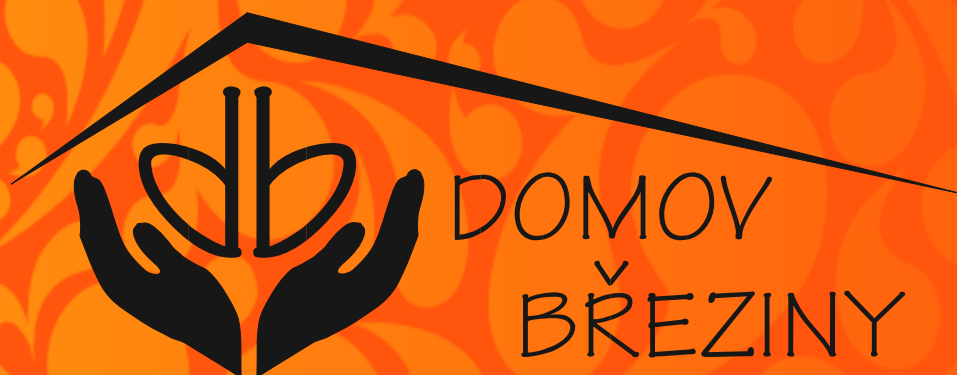




Leden – Únor - Březen 2018

Číslo 1.

MILÍ ČTENÁŘI,

právě se k Vám dostává 1 číslo našeho domovského časopisu.

Pisatelkami jsou Monika, Dáša a Markéta.



Rozhodly jsme se vydávat pravidelně co 3 měsíce shrnutí dění v našem domově.

Co nás vedlo k tomu – vydávat časopis?

Chtěly jsme, abychom si společně připomněli nebo oživili krásné chvíle, okamžiky a také úspěchy.

V každém čísle našeho časopisu se ohlédneme za akcemi, které se u nás konaly, budeme zveřejňovat pro vaše pobavení křížovky, sudoku, úryvky z poezie a mnoho dalšího. Budeme velmi rádi za vaše příspěvky a podněty k tomu, co by vás potěšilo najít v časopise. Můžete je předat ústně nebo písemně aktivizačním pracovnícím na svém oddělení.

- ✓ Od 1. 1. 2018 došlo k navýšení ceny za stravu.
- ✓ V měsíci únoru nás neminula chřipka, a proto na nějaký čas byly zakázány návštěvy, ale od 21. 2. 2018 bylo toto změněno na omezení návštěv.
- ✓ Na každém oddělení probíhají pravidelně každý týden kavárničky.

TŘÍKRÁLOVÁ KAVÁRNA

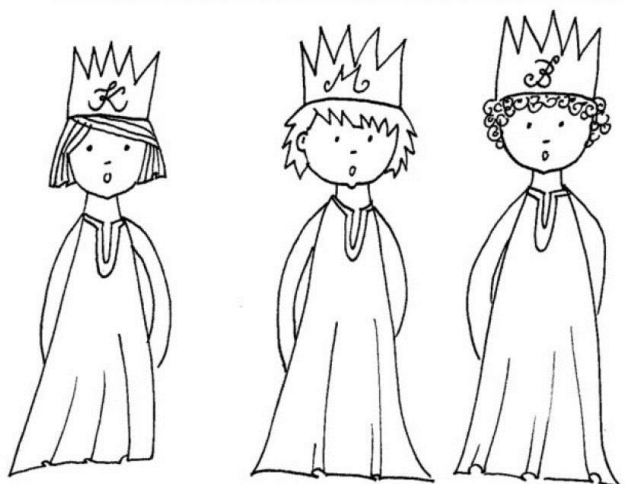
V novém roce jsme se sešli
na Tříkrálové kavárničce.
Zavítali mezi nás Tři králové,
kteří nám popřáli zdraví,
šťěstí v novém roce a společně
jsme si zazpívali nejen
tříkrálovou koledu.



Vládla příjemná atmosféra,
senioři si pochutnali na dobré buchtě,
kávě a popíjelo se víno.



Jak jste se měl v létě? Kam až jste dotekl?





PREZIDENTSKÉ VOLBY

Možnost volit prezidenta republiky
využili i naši senioři.

Volební komise navštívila náš domov
v pátek 12. 1. 2018 po 14.
hodině a zájem našich
seniorů o volby byl velký.

Na tuto událost se senioři zodpovědně připravovali,
vedly se o kandidátech vášnivé diskuze,
aby u voleb měli zcela jasno.

