

DOMOV  
PRO  
SENIORY

PRAHA  
PRAGA  
PRAG

# U NÁS DOMA

Ročník XXX číslo 4 duben/2024 [www.domov-hm.cz](http://www.domov-hm.cz)

HEŘMANŮV MĚSTEC



Hezké svátky jara



Časopis Domova pro seniory Heřmanův Městec, zřizovatel Hlavní město Praha

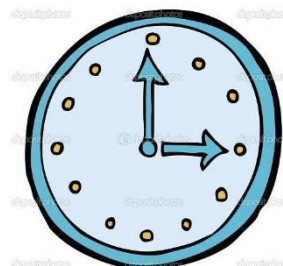
# Obsah

Slovo na úvod.....	2
Informace z domova.....	4
Probíhající kácení stromů v parku .....	4
Schodišťová plošina .....	4
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku.....	5
Stanice A – Historie obrazu .....	5
Stanice B – Filipojakubská noc .....	6
Stanice C – Láska ke kaktusům.....	7
Stanice D – Viola vonná, lidově zvaná fialka .....	8
Stanice E – Přírodní lékárna .....	8
Informace z aktivizačního úseku .....	10
Oslava MDŽ .....	10
Malešický mozek .....	10
Podzimní a zimní kavárničky .....	10
Velikonoční jarmark .....	11
Dětem .....	12
Velikonoční výstava .....	14
... a na co se můžete těšit? .....	14



## Změna času

I v roce 2024 nás stejně jako každé jaro čeká posun času o jednu hodinu. V neděli **31. března** se mění čas na letní. Hodiny posunete o hodinu vpřed ze 2:00 na 3:00 hodiny. **Tak nezapomeňte!**



## Slovo na úvod



Milí čtenáři, duben je pro mě měsícem radostným a veselým, slunce už nás trochu zahřeje, všechny práce na zahrádce i v rámci domova jsou započaty a pořád se něco děje. A tak to mám ráda. První dubnový den je nazýván Aprílem a letos na 1. duben připadlo také Velikonoční pondělí. Věřím, že velikonoční svátky si naši čtenáři prožijí v poklidu a v míru.

Ráda bych však zmínila jiné datum, a to 18. duben, kdy se již od roku 1984 slaví z rozhodnutí UNESCO Mezinárodní den památek a sídel. V současnosti je v Ústředním seznamu kulturních památek zapsáno přes 300 rejstříkových čísel **národních kulturních památek** od těch nejstarších (archeologické naleziště Dolní Věstonice) přes památky středověké (Karlův most, Anežský klášter, hrad Pernštejn) a novověké (například zámek Opočno nebo vila Tugendhat v Brně) až po památky z konce 20. století (hotel a televizní vysílač na Ještědu). V České republice je dále na 40 tisíc **nemovitých kulturních památek** a čtyři desítky památkových rezervací a zón. Jedná se o stavby, pozemky a další historická cenná díla spojená pevným základem se zemí. Vedle hradů, zámků a tvrzí to jsou také kostely, kláštery, kaple, fary, městské domy a paláce, venkovská lidová architektura, technické a průmyslové stavby, divadla, muzea, morové sloupy, křížky, boží muka apod. Za kulturní památky prohlašuje ministerstvo kultury nemovité a movité věci nebo jejich soubory, jež jsou významným dokladem historického vývoje, životního způsobu a prostředí společnosti od nejstarších dob do současnosti. Kulturní památky jsou hodnotná díla a jejich zachování je v zájmu nás všech. Proto jsou ze zákona chráněny systémem státní památkové péče. Pro vlastníka to může znamenat některá omezení, v důsledku to však pomůže zachovat na jeho majetku to nejhodnotnější. Tato ochrana se týká i **našeho zámku a zámeckého parku, správně řečeno zámecké zahrady**. Památková ochrana je na tomto místě ustanovena od 3. května 1958. Dnešní zámek byl původně panským sídlem, a až od roku 1952 jsou zde sociální služby pro seniory. Zámek byl v nynější podobě zřízen roku 1784 Janem Václavem Šporkem, jedná se tedy o pozdně barokní stavbu s novogotickou věží z roku 1850, která byla později upravena. Od roku 2012 máme nastavenou kontrolu památkové péče také nad většinou původního mobiliáře v rámci **movité kulturní památky**. Jedná se například o naše lustry, obrazy, židle či krásné truhly a komody. Toto vše je potřeba neustále chránit a zachovávat pro další generace. V rámci sociálních služeb je to velmi obtížné a naši senioři i zaměstnanci ví, že často jednáme se zástupci Územního odborného pracoviště Národního památkového ústavu v Pardubicích, který se zabývá ochranou a poskytuje poradenství i metodickou pomoc a při přípravě a provádění udržovacích prací, rekonstrukcí, restaurování kulturních památek zajišťuje odborný dohled. Aktuálně se s nimi v domově budeme setkávat v rámci restaurování Rytířského sálu, na který se již moc

