO jsme sice neviděli, ale určitě to pro nás byl nezapomenutelný zážitek. Všechny účastníky zájezdu jsme obdivovaly, jak jsou zdatní. Všechna ta překvapení zvládali a podle výrazů ve tváři se vrátili svěží a nadšení.

Jsme rády, že jsme dostaly příležitost změnit jeden pracovní den a mohly jsme prožít jeden den s našimi seniory „JINAK“.

Radka Stybalová a Marie Víšková





Výstava Jaroslava Korečka v Městské galerii Heřmanův Městec

Na začátku července jsme navštívili v heřmanoměstecké galerii výstavu malíře a námořního kapitána, pana Jaroslava Korečka. Jeho krajinomalby jsou inspirovány převážně krajinou železnohorského regionu, protože autor žije a tvoří ve Škrovádu, nedaleko Slatiňan.

Výstava Markéty Adámkové v Galerii Antonína Chittussiho v Ronově nad Doubravou

O měsíc později jsme si udělali výlet do nedalekého Ronova nad Doubravou a zde si prohlédli Galerii Antonína Chittussiho, kde právě probíhala sezónní výstava malířky Markéty Adámkové. Nejen krásné krajinomalby z místa, kde nejraději pobýval a tvořil i slavný malíř Antonín Slavíček, tedy z Kameniček a okolí, ale také malebná zátiší potěšila naše srdce i duše.



Výlet do obory Žleby



Jeden z našich tradičních letních výletů směřoval do zámecké obory ve Žlebech u Čáslavi. Byli jsme nadšeni z krásně upraveného areálu, prohlédli jsme si dravce a další obyvatele ze záchrané stanice handicapovaných zvířat Lipec, obdivovali jsme bílé jeleny, daňky i divoká prasátka v oboře. Výlet jsme zakončili u stánku - občerstvením před zpáteční cestou k dobrému obědu.

Zemědělské technické muzeum – Čáslav Drobovice

Během léta jsme navštívili Muzeum zemědělské techniky Čáslav Drobovice, kde je speciální výstava historické a současné zemědělské techniky – sbírka traktorů, parních strojů,



mlátičky, kombajny, oradla a jiné stroje používané v zemědělství od začátku 20. století. Po zajímavé a zároveň i poučné prohlídce, jsme poseděli v nedaleké cukrárně v Čáslavi.

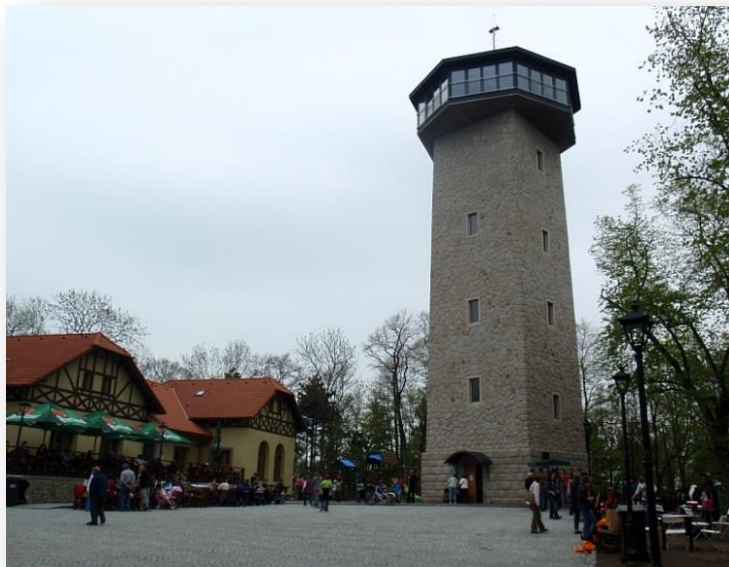
Výlet do Mobilní Mini Zoo Vilémov

Letos jsme poprvé navštívili mobilní mini ZOO ve Vilémově, kde jsme viděli domácí i exotická zvířata. K vidění bylo nespočet druhů drůbeže, pštros Nandu, kozy, psi, kočky atd. Největší ohlas však měla mývalí slečna Viky a skunk Pixí, kteří se starali o naši zábavu. Dále jsme viděli papouška Aru araraunu, agamu, hroznýšovce, ježka bělobřichého a spoustu dalších zvířat, které jsme si mohli vzít do ruky nebo pohládit. Byl to nevšední zážitek, který stojí za to prožít znovu.



