



**DOMOV
PRO
SENIORY**

**PRAHA
PRAGA
PRAG**

Časopis pro pobavení

U NÁS DOMA



HEŘMANŮV MĚSTEC

Ročník XXVII číslo 2 únor/2021 www.domov-hm.cz

**Podporujeme
Felixe v Keni
Život v době
pandemie**



Časopis Domova pro seniory Heřmanův Městec, zřizovatel Hlavní město Praha

OBSAH



Slovo na úvod	2
Informace z domova	3
Informace pro všechny seniory	4
Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku	5
Stanice A – První posíláči jara z Ronova nad Doubravou	5
Stanice B – Světový den rádia	6
Stanice C – Z oddělení.....	7
Stanice D – Domácí zabijačka	9
Stanice E – Očkování	10
Informace z aktivizačního úseku	11
Prodej pro Felixe	11
Hádej, kdo jsem?	12
Joey	13
Zámecký park v proměnách	14
Poděkování	14
Pro chytré hlavy	15



Slovo na úvod

Vážení čtenáři, je milé pozorovat, když lidé okolo mě dělají práci, která je těší, přináší jim uspokojení a snaží se ji dělat dobře. Denně sleduji takovou práci i v našem Domově pro seniory a vždy mi to vlije do těla další optimismus.

Ráno cestou do práce na mě z recepce zamávají, předáme si potřebné informace a můžu jít dál. Již cestou někdy potkám někoho z údržbářů, kteří odváží jídlo do vily, přenáší dodané zboží, nebo aktuálně odmetají sníh z nádvoří. Už před zámkem někdy zavoní příprava cibulky z kuchyně, děvčata z úklidu vytírají schody a následně sbírají nádobí po snídani. Mezitím sestřičky a pracovníci v sociálních službách pomáhají seniorům s čím je potřeba, podávají léky, provádějí hygienu a tráví čas se seniory. Taktéž pracovnice aktivizačního úseku začínají připravovat aktivity na daný den. V prádelně od rána pradleny perou v několika pračkách, následně prádlo suší, skládají, případně žehlí, a to nejen pro seniory, ale i zaměstnance. A v kancelářích se již od brzkého rána zapínají počítače a kolegyně zpracovávají statistiky, jedna objednáva suroviny do kuchyně, druhá všechny ostatní nákupy, třetí všechno zaplatí, čtvrtá všechno zařídí na úřadech, pátá zajistí zaměstnancům výplaty. Sociální pracovnice zařídí příchod nového seniora a všechny neodkladné úřední záležitosti a manažerky toto vše pohlídají, aby to běželo, jak má. A tak to jde minutu za minutou, každý den, v pondělí i v sobotu, a celé dlouhé roky. To je skoro jako z pohádky. Ale ona je to realita.

Samozřejmě tento můj postřeh, když ráno projdu domovem, nepředstavuje více než jedno procento práce, kterou pro seniory všech 100 zaměstnanců provádí. Ale někdy není špatné si uvědomit, kolik práce se v našem zámku musí udělat, aby se všichni klienti i zaměstnanci cítili co nejlépe. A také je dobré si uvědomit, že bez každého tohoto malého dílku práce bychom ke společnému cíli nedošli. I přes koronavirové časy jsem moc ráda, že si toto mnoho zaměstnanců také uvědomuje a navzájem si pomáhají. Již 10 měsíců společně bojujeme s koronavirem, nosíme roušky a snažíme se ochránit seniory v domově i sebe navzájem. Věřím, že ti, kteří se rozhodli s koronavirem bojovat pomocí očkování, se ho brzy dočkají. Očkování zaměstnanců i seniorů pro nás zajišťuje Pardubický kraj, se kterým jsme pravidelně v kontaktu a snažíme se dávku vakcíny co nejdříve zabezpečit. Aktuálně máme plán na realizaci očkování v půlce února. Bohužel Pardubický kraj doposud dostal vakcíny pouze pro zdravotníky nemocnic. Až obdržíme konečné informace o očkování, ihned je všem potřebným předáme.

Děkuji všem za sílu a optimismus, a těm, kteří tolik optimismem nehýří poradím, ať to alespoň trochu zkusí a sami třeba zjistí, že je vidět jen s černým koncem.



