

DOMOV PRO SENIORY



Zámecká 57, 664 52 Sokolnice

Zámecký zpravodaj

Časopis Domova pro seniory Sokolnice



VI. ročník 8. číslo srpen 2016

Informace z domova



Milé kolegyně a kolegové, vážení klienti,

ve středu 20. července bylo slavnostně otevřeno nové sportovně – relaxační hřiště jako součást terapeutické zahrady, která slouží klientům místního Domova pro seniory. Ve druhé etapě hodlá domov ze svých prostředků dobudovat ještě dětský sportovní koutek. Nové venkovní herní a sportovní prvky nabídnou aktivní vyžití nejen klientům domova, ale i ostatním seniorům, dětem a všem občanům Sokolnic. Realizaci sportoviště podpořila Nadace ČEZ příspěvkem ve výši 400 tisíc korun v rámci projektu Oranžová hřiště.

Venkovní hřiště je osazeno zabudovanými fitness prvky, které jsou vhodné nejen pro seniory, ale také zejména pro seniory trpící Alzheimerovou chorobou či jiným druhem demence, o něž v domově pečují. Tato fitness sestava je rozšířena o prvky, jejichž smyslem je podpora a rozšíření kognitivních funkcí. „Chtěli jsme v našem areálu vytvořit ideální relaxační místo pro aktivní trávení volného času, kde se setkávají všechny věkové skupiny obyvatel a podpořit tímto způsobem větší sociální začlenění našich klientů. Zahrada, v níž areál budujeme, je přístupná veřejnosti a už teď ji takřka denně navštěvují maminky s dětmi. Právě pro ně a ostatní dětské návštěvy chceme zahradu rozšířit ještě o dětský sportovní koutek, na jehož realizaci

přispěla částkou 100.000,- Kč obec Sokolnice. Nadneseně se dá říci, že naším cílem je propojení třígenerační rodiny při venkovních sportovních aktivitách,“ sdělil MVDr. Petr Nováček z Domova pro seniory v Sokolnicích.



Nadace ČEZ pomáhá městům a obcím po celé České republice budovat Oranžová hřiště již od svého založení v roce 2002. Za tuto dobu podpořila výstavbu více než 340 hřišť v celkové hodnotě přibližně 300 milionů korun. *„Nadchla nás myšlenka Domova v Sokolnicích, propojující venkovní aktivity dětí i starších lidí, kteří se mohou na jednom místě setkávat a společně trávit svůj volný čas na čerstvém vzduchu. Věříme, že této možnosti budou s radostí využívat*

jak klienti Domova se svými návštěvami, tak i ostatní ze Sokolnic a okolních obcí, které areál rovněž vítá s otevřenou náručí,“ řekla Michaela Žemličková, ředitelka Nadace ČEZ.



MVDr. Petr Nováček

ředitel domova

Ohlédnutí za červencem

Co se událo v měsíci červenci na I.A oddělení?

Měsíc červenec nám nachystal velmi pěkné počasí. A tak se po našem domově ploužila spousta pečenáčů. Po nádvoří se dobrovolně pohybovali snad jen kuřáci, kteří se raději ugrilují, než aby si odřekli denní dávku nikotinu. A nejen kuřáci, ale i milovníci slunění a chytání bronzu vysedávali na lavičkách.

Proto jsme zvolili i celkem nenáročnou činnost při aktivizaci. Dámy na 1. patře vyrobily nepečený osvěžující dort. Skoro celé 1. patro si na něm velmi pochutnalo. Jako kuchařky mi naprosto vytřely zrak. Jen dostaly ingredience do ruky, bylo naprosto jasné, kdo to tu vlastně řídí.



Nejsme ovšem žádní suchaři, a tak se kromě studené kuchyně pouštíme i do „hazardu“ v podobě hry Bingo. Nemyslím, tím ale hazard v podobě finanční ztráty ale ztráty nervových drah a nervových zakončení pomáhající nám udržet si zdravý rozum. Každý chce být totiž vítěz. A každý čeká na to své číslo jak na trní.