Rozhledna Kaňk v Kutné Hoře

Tato krátce zrekonstruovaná rozhledna je výjimečná v tom, že pro její zdolání můžete použít výtah. Ten vás vyveze na 30 m vysokou prosklenou vyhlídku, kde při kávě či dortíku můžete vychutnávat pohledy na krásné město Kutnou Horu. Dole pod rozhlednou je restaurace, kde se můžete také občerstvit. Tento výlet je velice zajímavý a na rozhlednu se krásně dostane i člověk, který je na vozíku či není fyzicky zdatný.



Hrad Lichnice

První výlet o letních prázdninách jsme zahájili hradem Lichnice, který je majetkem města Třemošnice. Počasí se ten den mimořádně vydařilo. Výstup od parkoviště na hrad byl vyloženě pro zdatné. Zřícenina hradu stojí na skalnatém návrší (480 m n.m.) nad Třemošnicí. I přesto všichni kopec zdárně zdolali a za odměnu nás čekal překrásný výhled do kraje. Vyslechli jsme od paní kastelánky výklad o historii hradu, návštěvu muzea a někteří si

vyrazili minci na památku. Na Lichnici jsme společně strávili příjemné dopoledne a vrátili se plni zážitků a dojmů.

Návštěva Heřmanoměstecké pouti

V pondělí 25. srpna jsme se vydali podívat na Bartolomějskou pouť v místní Bažantnici. Cestu jsme zvolili parkem, je sice delší, ale krásnější. Prohlédli jsme si mnoho pouťových atrakcí a poseděli u kávy a něčeho sladkého. Nechyběl ani nákup tradičních cukrovinek, jako jsou perníková srdíčka, turecký med, kokosové suky a další dobroty.

Po návratu na zámek nás čekal posvícenský oběd – pečená kachna, červené zelí, houskový knedlík a pivo.

Škoda, že takový den je jen jednou v roce.



Anketa Srdce na dlani



Ve čtvrtek 21. srpna 2014 se v našem Domově konal již 8. ročník ankety Srdce na dlani, kterou každoročně vyhlašuje Centrum sociálních služeb Praha. Slavnostnímu odpoledni vždy předchází vyplňování anketních lístků od vás, uživatelů. Ani letos tomu nebylo jinak. Někteří jste si anketní lístky vyplnili a odevzdali sami, ostatní navštívily dvě dobrovolnice a dle potřeby vám byly nápomocny. Sešlo se více

než 80 vyplněných anketních lístků a zde jsou ty, které od vás získaly nejvíce hlasů za pomyslné srdce na dlani:

Paní Michaela Petržílková - Stanice A

Paní Ivana Koberová - Stanice B

Paní Jana Darsová - Stanice C

Paní Dana Lášková - Stanice D

Paní Daniela Čechová - Stanice E



Oceněné pracovnice obdržely pamětní listy, květiny, jmenovky s logem Srdce na dlani a v našich dílnách vyrobený košíček ve tvaru srdce a keramický hrneček zdobený rovněž srdíčkem. Dárčky z dílen předávali členové výboru uživatelů s nesmírnou vážností a úctou.

Již tradičně tuto akci zahájila paní ředitelka Marie Málková a spolu s panem Jožkou Zemanem se dělili o moderování. Součástí slavnostního vyhlášení bylo i vylosování tří pracovníků, které pojedou na slavnostní předávání do Prahy. Jsou to tyto pracovníce:

Paní Jana Darsová	- Stanice C	
Paní Dana Lášková	- Stanice D	
Paní Daniela Čechová	- Stanice E	Blahopřejeme!

Součástí tohoto odpoledne byl i pestrý kulturní program. Nejdříve taneční vystoupení našich uživatelů a zaměstnanců pod názvem „Mrazík“ a následně pak vystoupení pěveckého sboru rovněž v podání uživatelů a zaměstnanců našeho Domova. Jako host vystoupil pan Jiří Helekal, jehož temperament byl obdivuhodný. Přiznal svůj věk 68 let, což na jeho vystoupení znát určitě nebylo.

Závěrem mi dovoluji poděkovat všem, kteří se podíleli na přípravě této akce, kulturních vystoupení a slavnostním průběhu. Podle ohlasů vás, uživatelů, to bylo velmi krásné odpoledne a každý si mohl odnést svůj nejhezčí zážitek.

