

**DOMOV PRO
SENIORY**



Zámecká 57, 664 52 Sokolnice

Zámecký zpravodaj

Časopis Domova pro seniory Sokolnice



IX. ročník

10. číslo

říjen 2019

Informace z domova



Vážení kolegové, milí klienti,

1) V současné době probíhá „Rekonstrukce hospodářských prostor Hájenky“. Stavba bude ukončena v 03/2020. Upozorňujeme klienty a personál na dodržování a respektování bezpečnostních opatření ze strany dodavatele.



2) Rekonstrukce kotelny – dokončili jsme rekonstrukci kotelny hlavní zámecké budovy.



3) S rekonstrukcí kotelny jsme úspěšně dokončili přemístění náhradního zdroje elektrické energie do prostor kotelny.



4) Probíhá modernizace WC a oprava vodoinstalace v hlavní zámecké budově.



5/ Zahájili jsme práce na propojení kanalizace od objektu Hájenka k hlavní zámecké budově.



Mimo výše uvedeného v současné době probíhá:

- oprava podlahy kůru v zámecké kapli
- probíhají práce na projektové dokumentaci pro stavební povolení a prováděcí dokumentaci „Humanizace pobytových služeb“ pro výstavbu samostatných tří domků na louce před Bílým domem pro 48 klientů
- zakoupili jsme velký kompostér na zbytky jídel do gastro provozu
- provádíme výměnu havarijního stavu hromosvodů na objektech Hájenka a Bílý dům
- v nejbližší době dojde k výměně řídicího systému lůžkového výtahu na nádvoří.

Vedení domova děkuje za pochopení.

Milan Kulich

vedoucí technicko-provozního úseku

Sociálně-právní okénko

Cílová skupina sociální služby – je skupina definovaná nepříznivou sociální situací, které je určena sociální služba. Tato nepříznivá situace může být vyvolána věkem, ne mocí, zdravotním postižením, životním i návyky, nepříznivým prostředím, ohrožením ze strany jiných osob a dalšími příčinami.

Abúzus – je užívání psychoaktivní látky, které vede ke zdravotnímu poškození nebo k nepříjemné psychické reakci. Termín je používán nejen pro látky, které jsou návykové, tak pro látky nevyvolávající závislost.

Funkční potenciál - je medicínský pojem zahrnující soubor tělesných a psychických funkcí člověka, jež jsou významné pro jeho život v přirozeném prostředí. Zjišťuje se komplexním vyšetřením tělesných systémů, smyslů a psychických schopností. Doplňuje medicínskou diagnózu nemoci a přehled o tom, co člověk může.

Gerontologie – je obor zabývající se procesy stárnutí a problematikou vyššího věku. Integruje hledisko zdravotní, psychologické a sociální. Součástí gerontologie je geriatrie, která se zabývá prevencí, diagnostikováním a léčením nemocí starších lidí.

MVDr. Petr Nováček, ředitel domova

Ohlédnutí za zářím

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

Zpívání, cvičení (a to hlavně to duševní), procházky, tréninky jemné motoriky, luštění, zooterapie, univerzita, melky, kuželky, pinkání si s balonem, čtení.....vše jsme plnili dle plánu. A samozřejmě pěkně zvesela, optimisticky, důkladně (ale zase ne puntičkářsky).



Prostě vše, co děláme a co chceme dělat, děláme rádi. První místo stále okupuje zámecký park a lelkování v něm. Každý nádech na čerstvém vzduchu, je balzámem pro duši i tělo.

Měli jsme v plánu i péct, ale čas nám to moc nedovolil. Čeká nás ale zima a tím pádem i méně korzování po venku, a tedy více času na aktivity v prostorách zámku.

Naděžda Krošláková, DiS.- I.A oddělení

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

Září neboli měsíc babího léta nám ukázal svoji nejkrásnější tvář. Bylo krásné a teplé počasí, tak jsme si s klientkami dělaly procházky po naší zámecké zahradě. To byl ten správný čas na dlouhé a přátelské povídání. V půli září jsme opět prožili velkou akci, při které se potkávají různé generace.



Užily jsme si s klientkami spousty rozverných dětí v naší zámecké zahradě. Dále pokračujeme ve společné čtení knihy od V. Javořické.

Přidaly se k nám i nově příchozí klientky. I v září jsme si protrénovaly naši paměť.

Všechny doufáme, že i říjen nám přinese krásné a počasí.