Klára Husáková, ředitelka

Informace z domova

Začal nový rok a otevřel nové kolečko prací, které se na provozním úseku dělají. Využíváme roční období pro práce, které se v daném období dělají nejlépe, pro které nám přeje počasí nebo ty, které v daném roční období naopak udělat musíme. V zimě se pracuje více v domě, dělají se inventury a s nimi se provádí úklid na půdách, sklepích, odklízí se sníh. Na jaře je zase čas na mytí oken, začnou práce v parku atd. Průběžně se opravuje, maluje, vylepšuje. S podzimem se zase vracíme více do budov a pomalu se začíná s přípravami na vánoční úklid, vánoční tabuli a klidné prožití konce roku, a tak to jde stále dokola. Na každém úseku mají svoje každodenní činnosti, které zajišťují poskytování služeb z pohledu provozního úseku. Jedná se o práce v kuchyni, v prádelně, na úklidu a jakmile je někde nějaký problém, nastupují zaměstnanci údržby nebo dodavatelé, které se postarají o to, aby se v našich podmínkách daly poskytovat sociální pobytové služby.

Loňský rok nás pořádně potrápil a stále se ještě pracuje na odstranění následků záplav, stále jsou připravené prostory pro poskytování péče uživatelům, kteří by museli jít do karantény. Přesto jsme všichni v očekávání, že letošní rok bude ten lepší, ten, kdy už se těšíme na společná setkávání, na dovolenou, na přátele, prostě na vše, co nás činí veselejší, spokojenější a šťastnější.

K té naší spokojenosti si každý nacházíme svoje střípky štěstí, každý máme svůj náhled na to, co nám stačí pro spokojený život. Myslím, že každý, kdo prožije nějaké to horší období, nahlíží na svět kolem sebe jinak. Měli jsme kolem sebe spoušť, některé provozy byly úplně nefunkční a dnes se můžeme radovat z nově zařízených prostor, vaří se v nové kuchyni, pere se na nových strojích, v kotelně je nové vybavení. Nově jsou zařízeny místnosti k bydlení i ke společnému setkávání. Některé prostory se ještě dovybavují a dokončují, a tak i nadále se můžeme těšit z něčeho, co nám zpříjemní prostředí, ve kterém se pohybujeme. Kouzelná je také krajina kolem nás. Po několika letech se drží sníh o něco déle než jen pár dní. Zasypané stromy, pole a louky působí klidně. Nedávno jsme si mohli koupit výrobky z aktivizační dílny, malované kraslice a velikonoční hnízda mi přiblížili jaro. Jaro pro mne znamená, že půjdu pracovat na zahrádku, to je relax. Plánování dovolených zase přináší očekávání. Prostě pokud chceme, máme se stále na co těšit.

Pro rok 2021 jsme si připravili také několik veřejných zakázek. Bude se pokračovat v rekonstrukci otopného systému, tentokrát se bude pracovat na stanici B, E a částečně na stanici C. Bude se pracovat v prostorech, které směřují k silnici a k parku (k náměstí), tedy v severním a západním křídle. Do prostor, kde se měnil otopný systém v minulém roce se ještě vrátíme vymalovat. Máme v plánu začít s pracemi na opravách

Rytířského sálu po záplavách. Dále máme v plánu zakoupit vakový zvedák a zvedací židli,



chceme pokračovat v obnově nábytku na pokojích. Důležitým a rozsáhlým plánem je zajistit arboristické ošetření a odstranění vybraných dřevin v zámeckém parku.

Potřebujeme také vybrat správce počítačových sítí a poskytovatele recepčních služeb. Dalším projektem bude obnova stropů a podhledů na „novém“ podkroví, kde jsou na stropě nevhodné polystyrenové šablony, které jsou již značně poškozené.

Úkolů je tedy před námi více než dost.

Přeji všem pevné zdraví a hodně radostí.

Radka Stybalová

Sčítání
2021

Informace pro všechny seniory

V letošním roce se uskuteční Sčítání obyvatel. Bude probíhat od 27.3. do 11.5.2021, i v našem domově se zúčastníme, účast všech obyvatel ČR je povinná. Nejpozději 11. května musíme za každého našeho uživatele odevzdat ČSÚ vyplněný formulář. Sčítacím komisařem za náš domov je Bc. Eva Merclová. Vše se včas dozvíte. Oproti předešlým sčítáním by měl být letošní sčítací formulář méně obsáhlý.