těšíme. V našem domově bylo i za mých předchůdců přistupováno k památkám s velikou pokorou a snahou o adekvátní péči, a to i přes velmi obtížné skloubení sociální služby a zachování tradic. I já sama se snažím v tomto duchu pokračovat a velice si vážím podpory a pomoci všech zaměstnanců památkového ústavu. Jejich znalosti historie a dalších souvislostí jsou velmi rozsáhlé a je radost je poslouchat. Samozřejmě máme někdy i rozdílné názory, ale oceňuji i jejich pochopení pro naše využití. Doufám, že i v dalších letech nám bude vzájemná spolupráce ku prospěchu. Já si sama za sebe velmi přeji, aby hodnoty, o které zde pečujeme, byly zachovány nejen pro naše vnoučata, ale i pro další a další generace. Je pro mne velikým závazkem a zároveň i morální povinností naplňovat legislativní ustanovení, které si dovoluji na závěr ocitovat ze Zákona o státní památkové péči: „*Vlastník*



*kulturní památky je povinen na vlastní náklad pečovat o její zachování, udržovat ji v dobrém stavu a chránit ji před ohrožením, poškozením, znehodnocením nebo odcizením. Kulturní památku je povinen užívat pouze způsobem, který odpovídá jejímu kulturně politickému významu, památkové hodnotě a technickému stavu. Je-li kulturní památka ve společenském vlastnictví, je povinností organizace, která kulturní památku spravuje nebo ji užívá nebo ji má ve vlastnictví, a jejího nadřízeného orgánu vytvářet pro plnění uvedených povinností všechny potřebné předpoklady.“*

Proto vnímám Mezinárodní den památek a sídel jako důležitý den, kdy si více uvědomíme, že prostředí okolo nás se neustále mění, mnoho věcí se bortí a je dobře, když nám alespoň nějaké tradice zůstanou. Snad jsem naše čtenáře neunavila tímto stručným popisem, jak to vlastně s tou naší památkou je. Pokud by měl někdo zájem o hlubší vysvětlení, jsem k dispozici. Ale v první řadě jsem tu k dispozici pro naše seniory a zaměstnance, které také kdykoli uvítám s jakýmkoli dotazem či prosbou. Těším se na další společnou práci a na každý nový den. I všem čtenářům přeji vydařené jarní dny.

Klára Husáková, ředitelka

# Informace z domova

## Probíhající kácení stromů v parku

Rádi bychom vás informovali o probíhajícím kácení v zámeckém parku. Z důvodu velkého množství rizikových stromů jsme nuceni přistoupit k postupnému kácení stromů v areálu. Radost nám to nedělá, ale chceme tak zajistit provozní bezpečnost pro návštěvníky v parku. Vše probíhá v souladu s rozhodnutími a konzultacemi se zainteresovanými úřady a na základě platných povolení. Vzhledem k tomu, že jsme na území s více stupni ochrany (přírodní a kulturní památka, evropsky významná lokalita), má kácení trochu jiné limity a mnohdy, pro neobdobnou veřejnost, neobvyklé postupy. Jedním z takových příkladů může být termín kácení, který je s ohledem na netopýry doporučen na období 15.3.-15.4.2024. Dalším takovým případem je ponechávání torz a ležících kmenů pro chráněný dřevokazný hmyz, který se zde nalézá (páchník). Tato opatření děláme mimo hlavní pohledové osy parku.

V této vlně kácení se bude nejvíce kácet podél západní zdi. Nebezpečná choroba nekróza jasanu již způsobila natolik masivní prosychání jasanů, že je bohužel musíme skácet a hodně špatně na tom jsou i některé javory. Věřte prosím, že kácíme jen nezbytně nutné stromy, kterých je bohužel i tak v parku dost a chceme navrátit celý areál do dobré kondice a bezpečný pro návštěvníky. Prosíme vás o zvýšené dodržování bezpečnosti s ohledem na prováděné arboristické práce, které nám zajišťuje odborná firma.