Ivana Dvořáková, DiS. – I.B oddělení

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

Měsíc září byl po prvním chladném týdnu opět celkem teplý. Na zahradě dozrála rajčata, vychutnávali jsme teplé sluneční paprsky při vycházkách do parku. Začala Univerzita třetího věku – O krajích Francie, zapojili jsme se do soutěže Křížovkářská liga. Čteme z knihy Vlasty Javořické, procvičujem paměť i ruce. V půlce měsíce ožil zámecký park vojáky, dětmi a písničkami při Mezigeneračním dnu a den nato jsme se na nádvoří zúčastnili vystoupení Mužáků ze Žatčan a dětského souboru Jamírek při Dožínkách.



Povídali jsme si o svatém Václavovi – od roku 2000 je tento den Státní svátek. Zazpívali jsme si při Zpívánkách i u Biblických příběhů.

Helena Procházková - II.C oddělení

Nabídka aktivit v říjnu

I.A oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů

Čtvrtek 3.10. Hrajeme melky

Středa 9.10. Procvičujeme hrubou motoriku-balon, padák

Středa 16.10. Trénink paměti-kvízování

Čtvrtek 24.10. Luštění křížovek

I.B oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů, doprovod klientů k lékaři a domů

Čtvrtek 3.10. Společné luštění křížovek

Čtvrtek 17.10. Tvoření drobných předmětů

Středa 23.10. Terapeutické pečení-tentokrát něco ze švestek

II.C oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů

Úterý 8.10. Povídání o podzimu

Středa 15.10. Hrajeme pexeso

Středa 23.10. Procvičování textů písničky

Středa 30.10. Podzimní pečení

Každé úterý, středa, čtvrtek od 13:00 – čtení na přání z knihy Vlasty Javořické

Nabídka celodomovních aktivit v říjnu

Středa 2.10. MŠE SVATÁ *od 10:00 hodin v zámecké kapli*

Středa 2.10. PRODEJ OBLEČENÍ *od 9:00 hodin v kantýně*

Čtvrtek 3.10. UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU – KRAJE FRANCIE
od 13:30 hodin na nádvoří

Čtvrtek 3.10. KŘÍŽOVKÁŘSKÁ LIGA *od 10:00 hodin na odděleních*

Pátek 4.10. ZPÍVÁNKY *od 10:00 hodin na I.A oddělení*

Pondělí 7.10. BIBLICKÉ PŘÍBĚHY *od 10:00 hodin na II.C oddělení*

**Středa 9.10. PŘEDNÁŠKA O HUDEBNÍ SCÉNĚ 70. a 80. LET –
MUZIKOTERAPIE**
od 10:00 hodin na I.B oddělení

Čtvrtek 10.10. UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU – KRAJE FRANCIE
od 13:30 hodin na nádvoří

Čtvrtek 10.10. KŘÍŽOVKÁŘSKÁ LIGA *od 10:00 hodin na odděleních*

Pátek 11.10. ZPÍVÁNKY *od 10:00 hodin na I.A oddělení*

- Čtvrtek 17.10. UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU – KRAJE FRANCIE**
od 13:30 hodin na nádvoří
- Čtvrtek 17.10. KŘÍŽOVKÁŘSKÁ LIGA** *od 10:00 hodin na odděleních*
- Pátek 18.10. ZPÍVÁNKY** *od 10:00 hodin na I.A oddělení*
- Pondělí 21.10. BIBLICKÉ PŘÍBĚHY** *od 10:00 hodin na II.C oddělení*
- Úterý 22.10. BLOŇDÁCI OTNICE - HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ K MEZINÁRODNÍMU DNI SENIORŮ**
od 13:30 hodin v jídelně
- Čtvrtek 24.10. ZOOTERAPIE** *od 9:30 hodin na odděleních*
- Čtvrtek 24.10. UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU – KRAJE FRANCIE**
od 13:30 hodin na nádvoří
- Čtvrtek 24.10. KŘÍŽOVKÁŘSKÁ LIGA** *od 10:00 hodin na odděleních*
- Pátek 25.10. ZPÍVÁNKY** *od 10:00 hodin na I.A oddělení*
- Čtvrtek 31.10. UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU – PROMOCE**
od 13:30 hodin na nádvoří
- Čtvrtek 31.10. KŘÍŽOVKÁŘSKÁ LIGA** *od 10:00 hodin na odděleních*

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

V měsíci říjnu slaví své narozeniny

Bímová Marie

Chalupová Jiřina

Oppl Jaroslav

Gbelcová Marie

Kachlík Emil

Schwoiserová Marie



Naši zaměstnanci

Fazekašová Ludmila

Baťková Leona

Hoffbauerová Drahomíra



Blahopřejeme!