Eva Merclová

Informace z ošetřovatelského a zdravotního úseku

Áčko

První posílčci jara z Ronova nad Doubravou

Únor jsem vždy vnímala jako takový „nic moc“ měsíc. Atmosféra z Vánoc a Nového roku už je dávno pryč a do jara a tepla ještě daleko.

Nezbývá než se ještě stále balit do dek, zalézat za kamna, vařit teplé čaje a postupně sílit a sbírat energii na teplejší a slunnější dny stejně jako únorová příroda. Ono to nebude dlouho trvat a ten přívál očekávaného tepla a světla bude tady! I když to ještě moc výrazně nepocítujeme, tak už začátkem února se začínají viditelně prodlužovat dny. Pro naše předky byl únor měsícem naděje a znamením nového života, protože v únoru se začínají rodit



první mládátka jehňat a kůzlat. Také náš kocour se doma v pelíšku, který jsme mu na zimu nachystali, moc nevyskytuje, asi se již připravuje na svátek svatého Valentýna, který připadá na 14. února a je takovým prvním hezkým svátkem po Vánocích. Příroda sice ještě odpočívá, ale již jsou vidět první posílčci, kteří nám oznamují, že se zima láme. Možná nás zasype sníh a polechtá mráz, ale pod tím zimním nadělením začínají vystrkovat růžky sněženky, čemeřice kvete vlastně celou zimu již od Vánoc, vřesovcům se nalévají poupátka, každý den je znát, každý den jsme blíž jaru. Moc ráda bych přidala, že

bude krásné, veselé, no prostě jarní, ale již rok se potýkáme s něčím, o co nikdo nestojí a nikdo nechce. S něčím, co nás rozděluje, omezuje a řeknu to tak jak to je, prostě nás to už všechny štve a naše trpělivost pomalu slábne. Proto potřebujeme sluníčko, kytičky, zelenou travu a ranní křik ptáků, to všechno nám pomůže vydržet..., já to alespoň tak mám, a proto jsem vám dnes, když jsem přijela z práce, vyfotila pár posílčků jara ze své zahrádky.

Přeji hodně pozitivní nálady a úsměv na tváři, protože ten nás nic nestojí a okolí potěší, co víc si můžeme přát.

Vaše Míša Petržílková



Běčko SVĚTOVÝ DEN RÁDIA



Ještě, než byla vynalezena televize nebo internet, svět se důležité informace ze světa mohl dozvědět z rádia. Vynález rádia znamenal obrovský průlom v tom, jak se mohou informace šířit rychle celým světem. V dnešní době se informace sice spíše šíří po internetu, ale kdo z nás si při cestě autem rádio nepustí? Jsme rádi, že ho máme, a proto si u příležitosti tohoto dne (13. února) připomeňme momenty, kdy rádio změnilo svět.

Nová forma komunikace

Dnes už je tomu těžké uvěřit, ale bývaly doby, kdy trvalo i několik dnů či týdnů, než se důležité informace dostaly z jedné části světa do druhého. Tohle ovšem změnilo rádio. Na začátku 20. století se začalo experimentovat s bezdrátovými rádii a velmi brzy poté se již lidé z celého světa dozvěděli všechny potřebné informace během okamžiku. Ovšem ještě než se z rádia stala oblíbená součást domácností a lidé si kromě zpráv z něj mohli poslechnout i hudbu, využívala se rádia pouze pro účely navigace pro piloty, kapitány lodí, řidiče kamionů nebo pohotovostní služby.

Za druhé světové války se stalo rádio naprosto nepostradatelným pomocníkem. U rádií čekali napjatě lidé z celého světa, aby se dozvěděli novinky a aktuální informace z frontových linií. Rádio rovněž hrálo velmi významnou roli v odbojových organizacích, které se snažily bojovat proti nacistům. Asi za jedno z nejslavnějších radiových vysílání je považováno sdělení premiéra Neville Chamberlaina z 3. září 1939, který tímto způsobem oznámil národu, že Velká Británie je ve válce s Německem.