Na tuto událost se pěkně oblékli
a volební komisi s napětím očekávali.

SVĚT TECHNIKY OSTRAVA

Dne 19. 1. 2018

jsme se jeli s našimi seniory

z P1 a P2

podívat na

SVĚT TECHNIKY

V OSTRAVĚ VÍTKOVICÍCH.

Někteří naši senioři v Ostravě
vyrůstali,

takže i cestu na určené

místo jsme vnímali jako zajímavost,

a to díky jejich vyprávění.



Svět techniky byl velmi zajímavý.

Vyzkoušeli jsme si různé objevy,

vynálezy, moderní vybavení,

a objevili spoustu dalšího,

co naši senioři ani nevěděli,

že existuje.

Jsme rádi za nové poznatky

a vysvětlení

zajímavých věcí.





STRAVOVACÍ SCHŮZKA



1. 2. 2018 na P3 v kulturní místnosti

Schůzky se zúčastnili: ředitel Ing. Pavel Zelek, vedoucí stravovacího provozu Marcela Bajtková, vedoucí P3 Mgr. Zuzana Fránková, zástupce vedoucí P3 Iveta Látová a senioři z oddělení.

1. Na stravovací schůzce měla uživatelka připomínku k tvrdšímu masu. Jednalo se spíše o jednotlivce, ostatní k tuhosti masa připomínky neměli.
2. Uživatelé by chtěli zařadit do jídelníčku častěji řízky, ale mají přání, aby byly měkké, ne vysušené.
3. Připomínka k polévce – jsou dost husté a mají hodně mrkve a pak je polévka sladká. Připomínka jednotlivce, ostatní jsou spokojeni.
4. Polévky o víkendu jsou málo husté, samá voda. Ostatní se k připomínce přidali.
5. Seniorka by chtěla vydatnější snídani, např. šunku nebo šunkový salám – připomínka jednotlivce, ostatním snídani vyhovují.
6. Uživatelé by chtěli na snídani častěji mléko.
7. Podle uživatelů jsou porce velké. Vedoucí oddělení informovala, že všichni mají možnost si říci, jak velkou porci chtějí. Zaměstnanci budou informováni, že mají dávat velikost porce podle jejich přání.
8. Většina uživatelů nemá rádo rýži. Vedoucí kuchyně informovala, že na oddělení jsou posílány brambory, mají možnost si říci.
9. Uživatelé si nepřejí na svačinky přesnídávky, jsou velmi často. Stačí 1x týdně.
10. Všichni přítomní se shodli, že jim nejvíce chutná tradiční česká kuchyně.
11. Vedoucí oddělení sdělila, že se snaží vyhovovat potřebám uživatelů, ale nelze vyhovět všem. Uživatelé potvrdili – tisíc lidí, tisíc chutí.
12. Vedoucí oddělení informovala, že pokud někomu něco nechutná, má možnost říci personálu o něco jiného. V lednici jsou vždy k dispozici náhrady (marmeláda, máslo, paštika), které kuchyň v případě potřeby vydá.
13. Na závěr se uživatelé shodli, že jsou v domově spokojeni, jídlo jim chutná a s péčí jsou také velmi spokojeni.
14. Vedoucí kuchyně opět připomněla, že všechny nápady a připomínky k obohacení jídelníčku jsou velmi přínosné a námi vítané.

PLES DOMOVA VESNA

Naši senioři přijali pozvání na Ovocný ples pořádaný
Domovem Vesna v Orlové, dne 8. února.



Pro všechny přítomné byl
připraven bohatý kulturní
program a chutné občerstvení.
Na plese jsme se dobře bavili.
Zúčastnili jsme se soutěže,
kde se poznávalo ovoce
podle chuti a hmatu.
Následovala tradiční tombola,
při níž jsme s napětím
očekávali tažená čísla.
Úspěch se dostavil v
podobě tří cen.
Součástí plesu byl i tanec,
při kterém jsme své taneční
schopnosti předvedli na parketu.

Na plese se nám moc líbilo a tímto děkujeme
Domovu Vesna za pozvání.



HRAVÉ STÁŘÍ

8. února zavítali mezi naše seniory zástupci Studentského klubu dobrovolníků DC ADRA Havířov, kteří se představili v programu Hravé stáří. Během vystoupení si studenti připravili hravé scénky ze známých českých filmů a úkolem seniorů bylo hádat film, ze kterého je ukázka. Neméně zábavné bylo odhalování



„Tobě to dnes tak sluší!“



tváří známých českých herců.

