

DOMOV PRO
SENIORY



Zámecká 57, 664 52 Sokolnice

Zámecký zpravodaj

Časopis Domova pro seniory Sokolnice



VI. ročník 12. číslo prosinec 2016

Informace z domova



Vážení přátelé, klienti, zaměstnanci,

je to tu zase, opět nám uběhl další rok života a je zde poslední měsíc roku 2016.

Dovolte mi, abych Vám všem, jak uživatelům našich sociálních služeb, tak i všem zaměstnancům, vašim rodinám, příbuzným, přátelům, našim obchodním partnerům, všem pracovníkům našeho zřizovatele JMK a stejně tak i všem lidem v úvodu našeho prosincového Zámeckého zpravodaje popřál klidné, v míru prožité svátky vánoční a hlavně pevné zdraví v novém roce 2017.

Přeji nám všem, abychom zvládali naši těžkou a náročnou práci co nejvíce v klidu a pohodě, abychom se potkávali s úsměvem ve tvářích, klidným srdcem a klidnou myslí, pokojnou duší a užívali si krásného a spokojeného života po celý příští rok nejen u nás v domově, ale i mimo něj.

MVDr. Petr Nováček
ředitel domova

PODĚKOVÁNÍ

Vážení zaměstnanci,

dovolte mi, abych Vám všem našim zaměstnancům poděkoval za odvedenou práci, která byla v tomto roce obzvláště nelehká a její náročnost se pohybovala na hranici únosnosti. Důvodů bylo několik, jednak mnoho našich klientů se dostalo do mnohem těžšího zdravotního stavu, a tím je vyžadována vyšší náročnost při péči. Dále domov prožíval nelehké období personální výměny více zaměstnanců a to i několikrát, kdy jsme si již mysleli, že je vše vyřešené a tím i mnohem vyšší pracovní zatížení pro Vás pracovníky, kteří již delší dobu pracujete u nás v domově. Také nás potkalo množství dlouhodobých pracovních neschopností, které také nepřispěly ke klidu a pokojné práci, ale zvyšovaly náročnost práce.

Současně došlo k otevření nových pokojů na nádvoří, tím i nutnost zajištění nové sesterny a opět k vyšší náročnosti při plnění si daných úkolů.

Všem Vám ještě jednou děkuji za odvedenou dobrou práci a doufám, že v tom novém roce 2017 budeme mít více klidu a pohody pro plnění našich úkolů. Děkuji.

MVDr. Petr Nováček
ředitel domova

Poděkování zaměstnancům

Starý rok uběhl jako voda a nový rok nás k sobě volá. Proto přeji do nového roku našim děvčatům uklízečkám pevné zdraví, aby se o nás tak hezky staraly jako v loňském roce. Neměly to někdy s námi lehké, proto si jich velice vážíme a máme je rádi. Jejich práce není závidění hodná, ale mají stále úsměv na tváři. Jsou to prostě naše holky. Také přeji všem zaměstnancům, co zde pracují, zdravíčko, pohodu a trpělivost s námi. Mají pro nás úsměv, když se potkáme a my jsme za to všem vděční. Děkujeme všem! Nám klientů, co zde bydlíme přeji pevné zdraví, abychom byli tak šťastní jako ve starém roce. Do nového roku vykročíme správnou nohou, vždyť je zde krásně a máme vše, nač si vzpomeneme. Bydlíme v krásném prostředí a v krásném zámečku.

Děkuje za klienty Anna Konečná

Poděkování naší kolegyni

Poděkování dnes patří naší dlouholeté obětavé a oblíbené spolupracovnici, která k 31.12.2016 opouští naše řady, a to staniční sestře Božence Šustrové.

Milá Boženko, přejeme Ti zdraví, štěstí a radost do dalších let, užívej si klidu, vnučátka a přejeme Ti, abys našla čas na to, co jsi v plném pracovním nasazení dosud časově nezvládla.