Boj za lidská práva

Rádio zachytilo také některé z největších okamžiků 20. století a Boj za občanská práva v Americe je jedním z nich. Významné rozhlasové vysílání bylo také to, kdy Martin Luther King popsal vizi rasové rovnosti v Americe, která inspirovala miliony lidí. Bojovník za lidská práva ve svém projevu „Mám sen“ oslovil masy lidí a konečně se začalo něco dít. Do té doby měli černoši v Americe velmi těžké postavení a zacházelo se s nimi jak s druhořadými občany.

Role rozhlasu při Pražském povstání

5. května 1945 právě bitvou o rozhlas začalo pražské povstání. Vysílání československého rozhlasu, poprvé od převzetí moci Němci, vysílá pouze česky, pouští zakázané české písně a hlášení a pro celý národ se stává symbolem boje proti německým okupantům. Hlasateli byli Zdeněk Mančal, který pronesl „*Je právě sechs hodin.*“, Kozák a Malík. Veřejně nejznámějším hlášením se stalo volání o pomoc při obraně československého rozhlasu. „*Voláme českou policii, četnictvo a ozbrojené jednotky! Pomozte československému rozhlasu ve Schwerinově*

třídě, kde čeští lidé bojují o jeho záchranu! Vchod z Balbínovy ulice je úplně volný! Voláme českou policii, četnictvo a ozbrojené jednotky na pomoc československému rozhlasu!"

Kde by byl hudební průmysl

V padesátých letech, kdy neexistoval kanál Youtube, bylo rádio jediným možným způsobem, jak si poslechnout nejnovější písně od oblíbených interpretů. I když by se zdálo, že dnes už písničky v rádiu nikdo neposlouchá, opak je pravdou. Rádio se poslouchá dodnes a jsou lidé, kteří na něj nedají dopustit. V rádiu také stále fungují žebříčky nejhranějších skladeb. Nespočet umělců a nahrávacích společností oceňuje rozhlasové stanice za jejich roli při uvádění nové hudby veřejnosti.

A co vy, posloucháte rádio i dnes?

Blanka Hlaváčková



Céčko

Když se řekne zima, jistě se většině z nás vybaví sníh a mráz. Letošní zima je krásná, napadl sníh, příroda odpočívá a všichni si ji užíváme po svém, bohužel opět za přísných podmínek z důvodu covidové situace. Někdo chodí rád do přírody – s rodinou, pejskem, kamarády. Venku se radují, koulují, staví sněhuláky, sáňkují nebo pokud lze - lyžují. Jiní pomáhají zvířátkům v lese nebo ptáčkům. Při krmení lesní zvěře je potřeba zaměřit se na to, co těmto zvířatům opravdu prospěje. Její krmení má svá pravidla, jinak by zvěř mohla na naši nevědomost doplatit zdravím. Je dobré přinést do lesa například jablíčka nebo mrkev. I do krmítek je vhodné koupit již pestré namíchané směsi, protože co ptáček, to je jiná potřeba krmení. Čím je nabídka krmiva pestřejší, tím rozmanitější ptáci naše krmítko navštíví.

I my v našem domově máme moc rádi zimu, ale



nemůžeme si ji tentokrát užít naplno, proto se snažíme našim uživatelům přiblížit i zkrátit zimní čas prostřednictvím četby z knížek, které dostali v rámci projektu JEŽÍŠKOVA VNOUČATA. Příběhy plné pohádkových motivů potěší nejen naše uživatele, ale i nás zaměstnance. Společný čas strávený při četbě z knih máme všichni moc rádi a když vidíme rozzářené oči našich uživatelů, je to pro nás ta největší odměna, která nás v těchto mrazivých dnech hřeje u srdíčka.

Stanice C přeje všem krásný zimní čas.

Katka Augustýnová

Děčko

Domáci zabijačka

Chov prasete měl v minulosti ryze pragmatický význam, kdy se stal zdrojem masa a tuku. Později se původní nutnost postupně měnila v jakési přilepšení a domácí zabijačky prakticky od listopadu do února patřily k typickému koloritu našich vesnic. Dnes jsou již takřka ojedinělým jevem a nezřídka se stávají raritou. Tento kdysi typický předvánoční rituál venkova je dnes již téměř vzácností.