Jana Škrhová

## Schodišťová plošina

Hned na počátku roku jsme se pustili do práce, která se týká plánování a realizace různých rekonstrukcí, oprav, ale třeba i výměn již opotřebovaného majetku, který je důležitý pro poskytování kvalitní sociální služby a pro vaše pohodlí a bezpečí. Takovým majetkem je nová elektrická plošina k přepravě osob přes schodiště. U nás se jedná o plošinu umístěnou na stanici E. Tato nová plošina je již nainstalována a uvedena do provozu. Přeji vám hodně hezkých jarních dnů a hodně zdraví.

Radka Stybalová



# Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku



## Áčko

### Historie obrazu

Vždy, když vejdu do pokoje paní Jaroslavy, podívám se na obraz, který zdobí stěnu nad lůžkem. Protože mám také ráda umění, zajímá mě, kdo obraz maloval. Autorem obrazu je Gustav Macoun, český malíř a krajinář. Narodil se v roce 1889 v Praze v chudé rodině ševce Augustina Macouna, malířské nadání se u něho projevovalo již v dětství. Absolvoval studium na pražské malířské akademii. Většinu života bydlel v Praze s manželkou Jiřinou, která byla baletní umělkyně. Byl následovníkem slavného malíře Antonína Slavíčka. Témata pro svá díla čerpal v Českém Ráji, na Šumavě, v Českomoravské vrchovině. Na Vysočině vlastnil roubenou chalupu, kde také čerpal náměty pro svoji uměleckou tvorbu. Ve svém krátkém životě stačil namalovat mnoho krásných obrazů. Tento obraz, na kterém je namalována cesta vedoucí k vesnickým domkům a stromořadí, si manželovi rodiče koupili v Praze v Holešovicích na výstavních trzích. Přijmu pozvání na návštěvu k paní Jaroslavě, v pěkně uklizeném pokoji popíjím kávu, kterou mě paní Jaroslava uvařila a poslouchám zajímavé vyprávění...



Budoucí manžel Jaroslav – měli jsme stejná jména, pocházel z Nymburka, jako já. Byl jediným synem svých rodičů, kteří svůj sňatek uzavřeli v pozdějším věku. Maminka sloužila v pekařské dílně, otec měl průmyslovou školu a otcovi rodiče, jak už dříve bývalo, za svého života svatbě bránili. Jaroslav byl o dva roky starší, měli jsme stejné záliby i názory na život. Seznámili jsme se v tanečních v Nymburce. Já jsem tenkrát studovala Pedagogickou školu v Litoměřicích, Jaroslav se vyučil nástrojářem. Nechtěl zůstat pozadu a začal také studovat. Po maturitě nastoupil do Prahy na geologickou a geografickou školu, po úspěšných letech studia se mu podařilo získat dva doktoráty. Moje první místo po ukončení školy bylo daleko od domova, v Košťanech na Teplicku. V sobotu jsem vždy přijela domů a v neděli mě Jaroslav vozil do Košťan, kde jsem bydlela v podnájmu. V této škole jsem učila tři roky. Poté jsem dostala místo na malotřídce blízko Nymburka. Tam jsem učila také tři roky. Když jsme se s Jaroslavem vzali, bydleli jsme v mém rodném domě v Nymburce. Na svět

jsme uvítali naši dceru Sašu. Později jsme dostali nabídku družstevního bytu v Praze, tento byt jsme odkoupili do osobního vlastnictví. Když krátce po sobě zemřeli manželovi rodiče, vyklízeli jsme jejich byt. Tento obraz od malíře Macouna jsme si vzali na památku. Dnes mám obraz zde ve svém pokoji. Když se na něj zadívám, připomene mi mého manžela, více než padesát let spokojeného manželství, které jsme spolu prožili, a naši drahou dceru, které osud nedopřál stálého zdraví – zemřela v nedožitých šedesáti letech. Obraz je nejen mistrovsky namalovaný, ale i vzácný. Vzácný tím, že byl v našem bytě a sdílel s námi vše krásné i smutné, co život přináší.