Ne všechny naplánované skupinové aktivity jsme stihli. Proto je přesouvám na měsíc srpen. Přejeme Vám všem pěkný srpen.

Naděžda Krošláková, Dis.

I.A oddělení

Co se událo v měsíci červenci na I.B oddělení?

Přišel červenec, měsíc kdy děti mají konečně letní prázdniny a pro dospělé je to čas letních dovolených. I sestřičky z našeho oddělení si potřebují po náročném roce trošku oddychnout, tím pádem času na aktivity v tomto období moc nezbývá. I přesto jsme se snažily si společně užít pár hezkých chviliek.

Jak už k létu patří, dostaly jsme chuť na pořádný kus dobré zmrzliny. Tentokrát jsme vyzkoušely jak chutná zmrzlina přímo v Sokolnicích na Sokolovně. Daly jsme si zmrzlinový pohár a k tomu kávičku. Musely jsme zhodnotit, že vše bylo výborné a zase to budeme chtít zopakovat.



Také jsme tento měsíc dostaly pozvánku od sestřičky Dášky na „Tanečky“ do domova U Františka v Újezdě u Brna. Ze zámku se zúčastnilo šest klientů, dvě dámy z našeho oddělení a ostatní z Bílého domu. Téma tanečků bylo „sedmdesátá léta“. Všichni jsme byli naprosto nadšení. Naživo tam zpívala a na klávesy hrála paní Irena (která u nás pracovala jako sociální pracovnice) a k sobě měla kytarový doprovod. V září se zase budou pořádat tanečky, tak doufáme, že se nám dostaneme opětovného pozvání. Dále jsme pokračovaly ve čtení našeho oblíbeného Káji Maříka.

Už se společně těšíme, co nám všechno srpen nadělí.

Ivana Dvořáková, Dis.

I.B oddělení

Co se událo v měsíci červenci na II.C oddělení?

Nastala doba prázdnin a dovolených a s nimi i tropické dny. Letní vedra střídaly bouřky a náhlé deště. Po nich opět teplo a dusno „jak v prádelně“. Někteří se potíme a hledáme zchlazení ve stínu. Snažíme se vyjít na nádvoří, kde přibyly dva kovové stoly se židlemi, i na procházku do parku. Dlouho to ale nevydržíme a spěcháme zpět do místností, kde se to dá jakž takž vydržet.



V těchto horkých dnech přišlo vhod posezení u kávy a zmrzliny v Újezdu u Brna. O týden později jsme se zase osvěžili u zmrzlinových pohárů na výletě do restaurace na Sokolovně v Sokolnicích.

V terapeutické zahradě pod okny našeho oddělení bylo dokončeno a slavnostně otevřeno sportovně – relaxační hřiště. Nemohli jsme chybět, i když nás opět provázelo velké teplo. Dámská část oddělení si proti slunci nasadila na hlavu slušivé kloboučky. Léto dospělo do své poloviny a my jen doufáme, že se nepotvrdí pranostika o svaté Anně, co je chladno zrána. Rádi si budeme dál užívat pěkné dny, teplé tak akorát, i v měsíci srpnu. A třeba porostou i houby.

Iva Hermanová

II.C oddělení

Nabídka aktivizací v srpnu

I.A oddělení

Denně aktivizace imobilních klientů

Středa 17.8. **Malování na květináče**

Čtvrtek 25.8. **Kuželky**

I.B oddělení

Každé pondělí

- Bingo, deskové a karetní hry, domino atd. dle výběru od 10:00

Každé úterý

- předčítání z knihy Kája Mařík od 13:00

Každá středa

- Zuzka skupina od 10:00

Každý čtvrtek

- předčítání z knihy Kája Mařík od 10:00

Středa 17.8. **výroba zmrzlinového poháru - od 10:00**

Středa 24.8. **výlet na „Tanečky“ v Újezdě u Brna od 16:00**

II.C oddělení

Denně aktivizace imobilních klientů

6.8. Tvoření z klubíček

13.8. Práce s papírem

Po – pá čtení na přání na pokoji 23. Začátky akcí v 9,30 hod.