Kdo se pravé domácí zabijačky účastnil, dá určitě za pravdu, že se nejednalo pouze o zpracování vepře na nesčetné domácí pochoutky, ale šlo o rodinnou událost, kdy se všichni sešli. Vznikal tam zpravidla obraz rodinné pospolitosti, kdy zabijačka měla svou nezaměnitelnou atmosféru a patřila k předvánočnímu času a zimě stejně, jako kapr ve vaně. Zabijačka měla ovšem svá pravidla. Vlastní příprava spočívala zejména v loupání česneku, cibule, chystání koření nebo ve vaření ječných krup do jelit. Pak přišlo ráno, kdy se ve dveřích objevil mistr řezník a kdy klokotala voda v kotli určená k paření prasátka, a která dávala tušit, že paškovy dny jsou sečteny.

Štamprička na kuráž a šlo se na věc. Po úvazu prasete šlo vše už ráz na ráz. Po omrácení,



většinou jateční pistolí, se šerem zimního rána mihla čepel ostrého

nože a připravená nádoba se už rychle začala plnit krví. Na konci dne pak na všechny čekaly plody celodenní práce v podobě ovarů, jitrnic, jelítek, tlačenek, škvařených škvarků a mnohých dalších, sice nezdravých, ale neodolatelně dobrých pochutin.

Desítky operací musí vykonat řezník a jeho pomocníci, aby na stole mohly zavonět zmíněné výrobky. Zmínit můžeme například paření, škrábání štětin, kuchání, porcování půlek, škvaření sádla, nakládání masa do láku k uzení a spoustu dalších, a ještě něco navíc.

Pravda, dnes zejména obchodní řetězce nabízejí mnohé speciality a výrobky zabijačkového typu. Výběr je jistě bohatý. Ale výrobky z domácí zabijačky, která už postupně mizí z našeho venkova, jsou přece jenom tím jediným, „pravým ořechovým“.



Určitě si vzpomínáte, když se v rámci splněných přání „Ježíškova vnoučata“ konala na zámku v oáze nefalšovaná domácí zabijačka. To bylo dobrot! Mňam!!

Jana Novotná

Ěčko **OČKOVÁNÍ**

Očkování. Slovo, které poslední měsíce zní celým světem. Plošné očkování je totiž velmi účinnou prevencí, jak zabránit vzniku a šíření některých infekčních onemocnění mezi lidmi.

Mezi choroby, které očkováním prakticky vymizely, patří například pravé neštovice, dětská obrna, tetanus, záškrť...

Všichni jsme od dětství prošli povinným očkováním proti zarděnkám, spalničkám, příušnicím, záškrť, tetanu, černému kašli, dětské obrně, a také proti tuberkulóze.

Necháváme se očkovat i nepovinnými vakcínami. Například proti pneumokokovým nákazám, proti chřipce, klíšťové encefalitidě, žlutence, meningitidě,....

A jaký je vlastně princip očkování?

Očkovací vakcíny obsahují obvykle neživý nebo hodně oslabený vir nebo bakterii, případně jejich části.

Látky obsažené ve vakcíně vyvolají v organismu podobnou reakci, jako kdyby došlo k nákaze konkrétní nemocí. To přiměje organismus k vytvoření protilátek - aktivuje se imunitní systém člověka. Jde o přirozené a tělu vlastní procesy.

Vakcína je takové povzbuzení vlastní imunity.

Odborníci při vývoji očkovacích látek využívají komplikovaný vědecký proces, který musí projít mnoha fázemi. Bez těchto testů nelze, aby byla vakcína používána. Testuje se hlavně bezpečnost, účinnost a dávkování.

Význam očkování je obrovský. Je to nejefektivnější způsob, jak dlouhodobě zastavit šíření epidemie.

Výsledkem dobré proočkovanosti je to, že se s některými nemocemi setkáváme jen zřídka anebo vůbec. A o to nám hlavně v současné době jde. 😊

Jiřina Dittrichová



Jan Werich

„Kdo víno má a nepije, kdo hrozny má a nejí je, kdo ženu má a nelíbá, kdo zábavě se vyhýbá, na toho vemte bič a hůl, to není člověk, to je vůl.“

Zdroj: <https://citaty.net/autori/jan-werich/>

Řešení ze str. 15

1. Kopáč, zmrzlina, západ, cifra, oháňka, berlička, domů, plavidlo, kazatel, služka, šlechta, namyšlený, profit, stěrač, statik, četa, zkracování, střídačka, deprese, tečka, kapr, studie, kavárna, sloka, vývoj, sraz
2. Thomas Alva Edison, Alexander Graham Bell, Alexander Fleming, Jan jánský, Nikola Tesla
3. Brambor, zástěra, tramvaj, hospodář, čmelák, náledí, sedmikráska, rampouch
4. Žádné neví, co jsou Domažlice, Okolo Frýdku, Vínečko bílé