Hrajeme si se slovíčky

Doplňte křestní jméno herce:

Voskovec, Mandlová, Kemr, Burian, Nedošínská, Vojan, Janžurová, Bohdalová, Nasková, Kabátová, Baldová, Gollová, Jirásková, Zázvorková, Beneš, Marvan, Filipovský, Sovák, Pešek, Werich.

Z knihy Jitky Suché pro Vás vybrala

Helena Procházková
pracovnice II.C oddělení

Mezigenerační den-Byla vojna, byla

V sobotu 14. září 2019 se konala v zámeckém parku Domova pro seniory Sokolnice již po třetí oblíbená akce- MEZIGENERAČNÍ DEN-BYLA VOJNA, BYLA- mající za cíl propojit širokou rodinu a alespoň na pár hodin vtáhnout naše seniory do společenského dění.

Akce začala po desáté hodině registrací účastníků na nádvoří, kde obdrželi hrací kartu s mapkou areálu a stanovišti s jednotlivými úkoly, kterých bylo celkem 13 a určitým způsobem se vztahovaly k tradici napoleonského bojiště, jehož součástí byl kdysi také sokolnický zámek. Děti v doprovodu rodičů a prarodičů procházeli areál parku a plnily jednotlivé úkoly jako -hod dělovou koulí, střelba

na terč, lanová dráha, překážková dráha, pexeso puzzle, první pomoc, poznávání vojenských uniforem podle vzorů, poznávání rostlin a zvířat.....Za každou splněnou disciplínu získaly do hrací karty jedno písmenko, díky kterému na konci závodu složily heslo-VELKÁ RODINA-se kterým se přihlásily v cíli a obdrželi získanou odměnu.



Mimo zmíněné soutěže byli v areálu přítomni napoleonští vojáci, kteří postavili dobové vojenské ležení včetně polní kuchyně a předvedli také krátkou ukázkou vojenského výcviku. Na spodní louce byla možnost projížďky na ponících a koních vojáků, na nádvoří fotokoutek a maketa napoleonského vojáka, kde se děti mohly vyfotit. Velký zájem byl zejména mezi nejmenšími dětmi o bludiště.

Pro návštěvníky bylo zajištěno rozmanité občerstvení a několik stánků s drobnými upomínkovými předměty.



Dovolte mi na závěr, abych tímto poděkovala všem kolegyním a kolegům a také pořadatelům z Rodinného centra Lípa Sokolnice, protože bez jejich obětavé výpomoci by se jistě akce tak nevydařila. Také díky jim mohlo 130 dětí všeho věku v doprovodu své rodiny prožít pěkné dopoledne.

Mgr. Eva Stiborová—sociální pracovník

Mladým vadí, že senioři pracují

Jsou pomalí a nevýkonní. Kdyby šli do penze, mladí by měl více pracovních příležitostí. Když je člověk starý, nemá pracovat. Tak toto jsou názory mnoha mladých Čechů. Vyplynulo to z několika průzkumů a anket.

Ten se asi do penze nechystá nikdy. Tuto věty vyslechl sedmašedesátiletý Miroslav, když prošel kolem kuchyňky, kde si vařili kafe dva výrazně mladší kolegové. „Nějakou dobu mi trvalo, než mi došlo, že mluví o mně. Byl to šok. Chovají se ke mně korektně, nijak se v práci s nikým nedružím. Prostě udělám svoje a jdu domů,“ vypráví. Pracuje, přestože by už mohl být v penzi. Firma patří synovi jeho kamaráda a ten má o Miroslavovy služby zájem, protože na rozdíl od mladých zaměstnanců výborně ovládá technickou němčinu. „Ti mladí se sice domluví, ale když přijde na řešení odborných detailů s našimi německými partnery, nastupuji já. Myslím, že by si mě tady majitel nedržel, kdybych nepodával výkon. Jenže mi nenapadlo, že mladí to berou jinak. Mají asi zálsk na moje místo, připadám jim jako důchodce. My ale taky za mlada používali výraz prdch, tedy pracující důchodce. Vlastně jsme si ze starých lidí, kteří chodili do práce, taky dělali legraci,“ říká.