Senioři si vedli velmi dobře, poznávali ukázky filmů a problém jim ani nečinilo poznat známou osobnost.

K dobré náladě přispělo společné zpívání známých písní a závěrečná diskotéka, do které se s radostí všichni zapojili.

Naši senioři strávili příjemné dopoledne a ocenili úsilí mladých studentů, že dokázali připravit zábavný program určený starší generaci.

VALENTÝNSKÁ KAVÁRNIČKA

Naše seniorky si společně s aktivizační pracovnící Vladkou připravily valentýnskou kavárničku. Upekly výbornou buchtu, připravily valentýnskou výzdobu a společně pak strávily příjemné odpoledne s romantickou hudbou, zpěvem, občerstvením a vzpomínáním na své lásky a partnery.

Mgr. Fránková Zuzana



Odkud se legenda o sv. Valentýnu vzala?

Valentýn, kterého si v polovině února připomínáme, byl podle většiny historiků pravděpodobně biskupem z Terni, který žil ve 3. století. Kolem životopisu tohoto světce dodnes panují nejasnosti. Existují totiž dvě legendy, ve kterých se nejspíš prolínají životy dvou stejnojmenných světců. Ochránce zamilovaných, nebo léčitel?

První legenda tvrdí, že byl popraven kvůli lásce. Císař Markus Aurelius Claudius zvaný Germanikus tehdy zrušil manželství, protože nechtěl, aby se muži rozptylovali od vojenských povinností. Jenže Valentýn i přes zákaz zamilované páry tajně oddával. A v nemilost císaře upadl i proto, že mužům radil, aby své ženy neopouštěli a do válek neodcházeli. Tím si podepsal ortel a 14. února 269 ho císař nechal popravit.



Druhá legenda naznačuje, že Valentýn zemřel kvůli svým léčitelským schopnostem.

Podařilo se mu totiž uzdravit syna známého rétora Kratóna – podle legendy se za chlapce modlil, až jej Bůh vyslyšel a syna zázračně uzdravil.

Římští senátoři Valentýna obvinili z nekalých praktik a na prefektův rozkaz byl uvržen do žaláře a sťat.



BLAHOPŘEJEME K NAROZENINÁM



**Všem seniorům, kteří oslavili
narozeniny v lednu, únoru a březnu
přejeme hodně zdraví,
štěstí a pohody do života.**



ROZLOUČILI JSME SE



**„Smrt je jen začátek,
ale až té druhé kapitoly.“**

William Shakespeare

Júlie Miklová 6. 1. 2018

Štěpánka Niemczyková 7. 1. 2018

Emil Rusek 15. 1. 2018

Božena Maléřová 24. 1. 2018

Františka Šerudová 25. 1. 2018

Hana Kazáriková 3. 2. 2018

Gertruda Švancarová 4. 2. 2018

Božena Svobodová 8. 2. 2018

Luba Staszková 13. 2. 2018

Vlasta Opichalová 14. 2. 2018

František Piechaczek 14. 2. 2018

Marie Urbančíková 15. 2. 2018

František Richter 2. 3. 2018

Zikmund Ciesla 7. 3. 2018

Jana Burešová 8. 3. 2018

Anna Bílková 16. 3. 2018



DIVADELNÍ PŘEDSTAVENÍ

V neděli 18. 2. 2018 senioři společně s pracovníky navštívili divadlo Jiřího Myrona v Ostravě.

Shlédli strhující hudební drama

Edith a Marlene. Příběh pojednával o životech dvou velkých osobností 20. století - drobná Edith Piaf si podmanila Paříž, božské Marlene Dietrich se skláněl Hollywood.



Jedna dokázala svět uhranout svým herectvím, druhá dojmout nádherným zpěvem. Inscenace Janusze Klimszy se právem stala jedním z hitů posledních sezón. Hana Fialová získala za svůj mimořádný výkon v roli Edith Piaf Cenu Thálie 2014.



Divadelní představení se všem velice líbilo.

Herecké a především pěvecké výkony

obou protagonistek v nás zanechaly

hluboký kulturní zážitek, na který budeme dlouho a rádi vzpomínat.



PLNÍME PŘÁNÍ SENIORŮM

**Zapojili jsme se do programu „Plníme přání seniorům – 2018.“
Organizátorovi tohoto programu jsme zaslali přání našich seniorů
a doufáme, že naše přání bude mezi 25 nominovanými.**

Naši senioři mají ještě z dob
aktivního života vztah k zahradničení
ale mají vzhledem k věku
již zdravotní omezení.