Nabídka celodomovních aktivit v srpnu

Pondělí 1.8. BIBLICKÉ PŘÍBĚHY *od 10:00 hodin na I. oddělení*

**Pondělí 1.8. - pátek 5.8. PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR“ – pořádá
Rodinné centrum Sokolnice**
od 8:00 hodin do 16:00 hodin

**Úterý 9.8. SLAVNOSTNÍ OTEVŘENÍ SPORTOVNÍHO AREÁLU
V TERAPEUTICKÉ ZAHRADĚ**
od 10:00 hodin v zahradě

Pátek 12.8. ZPÍVÁNKY *od 10:00 hodin na I. oddělení*

**Neděle 14.8. PIETNÍ AKT K UCTĚNÍ OBĚTÍ VŠECH VÁLEK za účasti
vojáků v dobových uniformách a skupiny Acaballado**
od 10:00 hodin na nádvoří

Pondělí 15.8. BIBLICKÉ PŘÍBĚHY *od 10:00 hodin na I. oddělení*

**Pondělí 15.8. - pátek 19.8. „PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR“ – pořádá
Rodinné centrum Sokolnice**
od 8:00 hodin do 16:00 hodin

Pátek 19.8. ZPÍVÁNKY *od 10:00 hodin na I. oddělení*

Úterý 23.8. PETANK *od 14:00 hodin na hřišti*

Čtvrtek 25.8. KUŽELKY

od 14:00 hodin na hřišti

Pátek 26.8. ZPÍVÁNKY

od 10:00 hodin na I. oddělení

Pondělí 29.8. BIBLICKÉ PŘÍBĚHY

od 10:00 hodin na I.oddělení

Klienti budou včas upozorněni, pokud dojde ke změně termínu nebo aktivity z organizačních důvodů.

V měsíci srpnu slaví své narozeniny

Defeld Jiří

Hankeová Marie

Johnová Jiřina

Mahovský František

Pokorná Vlasta

Pokorná Zdeňka

Šhromáždil Jan



Stupková Marie

Šormová Marie

Uhlířová Veronika

Vašičková Růžena

Vejrostová Drahoslava

Naši zaměstnanci:

Harvánek Zdeněk Husák Zdeněk
Kalvodová Jitka Mgr. Krošlák Tomáš
Ing. Sedláček Antonín Svobodová Ludmila
Marcela Gottwaldová (kterou tiskářský šotek vyhodil
z červencových oslavenců, za což se redakce omlouvá).

Blahopřejeme!

Vítejte mezi námi!

Chalupová Jiřina II.D oddělení
Vágnierová Květoslava II.C oddělení

Hrajeme si se slovíčky

Zkuste přidat na začátku další písmenko a vytvořit nové slovo: např.
mír – smír.

val - val

Les - ...les

vál -vál

Kus-kus

Lak - ...lak

Rada -rada

Luk - ...luk

Ves -ves

Očka- ...očka

Linka -linka

Lín -lín

Nos -nos

Děkujeme Heleně Procházkové za příspěvek do této rubriky.

Mgr. Eva Stiborová

Řekněte 3x ne a prožijte skvělé léto

Chcete prožít skvělé léto, zbavit se stresu, nabrat síly a vrátit se do práce svěží? Pak mám pro vás pár tipů, čemu říct v létě NE.

1. NE: Nedělejte to, co nechcete

Zvláštní je, že i v létě a o prázdninách se spousta lidí věnuje činnostem, do kterých se jim zrovna moc nechce. Ale mají pocit, že by měli... Natřít plot na chalupě, vymalovat, posekat trávník, nasušit hodně hub nebo nasbírat kýbl borůvek. Někteří lidé dokonce jedou třeba i na dovolenou, na kterou se jim vlastně tak moc nechce...

Zkuste se v průběhu léta vykašlat na činnosti typu „musím, měl bych.“ Věnujte svůj čas tomu, do čeho se vám opravdu chce. Dejte prostor i lidem kolem sebe, aby také dělali to, co chtějí. A hledejte, kde se to protíná. A tyto věci pak můžete dělat společně.