Za aktivizace Hanka Zítová, Veronika Kumperová, Lenka Pumerová, Mirka Bečková, Alena Tučková, Veronika Vodičková

Podzimní komunální volby se uskuteční v pátek 10. a v sobotu 11. října 2014.

Do komunálních voleb v Heřmanově Městci vstupují hned tři nová volební seskupení, která se o přízeň voličů ucházejí poprvé. Jsou to – občanské sdružení Heřmani, sdružení občanů Živé město Heřmanův Městec a občanské sdružení Spolek Herout. Rovněž budete moci volit i zástupce či strany z minulých období známé - ODS, ČSSD a KDU-ČSL.

Na kandidátních listinách Heřmanů, Živého města a Spolku Herout naleznete známé osobnosti z Heřmanova Městce, např. ředitele podniků, ekonomického ředitele, majitele úspěšných firem, živnostníky, manažery a odborníky z nejrůznějších profesí.

Volit v našem Domově budeme tak, jak jsme zvyklí. Kdo si dojde, může volit ve volební místnosti Hasičské zbrojnice. Ostatní budou volit přímo v Domově, v salóňku. Čas se včas dozvíte. Volební lístky také obdržíte v předstihu, abyste měli možnost si je přečíst a rozmyslet si, komu svůj hlas dáte.

Eva Merclová

...A NA CO SE MŮŽEME TĚŠIT?

JAK BUDOU PROBÍHAT AKTIVITY?

Od září 2014 máme některá omezení používaných prostor pro aktivity z důvodu rekonstrukce po požáru. Probíhat beze změn bude především provoz obou dílen, kam můžete docházet podle programu, jak jste zvyklí. Salónek se také uvolnil, budeme tedy pokračovat např. s cvičením každý den od 10,30 hod., kuželky a další. Aktivity v kanceláři probíhají stále a pouze jediná změna se týká Besedy. Beseda musí prozatím sloužit jako pokoj pro naše uživatele. Proto aktivity z Besedy přesuneme do salónku či jiných prostor. Těšíme se na vás.

Veronika Kumperová

ROTOPEDTOURS A PĚŠKOTOURS



1. – 31. října 2014
na rotopedu
nebo pěšky
za zdravím

Rotopedtours
a
Pěškotours

NÁRODNÍ SÍŤ PODPORY ZDRAVÍ, z.s.

VYHLAŠUJE

8. ročník
Rotopedtours

5. ročník
Pěškotours

Přivítejte podzim aktivním pohybem!

Vítězem je každý účastník – zlepší se mu kondice a zjistí, že věk nerozhoduje, když chce něco udělat pro své zdraví!

- každý ujede nebo ujede to, co zvládne – každý metr je úspěchem
- ujetou nebo nachozenou vzdálenost si účastník zaznamenává sám
- své výsledky sdělí organizátorům v domově seniorů, krajským lektorům nebo zašle na web www.nspz.cz
- ujeté a nachozené vzdálenosti budou do 10. 11. 2014 sečteny a zveřejněny na webových stránkách Nadace Taťány Kuchařové (www.krasapomoci.cz) a Národní síti podpory zdraví (www.nspz.cz)

Národní síť podpory zdraví a Nadace Taťány Kuchařové Krása pomoci vyhlásilo v měsíci říjnu 2014 8. ročník Rotopedtours a 5. ročník Pěškotours. Cílem tohoto celorepublikového projektu je povzbudit a přitažlivou formou motivovat seniory ke zvyšování jejich pohybové aktivity a tím podpořit zdraví a kondičku. A také společně symbolicky překonat délku rovníku (40 tis. kilometrů). Každý ujede nebo ujede to, co zvládne – každý metr je úspěchem. Tato akce nemá soutěžní charakter. Vždyť pro někoho, kdo potřebuje k pohybu chodítka, vozík nebo berle je překonáním několika metrů stejně těžký výkon jako pro někoho jiného ujít několik kilometrů. Každý účastník je tedy vítězem. Proto věřím, že se rádi připojíte a náš Domov pro



seniory se zúčastní této zajímavé akce.

Obracím se tedy na vás, pokud budete mít zájem v měsíci říjnu se k nám připojit a zkusit našlapat na motomeđu nějaký ten kilometr, budu velice ráda. Prosím zájemce, aby se hlásili v měsíci září u mě na rehabilitaci. Ráda vám poskytnu veškeré potřebné informace.