Proto si senioři z Domova Březiny
přejí mobilní zahrádky,
které umožňují snadný přístup k
rostlinám a jejich pěstování.
Mobilní zahrádky jsou na kolečkách,
opatřené brzdami a lze
je snadno přemisťovat.
V našem domově podporujeme
tuto aktivitu a přejeme si,
aby se mohli všichni senioři zapojit.

Za pomoci personálu
jsme již připravili políčko,
fóliovník, ale mobilní zahrádky
nám zatím schází.

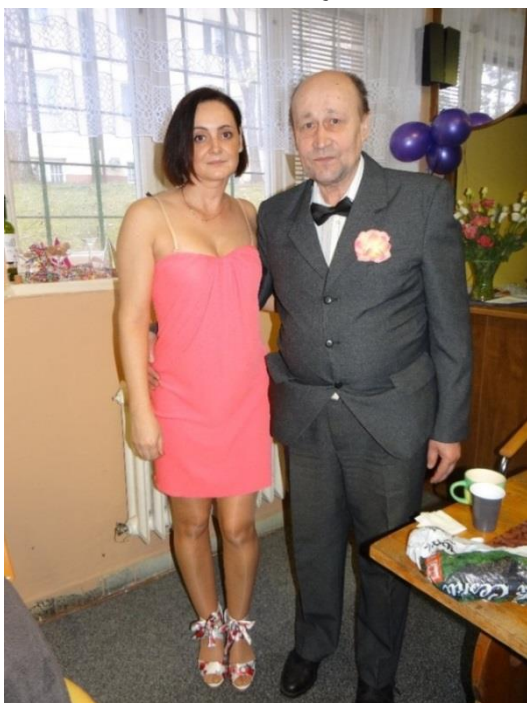


TRADIČNÍ DOMOVSKÝ PLES



Tradiční domovský ples pro seniory se konal jako minulý rok ve dvou dnech a to ve středu 21. 2. 2018 a ve čtvrtek 22. 2. 2018. K poslechu a tanci nám hrála živá hudba Duo Vox - pan Kubátka a slečna Letochová.

Účast byla veliká, společně jsme ochutnali výborné občerstvení v podobě koláčů, zákusků, koblih, šátečků, řízků, kávy, piva. Zlatým hřebem plesu byla bohatá tombola, která byla připravena z darů štedrých sponzorů, kterým tímto děkujeme.



MASOPUST 2018



Masopust je třídní lidový svátek. Slavil se ve dnech předcházejících Popeleční středě, kterou začíná 40 denní půst před Velikonocemi. Hlavní masopustní zábava začínala o "Masopustní neděli". Vyvrcholením masopustu bylo úterý. Toho dne procházely vesnicemi průvody maškar, hrála masopustní divadelní představení. Masky byly všude pohoštěny. V úterý 27. února 2018 jsme si v našem domově připomněli tuto tradici a uspořádali jsme pro uživatele pavilonu P1 masopustní posezení s pohoštěním. O veselou atmosféru se také postaraly maškary.



CHVILKA POEZIE

Jiří Wolker

Pokora (Host do domu)

*Stanu se menším a ještě menším,
Až budu nejmenším na celém
světě.*

*Po ránu, na louce, v létě
Po kvítku vztáhnou se nejmenším.
Zašeptám, až se obejmou s ním:
„Chlapečku bosý,
Nebe dlaň o tebe opřelo si
Kapičku rosy,
aby nepadlo.“*



OSLAVA MDŽ

Ve čtvrtek 8. března zavítali k nám do domova zástupci města Petřvaldu, aby popřáli našim ženám k jejich svátku, Mezinárodnímu dni žen. S přáním pevného zdraví a spokojenosti se připojil i ředitel domova Ing. Pavel Zelek. Starosta Ing. Jiří Lukša a místostarosta Ing.

Petr Dvořáček pak předali ženám krásný žlutý tulipán a připravili pro ně malé překvapení v podobě pěveckého vystoupení studentky Janáčkovy konzervatoře v Ostravě, slečny Karolíny Levkové, kterou na klavír doprovázela paní profesorka Mgr. Regína Bednaříková. Tato milá návštěva udělala našim ženám velkou radost a krásná kytička je potěšila.



AQUACENTRUM BOHUMÍN

Dne 14. 3. 2018 jsme se vydali se seniory na bazén do Bohumína.