2. NE: Nedělejte nic

Většinu roku fungujeme v režimu „podej výkon“. V práci, ale často i doma jsme oceňováni, když něco pozoruhodného uděláme. Dokončíme projekt. Vyrobíme poličku. Uvaříme nedělní oběd. Po takovém výkonu následují slova uznání a obdivné pohledy. A v práci navrch ještě peníze. Jenom zřídka nás někdo pochválí a ocení za to, že jsme vydrželi celý den nic nedělat.

A najednou je tu léto a dovolená. Konečně čas, kdy není potřeba podat žádný výkon. Ale spousta lidí se zmocňuje tichá hrůza při představě, že by nic nedělali. Když chvíli sedí, hned cítí nutkání „jít něco dělat“. Nejlépe něco užitečného.

Zkuste v létě objevit umění nicnedělání. Naplno si užijte chvíle, kdy nic neděláte, nic nevytváříte, nic nedosahujete, nejste ničím užiteční. Prostě si jenom užíváte to, co se zrovna kolem vás děje.

3. NE: Nedělejte to, co vždycky

Stereotyp a rutina člověku dávají pocit bezpečí. Přes rok se určitému stereotypu nevyhneme. Léto je příležitost zásobit náš mozek novými a neobvyklými podněty. Protože právě to potřebujeme, když si chceme opravdu odpočinout a nabrat nové síly.

Podnikněte v létě něco, co jste ještě nikdy nezkusili. I kdyby to byla jen drobnost. Navštivte úplně nové místo, běžte na koncert neznámé skupiny, vyzkoušejte nové drinky nebo se odhodlejte k nějakému novému nezvyklému zážitku.

4. ANO skutečnému světu

Po třech NE přichází jedno ANO. Podle různých výzkumů tráví lidé až desítky hodin týdně připojeni k různým médiím. Televize, internet, chytré telefony... I když nám technologie v mnohém pomáhají, tak z nás také často nepozorovaně vysávají energii. Podle jednoho výzkumu lidé odcházejí z facebooku vždy o něco smutnější, než když se k němu připojili. A jiný experiment ukazuje, že dlouhý pohled do monitoru snižuje naši schopnost jasného a zřetelného vnímání.

V létě na nás čeká skutečný svět. Se všemi tvary, vůněmi a milióny barev. Člověk může nabrat novou energii, pouze když je v intenzivním kontaktu se skutečným světem. S přírodou, se sluncem, s vodou, se zvířaty. A s lidmi, abych nezapomněl.

**Mgr. Jiří Sobek
Adpontes**

Představte si, co by se stalo.....

.... když by se celá populace planety Země smrskla na vesnici se sto obyvateli...

Kdyby se celá populace planety Země smrskla na vesnici se sto obyvateli, kde by však zůstal zachován poměr všech lidských odlišností - jak by potom tahle maličkatá, různorodá vesnička vypadala? Tak to přesně bylo předmětem pátrání Philipa M. Hartera,

lékaře z Nemocnice u Stanfordské Univerzity.

Zde jsou výsledky jeho výzkumu:

Ve vesnici by žilo:

- 55 Asiatů, 21 Evropanů, 14 obyvatel západní polokoule, 8 Afričanů
- 52 žen, 48 mužů
- 70 "barevných", 30 bělochů
- 70 jiného vyznání, 30 křesťanů
- 89 heterosexuálů, 11 homosexuálů
- 6 lidí by vlastnilo veškerý světový majetek
- 6 by bylo z USA
- 80 by žilo v domě, který by neodpovídal standardu
- 70 by neumělo číst
- 50 by trpělo podvýživou
- 1 by byl na prahu smrti
- 1 by byla těhotná
- 1 by měl vysokoškolské vzdělání
- 1 by vlastnil počítač

Následující je pouze anonymní interpretace výše uvedených faktů:

Přemýšlejte o tom tímto způsobem.

- Žijete-li v pěkném bytě, máte dost jídla a umíte číst, jste členem velmi úzké skupiny.
- Máte-li pěkný byt, jídlo, umíte číst a vlastníte počítač, jste členem elity.