Podle vyprávění paní z našeho domova Vlasta Růžičková

## Béčko

### Filipojakubská noc



Pálení čarodějnic, nebo také Filipojakubská noc, je poslední noc z 30. dubna na 1. května. Filipojakubská či Valpuržina noc představuje v lidových zvycích důležitou dobu večera a noci před prvním květnem, spojenou s magickými úkony a rituály na ochranu dobytka a úrody. Váže se k ní také zvyk „pálení čarodějnic“, ten se však začal v českých zemích šířit až v polovině 19. století. A hned byl také zakazován. Pálení ohňů o Filipojakubské noci se nicméně začalo přece jenom rozmáhat a koncem 19. století bylo již rozšířené po celých Čechách a na západní a střední Moravě. Východněji se udržel zvyk zapalovat ohně spíše až o Svatojánské noci.

A kde vlastně tradice "pálení čarodějnic" vznikla? Podle lidové víry získávají čarodějnice a zlé kouzelnice noc před svátkem svatého Filipa a Jakuba zvláštní moc. Přilétají na košťatech na své slety na kopcích a křižovatkách, škodí dobytku, vycházejí na cizí pole a kravám odebírají mléko. Skutečné historické tradice se tak po staletí soustředily spíš než na oheň na zabezpečování statků různými „magickými úkony“, aby do něj čarodějnice nemohly. Prahy se pokrývaly čerstvou travou, jejíž stébla musely údajně čarodějnice spočítat, a teprve pak mohly dál, věřilo se také na vykrápění domů a chlévů svěcenou vodou a na pokládání svěcených předmětů (kočiček, křídly, vody) na místa, kudy by „zlá moc“ mohla proniknout do stavení (kromě prahů třeba k oknům nebo ke krbu). Zvyk se ovšem dočkal během uplynulých 150ti let také celé řady zákazů. Po svém vzniku v polovině 19. století byl odsuzován jako pověrečná praktika a za druhé světové války se nesměl konat kvůli nočnímu zatemnění. V letech reálného socialismu zase panovala velmi silná tendence přizpůsobit lidové zvyky komunistickému výkladu dějin, což se dotklo více tradic a obyčejů, například svatomartinské průvody se změnily na lampiónové pochody k oslavě „Říjnové revoluce“ a pálení čarodějnic

zase na „vatry míru“. Nové obliby a všeobecného rozšíření tak doznalo „pálení čarodějnic“ až v pozdním 20. století. Funkce obyčejně je dnes ale jiná než v obrozenecké tradici. Nejde už o symbolickou obranu před zlou mocí, ale spíše o společně trávený čas a zábavnou atrakci spojenou s občerstvením, při níž se scházejí dospělí i děti. Dříve oblíbené metání košťat do vzduchu ustoupilo v současnosti výrazně do pozadí, možná také proto, že pro naše předky představovalo velice zajímavý světelný efekt, který dnes ale hravě nahrazuje zábavní pyrotechnika. Navíc už nejsou příliš běžná proutěná košťata, jež při něm představovala základní rekvizitu. Na mnoha místech naopak přibýly maškarní soutěže o nejoriginálnější nebo nejhezčí či naopak nejstrašidelnější čarodějnicí.

Také v současnosti se však dočkalo pálení čarodějnic občas zákazu, a to zejména kvůli suchu panujícím v několika předchozích letech a z toho plynoucí hrozby požáru. Pokud se ale může uskutečnit, představuje většinou příjemnou sousedskou zábavu v trochu zvláštní, ale milé atmosféře.

Jana Kubů

## Céčko

## LÁSKA KE KAKTUSŮM

Paní Helenka nastoupila do domova teprve nedávno. Má velmi ráda veškeré květiny, o které se doma s láskou starala.

I zde se snaží mít pokojíček dle možností „květinový“ a pokračuje alespoň částečně ve svém koníčku, kterým je pěstování kaktusů. Některé si přivezla z domu, další si dokoupila až zde. Kaktusy jí každé ráno dělají radost, povídá si o nich s personálem a s klíčovou pracovnící se připravuje na jejich přesazení, nakupují substrát a květináčky.

Dle historie se k nám do Evropy kaktusy dostaly až po objevení Ameriky Kryštofem Kolumbem. Ovšem teprve v druhé polovině 17. století se začaly zakládat a více rozšiřovat soukromé sbírky, především u šlechtických sídel nebo jako v Anglii v prvních botanických zahradách podporovaných Královskou společností.