Ohlédnutí za listopadem

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

Měsíc listopad nás počasím rozhodně nepřekvapil. Překvapila nás účast našich seniorů na olympijských hrách. Došli k nám soutěžit i senioři ze Sokolnic. Soutěžní disciplíny byly velmi zapeklité a těžké. Špotákové by se šokem zkrivil oštěp, kdyby musela soutěžit v našich disciplínách. A ty se skládaly z 1) kuželek, 2) skládání sirek do krabičky, 3) hod balonem do koše a za 4) vědomostní soutěž.

Po velice napínavém klání a vyhlášení vítězů (prosím doplnit), jsme se občerstvili kalorickou bombou v podobě brambůrek, sušenek, chlebíčků. Vše jsme spláchli kávou a vínem.

Po občerstvení jsme neodolali a trochu jsme si hodili bokem. Muzikant hrál, přítomné sokolnické dámy zpívaly jako o život, tak nebyl důvod se trochu nepobavit. Náš veselý „čaj o páté“ skončil úderem 17 h.



Jinak se samozřejmě pomalu celý měsíc chystáme psychicky i fyzicky na prosinec, kdy vypuknou vánoční přípravy.

Přeji pěkný zbytek měsíce a klidné prožití vánočních svátků.

Naděžda Krošláková, Dis.

I.A oddělení

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

Podzimní měsíce jsou každý rok ve znamení většího klidu. Počasí nebývá moc vlídné, proto se naše aktivity odehrávají spíše na jednotlivých pokojích nebo na oddělení.

Těšíme se zejména na ty pravidelné jako jsou Biblické příběhy a páteční Zpívánky, které máme moc rády. Kolikrát samy sebe překvapíme, na kolik písniček si dokážeme vzpomenout.

Listopad je také měsícem, kdy vzpomínáme na ty, kteří už mezi námi nejsou a my na ně s láskou myslíme. Hned po smutných Dušičkách se začínáme pomaličku těšit na Vánoce. Tentokrát jsme měli opravdu „moc práce“, protože jsme na našem oddělení pekly perníčky na obecní slavnost – rozsvěcení vánočního stromu.

Měly jsme velkou radost z toho, že dokážeme v mezích svých sil být užitečné, za což nám poděkoval i pan starosta.

Ivana Dvořáková, Dis.

I.B oddělení

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

Léto a laskavější část podzimu je pomalu za námi, takže jsme se museli na chvíli rozloučit s našimi oblíbenými vycházkami a většinu času trávíme na oddělení. Společnost nám dělá televize, u které si rádi posedíme a zazpíváme.

Navštívil nás také pan Choura, se kterým procvičujeme paměť a hrajeme různé slovní hry.