Lenka Pumerová

PLÁNOVANÉ AKCE DOMOVA NA ZÁŘÍ, ŘÍJEN 2014

Středa 17.9.2014 - Schůze uživatelů v jídelně od 9,30 hodin

Středa 17.9.2014 - Výlet do Třemošnice na výstavu od 12,30 hodin

Pátek 19.9. 2014 –Zahájení kurzu Trénování paměti od 9 00 v salonku

Pátek 19.9.2014 – Výlet na Babí léto na Konopáči od 13,30 hodin

Úterý 23.9.2014 – Úvodní povídání k soutěži Rotopedtours v salonku ve 14 hodin

Čtvrtek 25.9.2014 – Hudební vystoupení p .Víznera v Rytířském sále

Úterý 30.9.2014- Létofuč u ohniště – rozloučení s létem od 14,30 hodin

Čtvrtek 2.10.2014 – Sportovní hry v DS Malešice

Středa 8.10.2014 – Vyhlášení soutěže Zlaté listy od 13 hodin v Rytířském sále

Středa, čtvrtek 8.10.- 9.10.2014 – Den otevřených dveří DS v rámci Týdne sociálních služeb

Pátek 10.10.2014 – Divadlo Pardubice – Lháři

Počítačový kurz

V měsíci září se opět rozjíždějí další kurzy práce na počítači s panem Ing. Mannem. Pokud jste kurzy ještě nenavštěvovali, ale máte zájem, hlaste se v kanceláři aktivit nebo sociálních pracovníků.

Klára Čížková

Soutěž Zlaté listy

1.ročník celorepublikové soutěže

Jak jsme vás již informovali, náš Domov se stal vyhlášovatelem celorepublikové soutěže

o nej... časopis roku 2013. Rádi bychom vás tímto informovali o průběhu soutěže.



Zlaté listy 2013

Do soutěže se přihlásilo celkem 31 časopisů. Náš časopis v průběhu soutěže odstoupil. Ve skupině A (do šesti výtisků za rok) se účastnilo 18 časopisů, ve skupině B (nad šest výtisků za rok) 12 časopisů. Do užšího kola postoupilo ze skupiny A 6 časopisů, ze skupiny B 4 časopisy.

Ve čtvrtek 3.9.2014 se sešla v našem domově odborná porota, která z postupujících časopisů určila vítěze ve skupině A a B, posoudila rovněž všechny přihlášené časopisy a vybrala časopis s nejlepší titulní stranou. Rovněž byla udělena cena poroty a časopis, který získal celkově největší počet bodů, získal hlavní cenu Zlaté listy roku 2013. Oceněné tedy již známe. Dne 8.10.2014 proběhne v Rytířském sále našeho Domova slavnostní vyhlášení výsledků a předání cen.

Eva Merclová

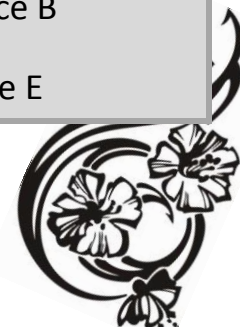
Koho jsme přivítali...

pana Františka Šlapáka – stanice B
paní Věru Tameovou – stanice B
paní Janu Kaválkovou – stanice B
paní Hanu Skálovou – stanice C
pana Karla Poláka – stanice E
paní Bělušku Teklovou – stanice C
paní Libuši Markovou – stanice E
paní Marii Kavalovou – stanice B

... s kým jsme se rozloučili

paní Věrou Faltovou – stanice C
paní Marii Studničnou – stanice B
paní Máriou Černou – stanice C
panem Vladimírem Sojkou – stanice C
panem Jaroslavem Urbanem – stanice E
paní Jaroslavou Feřtekovou – stanice C
paní Jiřinou Brázdovou – stanice B
paní Věrou Chválovou – stanice E

Do soukromí odešel – pan Alexandr Kliment – stanice E



SAMI SOBĚ

Knihovna Eduarda Petišky a Město Brandýs nad Labem – Stará Boleslav vypsalí letos na jaře literární soutěž Polabská vrba. Z našich uživatelů se soutěže zúčastnil pan Josef Fabián cyklem čtyř svých životních příběhů. Měl se svým příspěvkem velký úspěch, porota mu udělila Cenu za literární tvorbu. Děkujeme tímto panu Fabiánovi za reprezentaci našeho Domova.