Průzkum statistického úřadu Evropské unie Eurobarometr se snažil zmapovat postoje mladých lidí ke generaci ve věku padesát pět plus. Až dvě třetiny mladých Čechů lidí zmínily nějakou věc, která jim na starších lidech vadí. Nejčastěji to, že pracují a tím takzvaně zabírají místo mladým. Dále zmiňovali, že na penze je vynakládáno hodně peněz z daní všech. Padaly i výrazy, že staří lidé jsou svým způsobem pro společnost přítěž. Když byly odpovědi mladých Čechů porovnány s odpověďmi v průměru Evropské unie, nevyšli z toho dobře. Zatímco v České republice vnímá populaci padesát pět plus spíše negativně

více než padesát procent mladých lidí, v Evropské unii je to v průměru dvacet osm procent.

„Z našich údajů vyplývá, že se každý desátý senior někdy setkal s diskriminujícím chováním. Senioři velmi často cítí, že je mladí lidé vnímají jen jako někoho, kdo je pomalý, zabírá místo v tramvaji a stojí peníze. Lidé se tak cítí ztraceni, sami a nepotřební,“ uvedl Jakub Carda z obecně prospěšné společnosti Společně, která provozuje Senior pointy, tedy místa určená k setkávání starších lidí.

Došlo k naprosto paradoxní situaci. Z jedněch průzkumů vyplývá, že lidem vadí, když si senioři k důchodům přivydělávají a neuvolňují pracovní místa mladých, ale z dalších průzkumů je jasné, že firmy mají o seniory čím dál větší zájem. Ještě nikdy pro ně nebylo tolik pracovních nabídek jako nyní.

„Moje vnučka pořád skuhrá, že nemůže najít práci. Já sedím na recepci v jednom rodinném penzionu, v rámci práce tam i uklízím. Není to nic náročného, většinou se tady ubytovávají slušní lidé na služebních cestách. Takže mám na recepci čas si číst, koukat na televizi, pak jednou denně poklidím společné prostory, společné toalety v přízemí. Pokoje ne, na ty je pokojská,“ vypráví devětašedesátiletá Marie z malého severomoravského města. Nabídla své pracovní místo své vnučce. „Myslela jsem si, že bude ráda, že má práci. Když se dozvěděla, že má i uklízet, urazila se a řekla, že s maturitou přece nebude dělat hajzlbábu. No to je pak těžké. Majitelka penzionu o mě stojí, chová se ke mně velmi slušně

a říká, že nikoho jiného na mé místo nechce. Takže asi budu recepční a hajzlbába v jednom až do smrti,“ dodává Marie.

Loni pracovalo přes tři sta čtyřicet tisíc českých penzistů. To je podle Českého statistického úřadu ve srovnání s rokem 2017 o téměř třicet tisíc více. Statistici tvrdí, že je za tím nejen vyšší počet volných míst na pracovním trhu, ale i to, že senioři žijí aktivně a chtějí si přivydělat, aby si mohli dopřát určitý životní standard.

Výsledek? Když pracovnice Domova pro seniory v Sokolnicích Eva Stiborová dělala průzkum na téma, co si žáci středních a vysokých škol myslí o seniorech, dopracovala se k těmto údajům: Padesát procent středoškoláků si myslí, že je špatně, že senioři pracují. A čtyřicet osm procent ví, že se penze vyplácejí z daní nás všech, tudíž, až budou pracovat, budou muset také přispívat na penze. Zmiňovali to jako něco, co jim připadá dosti nepříjemné.

Takže na jedné straně mladým lidem senioři připadají jako přítěž, na druhé straně jim vadí, když jsou aktivní a přivydělávají si. Je to vlastně krásná ukázka toho, že dokud je člověk mladý, nedovede si vůbec život ve vyšším věku přestavit. Netuší totiž, že se i jemu může stát, že za jeho zády jednou někdo řekne: Co ten tady ještě dělá?