V současné době se pěstování kaktusů věnuje mnoho nadšených pěstitelů a jsou i různé kluby a spolky kaktusářů.

Přejeme si s paní Helenkou, aby se v novém prostředí dařilo dobře nejen jí, ale i jejím kaktusům.

Jitka Peštová





# Děčko

## Violka vonná, lidově zvaná fialka

Fialka vonná je drobná rostlinka, která patří k prvním poslům jara. Navíc se jedná o účinnou léčivku, která dříve měla i široké kuchyňské využití.

Jde o vytrvalou rostlinu s nápadnými, vždy příjemně vonícími květy. Roste v křovinách, na mezích a ve světlých lesích. Rostliny rostoucí ve stínu mají tmavší květy a jsou voňavější. U nás roste asi 30 druhů fialek a na celém světě asi 400 druhů.

Fialka kvete především na jaře. Jak napovídá sám název, květy jsou vesměs tmavě fialové, přičemž disponují intenzivní vůní. Plodem je tobolka.

### Užití

- Fialka se používá na úlevu při kašli (při ředění hlenu při černém kašli, bronchiálních katarrech, silném zahlenění dýchacích cest) a chrapotu.
- Uplatňuje se také jako močopudný prostředek a při revmatických bolestech.
- Zevně jako obklad je vhodná na zanícená a oteklá místa.
- Violka vonná se osvědčila také na omývání hnisavých ran, kožních vředů a vyrážek.
- Zkuste ji použít k oplachování vlasů při lupách.
- Vůně fialky tlumí bolest hlavy. (Pokud není zrovna období kvetení fialek, můžete použít fialkový olej do vonné lampy.)



### Fialka vonná v kuchyni

Především v dřívějších dobách se violka vonná v kuchyni používala hojně. Jako zajímavou ingredienci ji můžete využít i dnes, neboť pokrmům dodá zajímavou vůni a chuť. Dá se z ní vyrobit např. ocet, sorbet či likér. Květy bylinky se hodí rovněž do ovocných salátů.

Jana Novotná

## Éčko

### Přírodní lékárna

Dlouho očekávané jaro je konečně tady. Po dlouhé zimě je čas na detoxikaci organismu. A kam se obrátit pro nejučinnější látky? No přece do přírody. První jarní bylinky jsou plné zdraví prospěšných látek. Tak třeba kopřiva. Mladé výhonky obsahují velké množství minerálů a vitamínů, říká se, že čaj z kopřiv „čistí krev“, pomáhá při potížích s játry a se žlučníkem. A jak jsou dobré třeba ve velikonoční nádivce!



U cesty, v příkopech nebo na stráních najdeme další obyčejnou bylinku - podběl. Čaj ze žlutých kvítků používáme jako prevenci respiračních onemocnění, je výborný také proti kašli, léčí záněty.

A kdo by neznal sedmikrásku? Od jara jejich drobné kvítky zdobí každý trávník nebo louku. Čaj pomáhá při kašli a nachlazení, působí protizánětlivě, pomáhá při onemocnění močových cest a ledvin.

Za pár dní přírodu ozdobí záplava žlutých květů pampelišek. Ty jsou výborné při potížích s trávením, podporují správnou funkci jater, žlučníku a slinivky, obsahují velké množství antioxidantů, vitamínů a minerálních látek. Dají se využít syrové do zeleninových salátů, z květů je dobrý sirup nebo pampeliškový „med“. Sušený kořen využijeme na odvar, který působí močopudně, přispívá k očistě močového systému.



V lesích najdeme další zajímavou bylinku – medvědí česnek. Zelené listy nádherně voní po česneku. Výborné jsou čerstvé do polévek, do salátů, nebo jen tak nakrájet do tvarohu. Medvědí česnek obsahuje antioxidanty, vitamíny i minerální látky, proto se hodí na jarní očistné kúry. Jen pozor na záměnu

s konvalinkou!

Po dlouhé zimě organismus volá po očistě. Tak pokud chcete využít sílu jarních bylin, tak je nejvyšší čas vyrazit na procházku do lesů a luk. Příroda je totiž největší lékárna se samoobsluhou. 😊

Jiřina Dittrichová

**Skrývačky – v následujících větách najděte rostliny. Řešení naleznete na str. 7**

**Moc dobré maso je telecí.**

.....