Josef Fabián - Vyšehradští jezdci

Krvavá padesátá léta...bylo mi patnáct let, když jsem je všechny poznal, protože jsem na Vyšehradě žil a bydlel hned vedle Jedličkova ústavu. Byla to parta velice dobrých boxerů, protřelí rváči, ale skoro všichni měli středoškolské vzdělání. Nebáli se však používat i nože. „Kozina“, jejich vůdce, ovládal celou partu svým zjevem. Mladý muž s velice krásnou, skoro až dívčí tváří, ale s očima, ze kterých šel strach. „Petrák“ byl Kozinovým bodyguardem, byl to dvoumetrový silák, známý boxer, který by dokázal pěstí srazit snad i býka. „Slizoun“ byl nehezký, podřobaný po neštovicích, ale uměl dokonale „pracovat“ s nožem. „Vztekloun“ byl také vynikajícím boxerem, ten se ale vztekal, i když se smál. „Limba“ byl dvoumetrový, vyzáblý boxer s klátivou chůzí, vyhlášený pouliční rváč, ale – světe, div se! - s velice laskavými očima i laskavým jednáním. A konečně „Šilhavý Tony“, prcek s jidášským úsměvem, šilhal, jedním okem se díval do země, druhým do nebe, byl to vynikající falešný hráč karet, který svým uměním vydělával peníze pro celou partu. Byla to nejlepší a nejsilnější parta v Praze, pod neustálým dohledem „esenbáků“, kteří s nimi manipulovali takovým způsobem, že je nechali, aby zlikvidovali všechny ostatní party – v Grebovce, Stromovce, Letenských sadech..., protože oni sami by to nedokázali. A když se tak stalo, pochytili je, odsoudili, všichni dostali osm let natvrdo v pankráckém a ruzyňském kriminále. Tak skončila jejich sláva.

Přišel rok 1970, bylo mi třicet let. Zatáhl jsem večer autobus do vozovny, vykoupal se a šel na pivo do restaurace U Jaurisů. To už jsem nebyl patnáctiletý kluk, ale chlap jako hora, dlouholetý zápasník, boxer a vzpěrač. Vešel jsem do hospody, dal si pivo a najednou na mne někdo zavolal: „Medvěde, pojď si k nám sednout.“ Byl to Petrák s Kozinou, se Vzteklounem a se Šilhavým Tonym, zbytek Vyšehradských jezdců, ostatní se dostali do Kanady. Sedl jsem si a pili jsme. Pojednou Kozina řekl: „Bože, já bych se tak rád dneska někde rozšoupnul, ale moje finance mi na to nestačí“. My ostatní jsme posléze usoudili, že naše také ne. V tom vyskočil Šilhavý Tony a s křiváckým úsměvem řekl: „Pánové, já prachy mám a tímto vás všechny zvu.“ Zajásali jsme a za velkého hlomozu vyrazili pěšky z Michle až na „Tylák“ a usadili se ve vinárně Narcis, která nebyla příliš vyhledávána slušnými lidmi. Tony se začal předvádět. Talíře s bifteky putovaly okamžitě na stůl, vzápětí stůl zaplnily i láhve vína,