Autor: Vratislava Hofmanová pro i60

Převzala z internetu

Mgr. Eva Stiborová

vedoucí aktivizačního oddělení

Příběh malého Kurta se šťastným koncem

V koncentračním táboře Ravensbrück se jedné německé mamince narodil chlapeček jménem Kurt. Maminka neměla žádné mléko, ale zjistili, že jedna židovská maminka měla nedávno dítě. Stala se proto kojnou malého Kurta. Vznikl však problém. Kurtova nová „maminka“ byla Židovka a podle norimberských zákonů nastal problém. Židovka přece nemůže kojit německé dítě. Jeho opatrovníci řešili obrovský problém. Německé dítě přece nemůže být kojeno židovskou matkou.



shutterstock.com • 566796565

Byl to tedy poloviční Žid, a tak ho nemohli zařadit mezi čistokrevné árijce. Důležití dozorcí ho odsoudili i k tomu, že se nemohl stát členem „Hitlerjungen“. Po několika letech však šla k čertu celá tisíciletá Velkoněmecká říše i se svými norimberskými zákony. Malý chlapec však pořád nosil cejch polovičního Žida, a proto nesměl být zařazen mezi čistokrevné árijce. Chlapec vyrostl ve zdravé německé

dítě. Po osvobození koncentračního tábora byl odsouzený malý kluk osvobozen a stal se řádným členem německé společnosti. Vůbec ho ani ve snu nenapadlo, že byl již jako novorozeně předurčen nést na sobě nesmazatelný cejch židovského národa. Byl přece kojen židovskou matkou.

Mgr. Josef Bobrovský, farář ČSCH, klient II.D oddělení

Ze zdravotnického úseku

Víte, že.....

29.9. se slaví „SVĚTOVÝ DEN SRDCE“

Toto datum bylo v roce 2000 ustanoveno světovou federací srdce. Každoročně se jej účastní více než 100 zemí světa. U nás se zapojují mnohé nemocnice. Cílem je zejména seznámení široké veřejnosti s důležitými informacemi o prevenci onemocnění srdce. Lékaři odpovídají na dotazy, poskytují rady, rozdávají brožury. Někde mají také připraveno měření krevního tlaku, měření hladiny cukru v krvi, měření tělesného tuku, ale i možnost nácviku resuscitace.

Nejčastějším onemocněním srdce je infarkt myokardu a ischemická choroba srdeční. I když léčba v dnešní době je většinou úspěšná, každoročně zemřou na světě miliony lidí. Právě proto je kladen takový důraz na prevenci.

1.10. je „**MEZINÁRODNÍM DNEM SENIORŮ**“ Tento den je oslavou všeho, co společnosti přináší staří lidé. Je věnován všem našim maminkám, tatínkům, babičkám a dědečkům. Zkrátka všem rodičům a prarodičům. Zvyšuje povědomí o problémech, se kterými se senioři každodenně potýkají.



1.10 je také „**MEZINÁRODNÍM DNEM LĚKAŘŮ**“. Byl vyhlášen na počest lékařů zachraňujících životy mnoha lidí po celém světě.

8.10 je „**MEZINÁRODNÍ DEN BOJE PROTI POPÁLENINÁM**“ Vyhlášen byl proto, abychom si všichni připomněli důležitost prevence nejen proti popáleninám, ale i jiným úrazům. Ukazuje, jak je důležité dbát na správné zacházení s pyrotechnikou, hořlavými

látkami, otevřeným ohněm. Ukazuje jak časté a zbytečné jsou popáleniny od horkého oleje a rozžhavených kamen zejména u malých dětí. Jak nebezpečné a život ohrožující je vypalování suché trávy zejména u seniorů.

10.10. je „SVĚTOVÝ DEN DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ“ Co je to duševní zdraví? Je to stav osobní pohody, zvládání každodenní psychické zátěže a stresu. Člověk je tak schopen úspěšně pracovat.

Duševní zdraví je prioritou nejen u pracovníků v pomáhajících profesích, ale důležité u všech lidí. Chraňte, proto své zdraví nejen pro sebe, ale i své blízké. Nepodceňujte prevenci. Tou je správná životospráva, fyzická aktivita a preventivní prohlídky.

Věra Mrkvicová

vedoucí zdravotnického a ošetrovatelského úseku

Luštíme sudoku!

		6		5	4	9		
1				6			4	2
7				8	9			
	7				5		8	1
	5		3	4		6		
4		2						
	3	4				1		
9			8				5	
			4			3		7

Zdroje:

https://www.google.com/search?q=sudoku&rlz=1C1GCEU_csCZ821CZ821&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=0px3nl40LU3XeM%253A%252COUkyLU1UjiLIEM%252C%252Fm%252F04x1d_&vet=1&usg=

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 30.10.2019. Své příspěvky zasílejte v elektronické podobě na email stiborova@domovsokolnice.cz

Redakční rada: MVDr. Petr Nováček, Mgr. Eva Stiborová, Věra Mrkvicová, Helena Procházková.