Nechali jsme se namasírovat, zaplavali jsme si, shlédli, jak se jezdí na tobogánu a prošli jsme se do venkovního bazénu,

kde to bylo moc zajímavé.

Hlavně jsme se krásně zrelaxovali a užili si příjemné odpoledne.

Moc se nám tam líbilo a senioři byli nadšení.

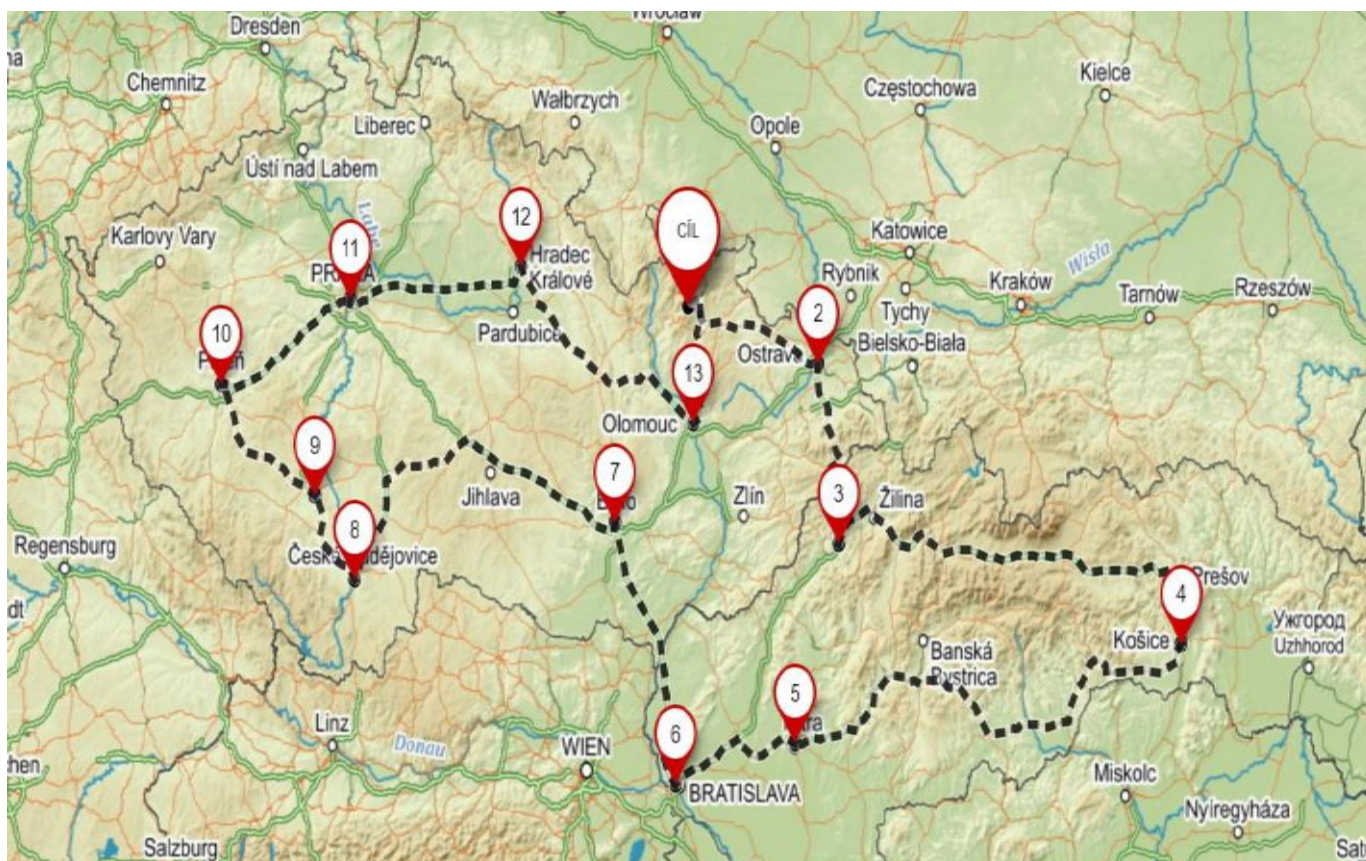


JEDEME V TOM SPOLEČNĚ



aneb Po vlastech československých! 3. ročník

Projekt na podporu aktivizace klientů domovů pro seniory v České a Slovenské republice



Trasa: Start: Pradě, Ostrava, Povážská Bystrica, Košice, Nitra, Bratislava, Brno, České Budějovice, Písek, Plzeň, Praha, Hradec Králové, Olomouc, Pradě => zaokrouhleně 1800km."