Informace z aktivizačního úseku

Prodej pro Felixe

Vzhledem k tomu, že máme situaci takovou, jakou máme a nemohli jsme pořádat ani jeden z oblíbených jarmarků, nastala otázka, kde vybereme peníze na školu našemu adoptovanému chlapci Felixovi. No, já říkám chlapec, ale už v únoru mu bude 17 let.

Červnovou povodeň už nechci znovu vytahovat, ale v rámci zachraňování všeho možného z dílen, jsme zachránili i spousty výrobků, až nás překvapilo, co všechno. Díky tomu nás napadlo uskutečnit prodejní výstavu těchto věcí a získat tím peníze na školné pro Felixe.



Tento prodej se uskutečnil od 18. do 20. ledna. Pro každé oddělení byl organizován zvlášť a s klidným svědomím musíme říct, že došlo na všechny a nikdo nebyl ochuzen o to, aby se jen podíval, co vše se v dílnách vyrábělo a vyrábět bude a také si něco zakoupit pro svou potěchu nebo pro své rodiny. K vidění byla šitá sluníčka, polštářky, pes Fído, ptáčci, pletené košíčky, hnízda s kraslicemi, samotné kraslice, velikonoční věnce, keramické misky, hrnečky, aromalampy a mnoho dalšího.

Za všechna oddělení, která si přišla něco zakoupit, anebo se složili a vybrali peníze mezi sebou, se nám v kasičce sešlo krásných 10 520 korun. Tímto všem, kteří přispěli, mnohokrát děkujeme.

Pevně věříme a doufáme zároveň, že se nám pořádání jarmarků a nejen to, vrátí do starých kolejí.

V našich dílnách už pomalu, ale jistě ZAČÍNÁME!!! Ještě to nebude probíhat tak, jako před kovidkalamitou, ale my jsme šikovní a poradíme si, aby vše bylo a probíhalo dle nařízení a ke spokojenosti vaší i naší. Moc se na vás pracanti těšíme, že zase spolu začneme vyrábět.

Veronika Vodičková a Hanka Zítová

Hádej, kdo jsem?

Nejprve vám prozradím, kdo je kdo na fotografiích z minulého čísla našeho časopisu:

- 1) [Alena Tučková](#), aktivizační pracovnice
- 2) Naše paní ředitelka [Klára Husáková](#)
- 3) [Vlasta Růžičková](#), pečující z oddělení A

Představuji vám další tři dámy, každá pracuje na jiné pozici a máte možnost se s nimi vidět na zámku i na vile:

Fotografie č. 1

- od dětství ráda čtu
- v domově pracuji 36 let
- prošla jsem tři oddělení a stále pracuji na stejné pozici



Fotografie č. 2

- ráda se vracím na jižní Moravu
- v domově pracuji 28 let
- ať se stane cokoliv, všechno společně zvládneme



Fotografie č. 3

- jsem veselá kopa
- v domově pracuji 34 let
- celou dobu pracuji na jednom oddělení

V únorovém čísle této ankety máte možnost poznat dámy, které pracují v našem domově dlouhá léta, a proto mají náš obdiv. V březnovém čísle budeme pokračovat...

Joey

Uteklo to jako voda a náš domov má svého canisterapeutického psa pět let. Joey, plemeno zlatý retrívr, byl vycvičen u společnosti Pomocné tlapky o.p.s., která chová, cvičí a předává slepecké, asistenční a canisterapeutické psy zdravotně postiženým spoluobčanům.