Iva Hermanová

II.C oddělení

Nabídka aktivitací v prosinci

I.A oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů

Úterý 6.12. Mikulášská nadílka

Čtvrtek 8.12. Příprava jednohubek

I.B oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů

Pondělí - předčítání z knihy Kája Mařík od 13:00

Středa - cvičební skupina od 10:00

Čtvrtek - předčítání z knihy Kája Mařík od 13:00

Úterý 6.12. Mikulášská nadílka - od 14:00

Čtvrtek 8.12. Pečení slaneho pečiva – od 10:00

Úterý 20.12. Zpíváme koledy – od 10:00

II.C oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů

Úterý 6.12. Mikulášská nadílka

Úterý 20.12. Zpíváme si se „Šlágrem“

Středa 28.12. Posezení u kávy a povídání o Vánocích – od 14,00

Nabídka celodomovních aktivit v prosinci

- Čtvrtek 1.12. VÁNOČNÍ JARMARK NA KRAJSKÉM ÚŘADĚ**
od 9,00 hodin
- Pátek 2.12. ZPÍVÁNKY** *od 10:00 hodin na I. A oddělení*
- Pátek 2.12. PRODEJ PRÁDLA A OBLEČENÍ**
od 10:00 hodin v kantýně
- Neděle 4.12. UKÁZKA NAPOLEONSKÉ BITVY**
od 10:00 hodin v zámeckém parku
- Pondělí 5.12. BIBLICKÉ PŘÍBĚHY** *od 10:00 hodin na I.A oddělení*
- Úterý 6.12. MIKULÁŠSKÁ NADÍLKA** *od 10:00 hodin na odděleních*
- Pátek 16.12. ZPÍVÁNKY** *od 10:00 hodin na I. A oddělení*
- Pátek 16.12. „O BEDŘIŠCE A KAJETÁNOVI“ – dětské divadelní
Představení TJ Sokol Žatčany**
odjezd v 9:30 hodin z vrátnice
- Pondělí 19.12. BIBLICKÉ PŘÍBĚHY** *od 10:00 hodin na I.A oddělení*
- Úterý 20.12. VÁNOČNÍ KOLEDOVÁNÍ ŽÁKŮ ZŠ DAMBOŘICE**
od 9:30 hodin na odděleních
- Středa 20.12. VÁNOČNÍ PŘÁNÍ A ZPÍVÁNÍ S DELEGACÍ SPD**
od 14:00 hodin v jídelně
- Pátek 23.12. ZPÍVÁNKY** *od 10:00 hodin na I. A oddělení*

Pátek 30.12. SILVESTROVSKÉ ZPÍVÁNKY

od 10:00 hodin na I. A oddělení

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

V měsíci prosinci slaví své narozeniny

Bielčík Vladislav

Klementová Eva

Skřivánková Božena

Trbola Jaroslav



Naši zaměstnanci:

Harvánek Vladimír

Mgr. Michaela Králová

Herberková Janka

Sekanina František

Blahopřejeme!

Vítejte mezi námi!

Novotná Květoslava

I.B oddělení

Podbřecký Jan

II.C oddělení

Žbánkova Anna

I.B oddělení

Hrajeme si se slovíčky

Zkuste si jen tak sami pro sebe vzpomenout na co nejvíce slov:

Jména začínající písmenem Z – Zina...Zdenka....

O – Olga...Otmar.....

Věci začínající písmenem K – klika....konev....

U – uzenka....uzel....

Města začínající písmenem R – Rýmařov....Roudnice...

P – Praha....Putim....

Zvířata začínající písmenem B– buvol....býk...

J – jalovice...jak...

Tuto hru si můžete zahrát také v duchu pro sebe a překvapit sami sebe, na kolik slov si vzpomenete.

Mgr. Eva Stiborová
vedoucí aktivizačního oddělení

Seniorská olympiáda

Ve čtvrtek 30. listopadu se konala v Domově pro seniory poprvé Seniorská olympiáda. Myšlenka prohloubit kontakty našich seniorů se seniory z obce Sokolnice se ukázala jako výborný nápad. Vedení obce Sokolnice zajistilo pro přítomné seniory bohaté pohoštění, paní Mirka Mířková oslovila místní seniory, aktivizační pracovnice domova zase připravily veselé soutěže.

Tři smíšená soutěžní družstva tvořila vždy dvojice seniorů z domova a dvojice seniorů z obce. Hráli se kuželky, skládaly zápalky jednou rukou, házelo se míčem na terč a vyplňoval se soutěžní kvíz, ve kterém hráči mimo jiné hádali fotografie známých herců, doplňovali přísloví, poznávali cizí města a hledali rozdíly v obrázcích.



Po vyhodnocení soutěže, vyhlášení vítězů a rozdání odměn a medailí následovala společenská zábava s občerstvením i „kapkou“ vína. Pozvali jsme také oblíbeného pana Sekaninu z Újezdu, se kterým se zpívalo a tancovalo až do večerních hodin.