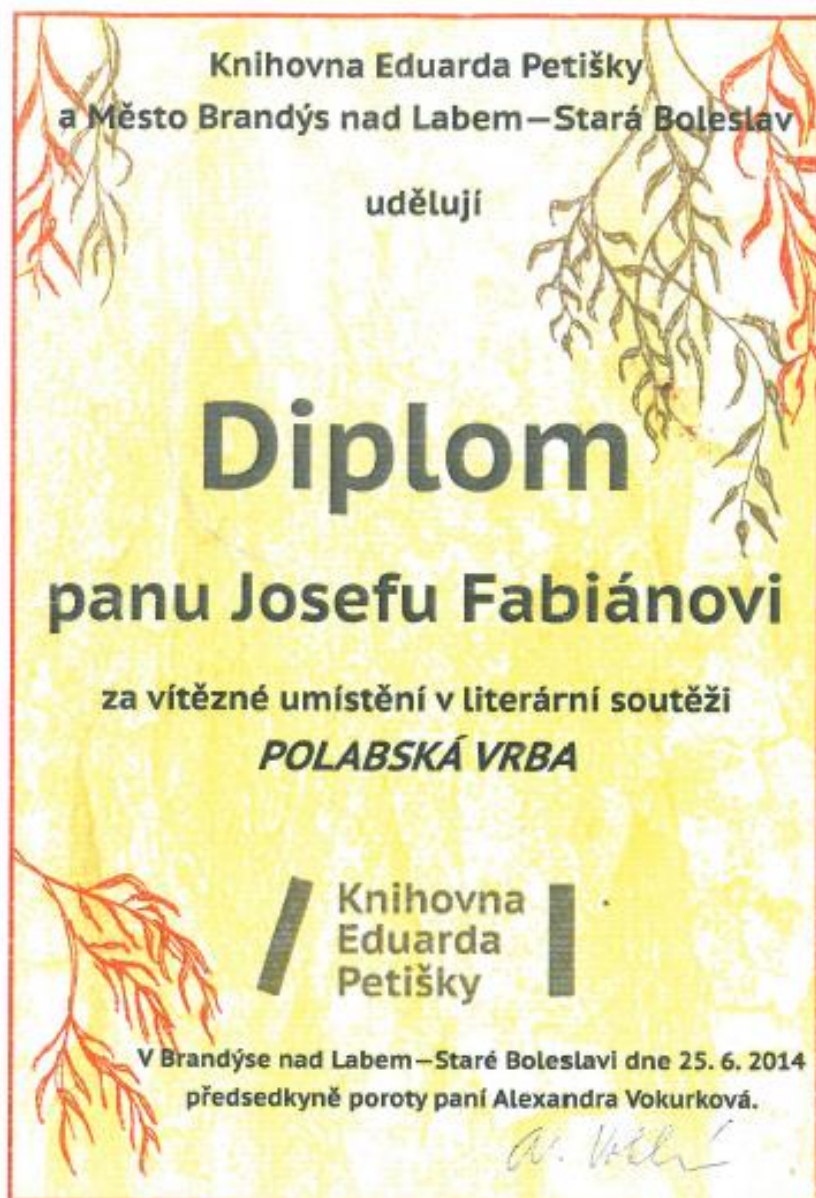
červeného i bílého se spoustou slaných loupaných mandlí. Pili jsme, tancovali, netrvalo dlouho a každý z nás měl u stolu i pěknou holku. Tony se snažil okouzlit „Hraběnkou“, pražskou legendu. Byla to asi devadesátiletá stařena, která ale zásluhou makeupů a oblečení vypadala ještě o padesát let mladší. Kozina ohromil svým artistickým výkonem - salty na stole, přeplněném skleničkami a lahvemi, aniž by cokoliv rozlil nebo rozbil.

Každá „báječná zábava“ má i svůj konec. Ta naše v půl čtvrté ráno a kasírovalo se. Tony si zavolal číšníka a požádal ještě o láhev rumu. „Tu vypijeme jen sami dva, šéfe.“ A také to tak

dopadlo. Potom Tony vstal a řekl číšníkovi: „Šéfe, zavolejte „esebáky“, protože já nemám u sebe ani korunu.“ „Esebáky“ nikdo nezavolal, ale museli jsme tam všichni nechat naše občanky a druhý den to přijít zaplatit. Všichni jsme tehdy museli sáhnout hluboko do kapes, složit se na útratu a dojít to uhradit. Všichni, jen Tony ne, ten se pobavil úplně zadarmo. Stal se žijící legendou, smál se nám tak, že jsem si myslel, že se mu ty jeho oči úplně srovnají.

Co ještě dodat? Kozina a Vztekoun pracovali v michelské plynárně, Slizoun a Limba se dostali do Kanady. Petrák rozvážel uhlí a kdykoliv jsem potřeboval, okamžitě mi přivezl nádherné čisté brikety bez mouru. Šilhavý Tony se oženil, budete se divit, s krásnou ženou, usadil se ve Štěchovicích a když jsem ho naposled viděl, tlačil před sebou láskyplně a důležitě kočárek

se svým potomkem. No a já jsem po smrti své ženy odešel na dvacet let z Prahy. Život šel dál jako by se nic nestalo a tak je to přece správné.



PRO CHYTRÉ HLAVY

Test na trénování koncentrace – snažte se pouze svými očima najít věc, kterou zajíc ulovil.