- Pokud se vzbudíte toto ráno a budete více zdraví, než nemocní, jste šťastnější, než celý milion lidí, který nepřežije tento týden.
- Pokud jste nikdy nebyl/a v bitvě, nezažil/a osamělost, uvěznění, utrpení, mučení, nebo hlad, jste na tom lépe než 500 milionů lidí tohoto světa.
- Pokud můžete chodit na mše do kostela, aniž byste se museli obávat ponížení, zatčení, mučení nebo smrti, jste šťastnější než miliarda lidí, kteří to štěstí nemají.
- Pokud máte jídlo v lednici, oblečení na sobě, střechu nad hlavou a místo, kde spát, jste bohatší než 75% lidí na této planetě.
- Máte-li peníze v bance, ve své peněžence a strádáte si do kasičky...jste mezi 8% nejbohatších lidí světa.
- Pokud jsou vaši rodiče stále na živu a svoji, jste velmi vzácný případ.
- Držíte-li hlavu zpříma s úsměvem na tváři a jste skutečně vděční, jste požehnáni, protože většina lidí má tu možnost, ale nedělá to.
- Držíte-li něčí ruku, objímáte-li někoho, nebo se jen dotýkáte jeho ramene, jste požehnáni, protože umíte nabídnout léčivý dotek.
- Pokud můžete číst tuto zprávu, jste požehnáni dvakrát, protože na vás někdo myslel, a co víc, jste ještě požehnanější než více jak dvě miliardy lidí, kteří nedokážou číst vůbec.

Helena Procházková

II.C oddělení

To se také stalo.....

Bylo to koncem 50. let v jednom ženském táboře v Čechách. Bachaři byli různí, ale většinou rádi „žertovali“. Jednou opilí vtrhli na ženský pokoj a začali hulákat „všeobecná likvidace.“ Ženy o jejich „humoru“ již mnoho věděly, když např. natahovali dráty nabité elektřinou, tak to dozorcí komentovali slovy: „Ženušky, děláte to přece pro sebe!“ Ona „společná likvidace“ byla přece jen o něco hrubší. Jedna mladá vězeňkyně od té doby nemohla povstat. Dozorcům se ovšem nic nestalo. Tato příhoda z 50-tých let nám ukazuje na zřůdnost komunistického režimu. Ta ochrnutá žena se stala trvalou žalobkyní tohoto režimu. Dlouhá léta pak patřila k lidem druhého řádu. Teprve v roce 1968 ji rehabilitovali, ale zdraví už jí nikdo nevrátil.



<https://www.google.com/search?site=&tbm=isch&source=hp&biw=1280&bih=906&q=%C5%BEensk%C3%BD+t%C3%A1bor&oq=%C5%>

Budme vděčni za to, že ještě mezi sebou máme vězně a vězeňkyně z padesátých let. Budme jim vděčni za to, co pro vlast vykonali a vytrpěli. Jeden starý a vousatý vtip říká, jak se potkají tři muklové a baví se, za co je každý z nich zavřený. První říká: „Já jsem kritizoval Rudolfa Baráka.“ Druhý říká: „Já jsem ho zase chválil.“ Obrátí se na třetího: „A kdo jsi ty, co jsi provedl?“ Odpověď zní: „Já jsem bývalý ministr vnitra Rudolf Barák.“

Jiná anekdota říká, jak americký prezident Reagan navštívil Sovětský svaz. Rudý diktátor Brežněv se s ním rozhodl létat nad matičkou Rusí. Tu uvidí tábor s ostnatým drátem. Reagan se táže: „Co to je?“ „To je pionýrský tábor,“ zní Brežněvova odpověď. „Tak se na něj podíváme,“ nedá se odradit americký prezident. Přistáli tedy a vidí, že v táboře se potloukají sami staří lidé. Reagan se ptá: „Kolik máš let?“ Odpověď zní: „Dvanáct.“ Druhého se ptá: „Kolik ty máš let?“ Odpověď zní: „Patnáct.“ A nakonec se obrátí na třetího, který z nich vypadá nejmlaději. Odpověď zní: „Já mám doživotí.“

Budme vděčni i za ty anekdoty z doby, kdy jsme se báli cokoliv říct, abychom se tolik nebáli. A vážili si svobody slova.