**Je slunečné jitra, celý den bude určitě pěkné počasí.**

.....

**Nemůže bez ní žít.**

.....

**Ten hřebíček Anka zatloukla do zdi.**

.....

# Informace z aktivizačního úseku

## Oslava MDŽ

S jednodenním předstihem jsme společně v našem domově oslavili Mezinárodní den žen. Všechny naše uživatelky dostaly pro potěšení karafiát, který jim vykouznil úsměv na tváři a udělal velkou radost. Pro dobrou náladu nám zahrál a zazpíval pan Jirka Příhoda se svou kapelou. Tančilo se, zpívalo a náramně jsme se všichni pobavili. A samozřejmě nechyběl přípitek, vínko, káva a vynikající zákusky. V dubnu nás čekají další bezva akce, na které se můžete těšit. ☺

Lenka Pumerová



## Malešický mozek

Začátkem března proběhla v pražském Domově pro seniory v Malešicích tradiční soutěž mezi domovy pro seniory ve cvičení paměti Malešický mozek. Této soutěže se zúčastnili z našeho domova uživatelé paní Marie Svobodová a pan František Novotný. Čekalo je celkem dvacet úkolů, s kterými si velmi dobře poradili. Vítězství si odvezl Domov pro seniory Háje. Všichni účastníci si užili společné setkání seniorů a také si prověřili své paměťové schopnosti.

Za naši vzornou reprezentaci paní Svobodové a panu Novotnému děkujeme.

Jana Voříšková

## Podzimní a zimní kavárničky

První kavárnička, na kterou jsme vás pozvaly, se konala již v říjnu a byla na téma podzimní sklizně. Děvčata přinesla ze zahrady spousty krásné vypěstované zeleniny, ovoce a bylinek. V dalších kavárničkách, které jsme si pro vás připravovaly každých 14 dní, samozřejmě nechyběla hudba a písničky, hádání českých i zahraničních filmů a herců. Různé hry na trénování paměti a logiku. Nechyběla ani kavárnička s kronikami, do kterých mohli naši senioři

nahlédnout. V předvánočním čase si určitě vzpomenete na křeslo pro hosta s naší paní ředitelkou na téma Vánoce. Paní ředitelka vzpomínala na vánoční čas, když byla ještě malá holka, a jak tráví teď vánoční čas se svojí rodinou. Nechyběl ani dobrý čaj, káva, cukroví, vánoční výzdoba, vánoční koledy a na přípitek nechyběl výborný vaječný likér.



Velikonoční kavárnička, to jsme zase malovali vejce a povídali si o tradicích.

Na závěr bych vás chtěla pozvat v pátek 19.dubna na naší poslední kavárničku, kde na vás bude čekat hudební vystoupení s panem Kratochvílem.

Věřím, že budeme mít všichni krásné teplé jaro, léto a aspoň část podzimu. Určitě budeme více času trávit venku, budeme třeba chodit na procházky do zámeckého parku, opečeme si

buřty v oáze... V říjnu se pak budeme těšit opět na naše kavárničky s Lenkou, Veronikou, Alenou, Hanou, Janou a se mnou.

Radka Šťastná



## Velikonoční jarmark

Již tradičně před Velikonocemi máme v domově Velikonoční jarmark. Vyzdobené stoly v jídelně lákaly svými

barevnými výrobky. Výrobky byly ze dvou dílen, z šicí a z keramické. Dominovaly kraslice, slepičky a velikonoční aranže. Opět vám děkujeme za to, že jste přiložili ruce k dílu a vyráběli od ledna do března velikonoční výrobky. Prodej výrobků přinesl rekordních 10 061,- Kč. Ovšem bez kraslic by to nešlo, tak chci poděkovat touto cestou Hance Zítové, že doma namalovala 270 ks kraslic. Jistě se ptáte, jak s penězi naložíme?

Veronika Ludvíčková

**Pro připomenutí obou chlapců a jejich rodin zveřejňujeme oba příběhy.**

## **ALEŠ PILNÝ**

Alešek žije s rodiči nedaleko Heřmanova Městce, v Nerozhovicích. Maminka Aleška sepsala jeho příběh, který si můžete v následujících řádcích přečíst.