A my měli štěstí takového šikovného společníka získat! Po secvičení a složení zkoušek jsem ho odvezla nejprve k nám domů a poté do našeho domova pro seniory. Dopoledne jsme spolu na rehabilitaci. Jak postupně přicházíte, tak vás hned přivítá. Pamatuje si, kdo má jaký problém, masíruje jazýčkem nepohyblivou ruku, nohu, mazlí se a nechá se hladit. Rád za vámi běhá, nosí tašku, deštník, podá spadlé věci, hůl, časopis, sundá bundu... A čeká na dobrotu, pohlazení, podrbání. A u toho se musíte ohnout, natáhnout ruku, otočit, mluvit, a to je také skvělá stimulace, rehabilitace. Odpoledne jdeme za vámi na pokoj a k lůžku. Tam už je canisterapie cílená, individuální. Jak bude příznivější situace zase začneme společně chodit na vycházky do parku a do oázy na skupinovou canisterapii. Letos v dubnu nás čeká další přezkoušení v Plzni, kde oba musíme prokázat, že Joey je v dobré zdravotní kondici, nic z výcviku nezapomněl, je dobře ovladatelný, poslouchá na povel, asistuje, a zvládne test přístupu do veřejných prostor jako je např. obchodní centrum, kde se umí vzorně chovat, ale i třeba pohyb na eskalátoru, reakce na nepředvídatelné situace, hluk, vozík, spadlou hůl atd.

Doufám, že obstojí jako minule na výbornou. Joey obohatil náš život, je nám obrovskou oporou a jeho přítomnost náš domov posunula zase o kus dál. Proto mu do dalších let za nás všechny přeji pevné zdraví, vitalitu, veselou a šťastnou povahu a vám pěkné chvílky v jeho milé společnosti.

Lenka Pumerová

Zámecký park v proměnách



Zimní období má asi většina z nás spojené s teplem domova, s klidnými večery nad knížkou nebo u televize, s posezením u šálku čaje či horkého punče. Na příchod jara si ještě nějaký ten týden budeme muset počkat a za okny je bílo a mrazivo. Občas nás ale sluníčko vyláká ven na krátkou procházku parkem. Zničené cesty byly po loňské povodni obnoveny, a tak máme opět příležitost udělat něco pro své zdraví, protáhnout si končetiny a potěšit oko i duši. Stále nás omezují karanténní opatření, a tak se procházet prozatím můžeme jen s doprovodem nás z aktivizací nebo ošetřovatelů. Pozorovat život parku v jeho každodenních proměnách je jedna z drobností, které nás obohacují a přinášejí potěšení i úsměv na našich tvářích.

Alena Tučková

Poděkování



Nejdříve bych chtěla poděkovat „naším“ studentům. Píšu „naším“, protože za loňský rok, kdy k nám chodili na jaře a na podzim dohromady cca 6 měsíců, už jsem si na příjemnou a spolehlivou spolupráci s nimi zvykla. A mám radost, že naše mladá generace ráda pomůže seniorům. Nákupy jsou náročné, protože počet seniorů, kterým nakupují, se pohybuje okolo 40 až 50 každý týden.

Další poděkování patří všem přispěvatelkám do časopisu. Je to vzorná spolupráce. Děvčatům z úseků děkuji vždy emailem, ale i takhle veřejně chci poděkovat. Bez vás by náš časopis nebyl takový, jaký je. Takže děkuji za pěkné články, které včas posíláte, a za nápady.

Eva Merclová

Pro chytré hlavy

1. **Změňte písmenko.** V následujících slovech změňte jedno písmenko na libovolném místě tak, aby vzniklo jiné smysluplné slovo.

Koláč omrzlina zápas šifra shánka perlička dolů pravidlo
tazatel služba šlichta namydlený profil svěrač statek meta zpracování
stříkačka represe bečka kafr studio kovárna sluka výboj svaz

2. **Vynálezy.** Přiřadte správná jména k jednotlivým vynálezům.

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| a) ŽÁROVKA | ALEXANDER FLEMING |
| b) TELEFON | JAN JÁNSKÝ |
| c) PENICILIN | THOMAS ALVA EDISON |
| d) KREVNÍ SKUPINY | NIKOLA TESLA |
| e) ELEKTŘINA | ALEXANDER GRAHAM BELL |

3. **Nářečí.** Pokuste se určit význam uvedených nářečních slov.

Erteple, fěrtoch, šalina, gazda, medák, omrzalka, chudobka, střechýl

4. **O jakou píseň se jedná?** Podle úryvku se pokuste určit, o jakou lidovou píseň se jedná.

... žádněj neví, co je to železo, žádněj neví, co je kroužek...

... muzika hrála, břinkala, moje ze všech nejmilejší plakala...

... budu ťa pít, co budu žít ...

Řešení naleznete na str. 10