Mgr. Josef Bobrovský, farář ČSCH

klient II.C oddělení

Rouček poezie

Růže

Na zahrádce růže kvete, pojd'te blíž a pohlédněte.

Na tu krásu co tak voní, srdíčko nám buší pro ni.

Na světě je přece krásně!



Ať máme kolem sebe plno lidí, co nás všichni rádi vidí.

Když sluníčko chodí večer spát, vánek nepřestane vát.

Milujme se navzájem, ať je krásná naše zem.

Anna Konečná

klientka II.F oddělení

Významné osobnosti Brněnska

Hugo Haas se narodil 19. února 1901. V Brně, v Biskupské ulici do židovské rodiny manželů Lipmana (Zikmund) a Elky (Olga) Haasových. Matka, za svobodna Epsteinová, byla emigrantkou z Oděsy. Ačkoliv byli židovská rodina, hlásili se k českému prostředí.

Hugo i se svým bratrem studovali zpěv na brněnské konzervatoři a u Leoše Janáčka fonetiku. Po ukončení studia v roce 1920 v 19. letech začal působit v Národním divadle v Brně, po 2. letech následuje angažmá v divadle v Ostravě, pak v Olomouci a pražském Divadle komedie. V roce 1924 v Divadle na Vinohradech (do roku 1930), následuje soubor činohry Národního divadla v Praze (až do roku 1939). Významné role z jeho působení : dr. Galén v „Bílé nemoci“, ředitel Busman v „R.U.R.“ aj.

Zahrál si také ve filmu. Začínal v němém filmu v roce 1923. Svůj komediální talent předvedl v roce 1931 ve filmu „Muži v offsidu“. Do roku 1938 si zahrál asi ve třiceti filmech. Zkoušel také režirování např. „Velbloud uchem jehly“ (režie spolu s Otakarem Vávrou), „Děvčata nedejte se!“, „Bílá nemoc“, „Co se šeptá“..... Nezapomenutelný je v komedii „Andula vyhrála“.

Nejčastější jeho herecké partnerky v divadle: Andula Sedláčková, Jiřina Šejbalová, Olga Scheinpflugová, která byla manželkou spisovatele Karla Čapka.

Ve filmu hrál s těmito slavnými herečkami:

Adina Mandlová -Ať žije nebožtík, Děvčata nedejte se!, Život je pes

Věra Ferbasová -Mravnost nade vše, Andula vyhrála

Antonie Nedošínská - Velbloud uchem jehly, Okénko

Lída Baarová- Madla z prádelny, Okénko
Jiřina Štěpničková - Jedenácté přikázání.



Kvůli židovskému původu musel z Národního divadla v roce 1939 odejít. S manželkou uprchl přes Francii a Španělsko do USA. Jejich syna se zatím ujal jeho bratr Pavel s manželkou. Otec i bratr zahynuli v koncentračním táboře.

V USA hrál divadlo, vyučoval na herecké škole, v Hollywoodu se prosadil nejen jako herec, ale i jako režisér, scénárista a producent.

Koncem padesátých let se vrátil do Evropy (do Itálie), později do Vídně kde žil až do své smrti. Do české republiky se vrátil jen krátce v roce 1963 na oslavu Národního divadla. Zemřel ve Vídni 1. prosince 1968. Urna s jeho ostatky je uložena v rodinném hrobě na Židovském hřbitově v Brně vedle jeho matky, syna Michala a švagrové (manželky bratra Pavla).

Věra Mrkvicová

vedoucí zdravotnického úseku

Chcete mít svůj Zámecký zpravodaj? Pokud ano, je možné si ho zakoupit za 30,- Kč. Zeptejte se Vašich sestřiček.

váš Zpravodaj

Uzávěrka příštího čísla Zámeckého zpravodaje je 31.8.2016. Své příspěvky zasílejte v elektronické podobě na email stiborova@ddsokolnice.cz
Redakční rada: MVDr. Petr Nováček, Mgr. Eva Stiborová.