*Alešek nás začal překvapovat ještě před tím, než vůbec přišel na svět. Místo plánovaného jednoho miminka jsme čekali dvě ...holčičky. Až pár týdnů před porodem jsme se dozvěděli, že jedna holčička je chlapeček :-). Hlavně tatínek se radoval. Obě miminka, Alešek i Barborka, se narodili v naprostém pořádku v listopadu 2012. Jen co Alešek nabral síly a zkušenosti, stal se z něj pěkný všetečka a neposeda. A to mu bylo osudné.*

*Dne 13.7.2014 se nám málem utopil v zahradním bazénu, do kterého přelezl pomocí odrážedla. Tím bych chtěla varovat i ostatní rodiče. Jakkoliv vysoký bazén není zárukou bezpečí.*

*Aleška se podařilo po dlouhé a vysilující práci zdravotníků*



## **Dětem**

**V letošním roce jsme se opět rozhodli, že peníze vybrané na Velikonočním jarmarku věnujeme někomu potřebnému. Na podnět děvčat z aktivit jsme se rozhodli, že peníze dostanou děti, které se před rokem účastnily naší ankety a skončily na druhém a třetím místě. Vybranou částku jsme proto rozdělili rovným dílem mezi Štěpánka Pošíka a Aleška Pilného. Maminka Aleška už peníze od paní ředitelky obdržela a všem za ně moc děkuje. Štěpánek Pošík je momentálně v nemocnici, a proto jsme se domluvili, že se tatínek ozve, až se situace zlepší. Za peníze je samozřejmě moc rád a všem seniorům děkuje.**

*zachránit. V té době jsme ještě netušili, že není vyhráno a co nás bude čekat.*

*Nekonečné týdny jsme se s přítelem den, co den střídali mezi dcerami doma a synem v nemocnici. Alešek byl v kómatu, napojen na dýchací přístroje a udržován silnými medikamenty. Prognózy, pokud vůbec přežije, byly velmi špatné. Chvilky bdělosti byly doprovázeny nepřirozeným prohýbáním. Na naši přítomnost vůbec nereagoval. Až díky bazální stimulaci a pomoci našich přátel se začal jeho stav po dvou měsících pomalu zlepšovat. S námi byl klidnější a pomalu začalo odeznívat i ono prohýbání. Mohli jsme začít pomaličku rehabilitovat a připravovat se na to, že Alešek půjde domů.*

*Z nemocnice byl propuštěn po čtyřech měsících do domácího ošetřování. Měl tracheostomii, výživovou stomii (výživa vstupem přímo do žaludku) a spoustu léků. Nácvikem krmení a správného dýchání se nám podařilo obou stomií zbavit. To nám ulehčilo i další rehabilitace. Žádné léky již neužívá.*

*S Aleškem pravidelně podstupujeme rehabilitační pobyty. Nejvíce se nám osvědčila rehabilitace pomocí therasuit terapie, kdy pozorujeme daleko větší pokroky. Tato terapie je ale poměrně nákladná a není hrazena zdravotními pojišťovnami. Alešek už se nyní dokáže plazit, přetáčet ze zádiček, ovládat nožičky i ručičky, držet hlavu. Pokouší se o lezení a o první slova. Zdá se, že spouště věcem rozumí. Rozumí humoru a krásně se směje. Jen se nedokáže dorozumět a pohybovat tak, jak by potřeboval. Za tři roky už udělal pořádný kus práce a věříme, že ještě udělá...*



## **ŠTĚPÁN POŠÍK**

Heřmanův Městec je domovem čtyřčlenné rodiny. Veroniky, Michala a jejich dvou synů – desetiletého Mikuláška a téměř osmiletého Štěpánka. Na první pohled spokojená rodina se však bohužel potýká s vážnou poruchou metabolismu u mladšího z chlapců. U Štěpánka se krátce po narození začala projevovat argininjantarová acidurie. Jedná se o dědičnou poruchu močovinového cyklu, v jejímž důsledku se v krvi nemocného hromadí toxický amoniak.

Paní Veronika, maminka malého Štěpána, popisuje, jak problémy začaly: „Druhý den po porodu, který proběhl bez komplikací, Štěpa začal ublinkávat. S nastupujícím večerem se situace ještě zhoršila. Zvracení neustávalo, Štěpa navíc usilovně plakal a nebyl k utišení. Nakonec si jej odnesla zdravotní sestra. Vrátila se s ním až za několik hodin, ale jeho stav se nijak nezlepšil. Stále ublinkával a nechtěl moc pít. Následující den už jen spal. V odpoledních

*hodinách jsem jej chtěla nakojit, a tak jsem ho zvedla z postýlky. Jeho tělíčko bylo ale naprosto bezvládné a podivně chrčel,”* vzpomíná maminka.