Barvy jednotlivých stran hájil i starosta obce Mgr. Libor Beránek a ředitel domova MVDr. Petr Nováček, kteří přišli přítomné pozdravit a posedět s nimi. Jejich zápolení skončilo s nerozhodným výsledkem. Troufám si říct, že i jim se společenské setkání našich starších spoluobčanů moc líbilo, o čemž svědčí také jejich zápal pro jednotlivé disciplíny.



Nakonec nezbyvá než poděkovat všem, kteří tuto milou akci připravili a také všem, kteří se jí zúčastnili. A Vás, ostatní sokolnické senior, zveme na příští ročník, který určitě uspořádáme v novém roce. A protože v dobrých věcech se má pokračovat, přejeme si, aby se toto

předvánoční setkávání seniorů stalo tradiční společnou akcí obce a našeho domova.

Mgr. Eva Stiborová

vedoucí aktivizačního oddělení

Zajímavosti Vánoc

Adventní věnec

Mnohdy vytváří jen příjemnou dekoraci našich domácností. Zapalovat „čtyři svíce“ má však mnohem hlubší smysl. Pokud chceme zjistit jeho původ, musíme se vydat do Hamburku roku 1839. Zde pracoval jistý J. H. Wichern jako vychovatel v sirotčinci. Chtěl chlapcům zkrátit čekání na Vánoce tím, že vytvořil věnec s 25 svíčkami. Nedělní svíce byly větší. Každý den zapalovali jednu svíci a modlili se. Dnes nám zbyly jen čtyři svíce, ale poselství připravit se modlitbou na Vánoce zůstalo. Základem věnce je zelená dřevina – jedle, smrk, borovice.



Stuhly se původně používaly pouze fialové. Fialová je barvou celého adventního období. Dnes se používají také stuhly červené jako symbol Ducha svatého. Zelené větve připomínají život, kruh znázorňuje věčnost a Boha, který nemá začátek ani konec a ke kterému máme směřovat.

Čtyři svíce připomínají čtyři adventní neděle, které předcházejí Vánocům. Mohou také znázorňovat světové strany, roční období nebo lidské vlastnosti temperamentu. Obecně jsou svíce symbolem světla víry a našeho boje proti temnotě hříchu a smrti.

Betlémské světlo

Nápad šířit betlémské světlo vznikl v Rakousku. Od roku 1986 je sem každoročně dopravováno letecky z Betléma a dále se šíří do 25 zemí a institucí (např. OSN) Evropy. K nám bylo poprvé přivezeno skauty roku 1989. A proč světlo? Tak je Bibli nazýván Ježíš.

Betlém - Jesličky

První Betlém se objevil ve 13. století a vdčíme za to sv. Františkovi z Assisi. Mnohá města a vesnice se mohou chlubit také živým betlémem. Naši betlémáři zobrazují vedle hlavních postav často celou vesnici. Jeden z největších betlémů světa se nachází v Jiříkově na Rýmařovsku a má přes 143 dřevěných soch v životní velikosti.



Svatý Štěpán - 26.12.

Neohroženě hlásal evangelium a byl proto ukamenován. Stal se tak prvním svědkem Ježíše Krista, který za svou víru zaplatil životem. Štěpán je patronem koní, proto se v den jeho svátku žehnají koně, oves a obilí pro jarní setbu. A nemůžeme zapomenout ani na tradiční štěpánskou koledu : Koleda, koleda, Štěpáne....“.

Svatý Jan Evangelista - 27.12.

Podle tradice se Jan, nazývaný Miláček Páně, po smrti císař Domiciána vrátil do Efesu, kde ho velekněz chrámu bohyně Diany nechal vypít kalich vína s jedem. Jan udělal nad kalichem znamení kříže, zbavil tak jed jeho účinku a víno vypil. Na připomínku této události se začalo žehnat víno a podává se se slovy: “ Pij lásku sv.

Jana“. Zdůrazňuje se při tom přikázání lásky, které Jan zmiňuje ve svých spisech. Zprávy o tomto zvyku pocházejí z 12. století.

Vánoční stromeček

Neodmyslitelnou součástí Vánoc je stromeček. Je symbolem života a smrti, protože ze dřeva byly vyrobeny jesličky i kříž.



Zvyk zdobení stromečku pochází z Německa. Již Germáni stavěli před své domy jedle k poctě boha Slunce a na něm umísťovali světla. O podobných stromech se můžeme dočíst i v Bibli. O prvním i světly ozdobeném stromečku nalezneme zmínku v brémské kronice ze 16. století V následujícím století se začal rozšiřovat z německých měst do vesnic a počátkem 18. století opak dále do ostatních zemí.

V minulém století byla vánočním stromkem především jedle, jenž dnes je dost vzácná, a proto bývá nahrazena smrkem, borovicí nebo umělou hmotou. První stromek se u nás rozsvítil v jedné pražské vile roku 1812 a tehdy se vánočnímu stromku říkalo „Kristův strůmek“. Nejprve jej měli v bohatších rodinách v Čechách. Je zajímavé že na Moravě se začal objevovat až počátkem dalšího století.

Velice známý je bohatě ozdobený strom u Brandenburské brány v německém Berlíně, který se přiváží z Norska. Obecně by se dalo říct, že v teplých krajinách jsou živí vánoční stromky výsadou bohatých, a proto jsou nahrazovány stromky umělými.

Helena Procházková, II.C oddělení

Jak Honza ke štěstí přišel

Honza byl známý svou hloupostí. Ve škole mu to nešlo, jen farář s ním měl trpělivost. Ale farář má také jedny nervy, a když si Honza pletl Adama s Abrahamem, tak ho to také brzo omrzelo.

Všichni lidé se mu jen posmívali. Chodil sám do lesa na dříví a podobně. Jednou však z lesa přišel s rozzářeným obličejem. Nikomu však nechtěl povědět, co v lese viděl. Lidé ho začali opatrně stopovat. A tu přišli na místo, kde Honza před chvílí byl. Dívali se pozorně na zem a v tom uviděli dvě stopy malých krůčků. A tu pochopili, že i

hloupého Honzu potkalo velké štěstí. Toho malého hlupáčka přišel v lese o Vánocích navštívit malý Ježíšek. Neboť Ježíšek pochopil, že ten Honza v palici moc nemá, ale že má dobré srdce, a proto ho Ježíšek navštívil. Byl to nejkrásnější dárek, který Honza dostal. Uviděl malého Ježíše, který mu dal nejkrásnější vánoční dárek. Sebe samého. Neboť Ježíšek i dnes nehledí na to, kolik máme v hlavě, ale především na to, jaké máme srdce. Je-li srdce dobré, tak i nás Ježíšek o Vánocích navštíví, a tím nám vlastně dá to nejkrásnější, co můžeme dostat. Naše Vánoce mohou mít různou podobu. Někdo dostane k Vánocům mnoho dárků, ale ten největší dar si můžeme jen vyprosit, protože i dnes platí: „Blahoslavení čistého srdce, neboť oni Boha vidět budou.“

Mgr. Josef Bobrovský, farář ČSCH

klient IIC. oddělení

Vánoce

Na nebi svítí tisíce hvězdiček
a kolem nich je nádherný měsíček.

Nastal nám ten vánoční čas ,
kdy snížek padá kolem nás
a pod nohama krásně vrže.



Vánoce jsou zase zpátky,
ponoříš se do pohádky,
posti se jen na krátko,
chceš-li vidět prasátko.

Anna Konečná

klientka II.F oddělení

Vánoce a naše zdraví

Blíží se konec roku, svátky Vánoc a různých dobrot. Nervové vypětí, přívaly cukru, masa a alkoholu mohou pořádně rozhodit váš žaludek. Hrozí jeho překyselení, které může zasáhnout celý organismus.