Pro podezření na vrozenou srdeční vadu byl Štěpánek převezen do Fakultní nemocnice v Hradci Králové. Tam mu zjistili vysokou hladinu amoniaku v krvi a bez prodlení ho převezli do Všeobecné fakultní nemocnice v Praze na jednotku intenzivní a resuscitační péče. *„Připojili ho na umělou plicní ventilaci, hemodialýzou mu vyčistili krev od přebytečného amoniaku, jehož hladinu měl několikanásobně vyšší než zdravý člověk. Když jsme se na něj druhý den přijeli podívat, z každé části jeho malého tělíčka vedly hadičky, kolem pípaly všechny možné přístroje, a nikdo nám nedokázal říct, zda vůbec přežije,”* dokončuje své vyprávění paní Veronika.

Vzhledem k tomu, že jej i po propuštění z nemocnice neustále sužovaly horečky a problémy spojené s udržením stravy, kvůli čemuž bylo nutné opakovaně zavádět nitrožilní výživu, se jeho rodiče rozhodli pro gastrostomii. Štěpánkovi byl zaveden takzvaný PEG, výživová sonda, která vede přes břišní stěnu do žaludku. Prostřednictvím té mu výživu podávají každé tři hodiny, poslední dostává o půlnoci. *„Štěpánek musí dodržovat speciální nízkobílkovinou dietu, zároveň do sebe potřebuje dostat přesně stanovené potřebné množství kalorií, aby rostl a prospíval. Proto s ním chodíme na pravidelné kontroly k lékařům, kde mu množství potřebných kalorií a gramů bílkovin upravují dle tělesné hmotnosti,”* upřesňuje maminka.



Štěpánkovo onemocnění vyžaduje velmi intenzivní péči rodičů a dohled lékařů, proto rodina často dojíždí na pravidelné kontroly.

## VELIKONOČNÍ VÝSTAVA

Před velikonočním víkendem jsme se ještě stačili svátečně naladit v galerii Dvojdomek na výstavě věnované právě Velikonocům. Přenesli jsme se přímo doprostřed lidových tradic, obdivovali šikovné ruce, pod nimiž vznikaly dekorace, kraslice, pomlázky všech velikostí,

sváteční pečivo a další výrobky. Dozvěděli jsme se také mnoho zajímavostí o slavení Velikonoc v jiných zemích, např. v Řecku, ve Francii, v Německu či v Polsku. Jedna výstavní místnost byla věnována židovskému a křesťanskému původu těchto svátků. Biblické texty, v nichž se dočteme o událostech a o důvodu slavení jak židovských svátků Pesach, tak i křesťanských Velikonoc, doplňovaly ukázky pokrmů a symbolických předmětů, užívaných při svátečních obřadech. Expozici doplňovaly rovněž liturgické předměty. Při cestě na výstavu a zpět jsme míjeli i dekoracemi ozdobenou alej Na Haldách.

Alena Tučková

### **... a na co se můžete těšit?**

**Úterý 2.4. - Schůze uživatelů v jídelně od 9,30 hodin**

**Středa 3. a 17.4. - Solná jeskyně v Třemošnici, odjezd ve 12,30 hodin**

**Středa 10.4. – Jedeme do Hortisu na jarní výstavu, odjezd v 9,00 hodin**

**Pátek 12.4. - Východočeské divadlo Pardubice, odjezd v 9,00 hodin**

**Pátek 19.4. - Kavárnička – hudební a poslední v letošní sezóně, začátek ve 13,30 hodin**

**Ve dnech 11., 16., 18. a 23.4. proběhne základní kolo šachového turnaje, které organizuje Radka Šťastná**

**Pravidelná bohoslužba každé úterý od 13,30 hodin v kapli**



**Nácvik pozornosti – najděte rozdíly ve spodní řadě písmen. Kolik jich je?**

B N J K O D F R T G B X S A Q W P L M C D X Y V

B N I K O B E R T G B Y A S Q W P I M C G X Y V

Řešení naleznete na str. 7