Jaké riziko překyselení organismu přináší? Odebírá vápník z těla, odebírá minerály z kostí, vaziv, cév, zubů, kloubních chrupavek. Může dojít k řídnutí kostí a kornatění cév. Hrozí onemocnění jako je dna, artróza, revmatismus, ale i nádorové bujení. Překyselený žaludek může způsobit i vypadávání vlasů, ekzém, deprese, zubní kazy. K překyselení žaludku přispívá i duševní zátěž, starosti, nervozita, málo pohybu, špatné dýchání (povrchové dýchání způsobuje, že v těle chybí kyslík). Čím tedy můžeme ovlivnit rovnováhu kyselosti v těle? Zejména stravou. Neutralizují ji například bramborová polévka, bramborové knedlíky, brynza, brokolice, celer, chřest, celozrnný chléb, česnek, cibule, červená řepa, zelný salát, špenát, okurky, droždí, luštěniny, mléko, (tučné a kondenzované), ryby, krůtí maso, ořechy, máslo, jogurty, tvaroh....

I přes tato rizika vám všem přeji příjemné a klidné prožití vánočních svátků, hodně zdraví a pohody do roku 2017.

Věra Mrkvicová

vedoucí zdravotnického úseku

Významné osobnosti

Dnes jsem vybrala významnou osobnost z filmů pro pamětníky. Není sice rodačkou Brněnska, ale zaslouží si naši pozornost a vzpomínku.

Růžena Šlemrová se narodila 10. listopadu 1886 v Plzni. Byla dcerou historika a středoškolského profesora Bedřicha Macha. Otec svou dceru podporoval v zájmu o divadlo a herectví. Po maturitě se v herectví vzdělávala u slavné herečky Národního divadla Otýlie Sklenářové, aby se stala jednou z nejlepších komiček třicátých let. Její nezaměnitelný hlas, vtipnost, umění parodovat známé osobnosti byly jedinečné.

Jejím prvním angažmá a zároveň jediným bylo Městské divadlo na Vinohradech, zde působila čtyřicet let. První role ve filmu byla role záletné paní Fialové v komedii „Noční děs“ . Nejvíce byla obsazována do rolí paní továrníkové, zámožných manželek a matek. Hrála manželky, maminky a společnice různým známým hereckým protějškům. Například to byl Theodor Pištěk, Čeněk Šlégl, Oldřich Nový, Vladimír Šmeral. Zahrála si se Zitou Kabátovou, Adinou Mandlovou, Hanou Vítovou, Hugo Haasem aj. Objevila se ve filmech „Muži v ofsidu“, „Anton Špelec ostrostřelec“, „Velbloud uchem jehly“, „Otec Kondelík a ženich Vejvara“, „Advokátka Věra“, „Andula vyhrála“, „Dívka v modrém“....



Její nejznámější rolí byla role paní Cecílie Dynderové v „Hostinci U kamenného stolu“ kde si zahrála se Stanislavem Neumanem. Na hereckou činnost, omezenou v době okupace, navázala po skončení války. Ale nebyla již v té době tak žádaná. Všichni si na ni vzpomeneme, kdy budou jistě jako každý rok na některém z mnoha programů vysílat komedii „Dovolená s Andělem“, „de si zahrála s Jaroslavem Marvanem a dalšími známými herci. Růžena Šlemrová byla vdaná za filmového producenta a manažera Roberta Šlemra. Jejich manželství jim vydrželo na celý život. Zemřela ve věku sedmdesát pět let dne 24. srpna 1962.

Věra Mrkvicová

vedoucí zdravotnického úseku

Zdroje:

<https://www.google.com/search?site=&tbm=isch&source=hp&biw=1536&bih=788&q=r%C5>

<https://www.google.com/search?site=&tbm=isch&source=hp&biw=1536&bih=788&q=r%>

<https://www.google.com/search?site=&tbm=isch&source=hp&biw=1536&bih=>

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 30.1.2017. Své příspěvky zasílejte v elektronické podobě na email stiborova@ddsokolnice.cz

Redakční rada: MVDr. Petr Nováček, Mgr. Eva Stiborová.