Zapojili jsme se do tohoto projektu již druhým rokem. V loňském roce měl tento projekt u uživatelů veliký úspěch. Letos jsme neváhali a s odhodláním se zapojili. V letošním roce se zapojil i větší počet seniorů. Garantem našeho projektu je rehabilitační pracovnice Kateřina Bohunovská DiS.

Letos jsme začali 1. 3. 2018 od 10:00hod.

Začátek naší dlouhé cesty jsme odstartovali v kulturní místnosti, kde jsme se všichni sešli a s napětím jsme očekávali START.

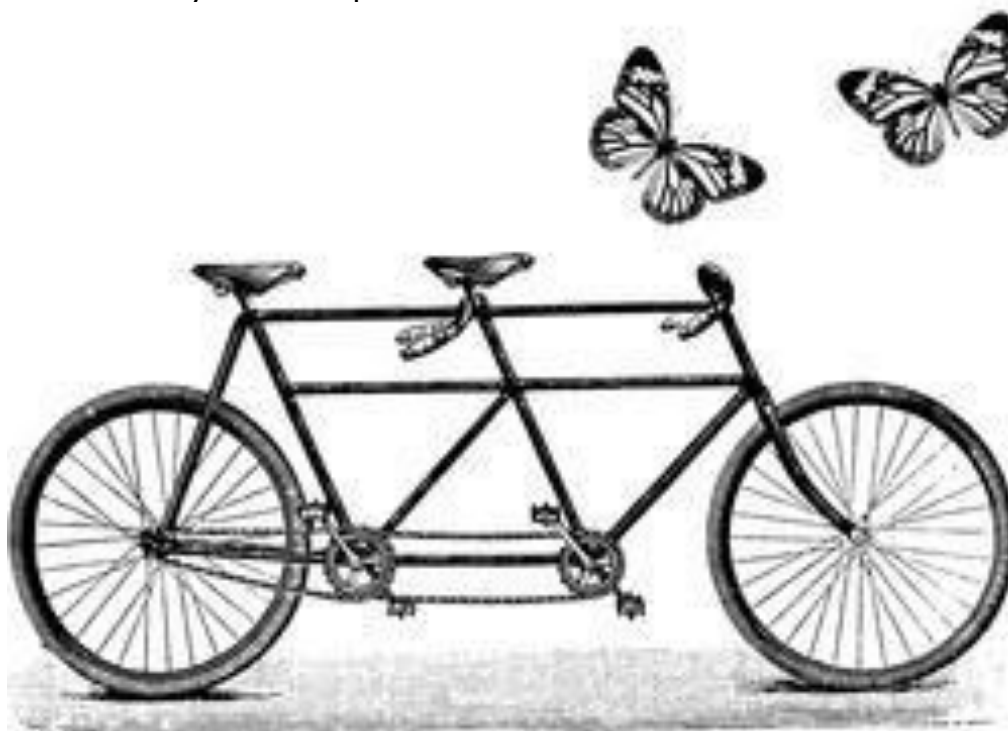
Letošním rokem se zapojilo 20 mužů a žen.

Senioři, kteří se zapojili do projektu, byli sportovně oblečení a těšili se na společnou jízdu. Pravidelně doplňovali tekutiny, aby byl dodržen pitný režim.

Pracovníci našeho domova seniory motivují a povzbuzují k vyšším výkonům.

S každým dnem a ujetým kilometrem se naši senioři blíží k vysněnému cíli.

Celý domov drží všem zúčastněným palce a přejeme hodně sil. Vyhlášení výsledků proběhne 4. 5. 2018 v 10:00 hodin.



PRODEJ OBLEČENÍ

19. 3. 2018 si naši senioři nakoupili podle svých potřeb a přání.



VELIKONOČNÍ VÝSTAVKA S PRODEJEM

Spolu s našimi seniory jsme vyrobili velikonoční dekorace, které jste si na výstavce mohli zakoupit. Na výstavce byly i výrobky našich zaměstnanců.



MISSIS SENIOR

V odpoledních hodinách 22. 3. 2018 jsme se zúčastnili v Domově Helios soutěže Missis senior na téma ŠKOLA ZÁKLAD ŽIVOTA. Naše seniorka paní Macková se účastnila různých vědomostních disciplín a porotu okouzila šarmem. S vysokým počtem bodů jí porota vyhodnotila za nejlepší a tímto se umístila na 1. místě. Dále se vyhodnocovala i Missis sympatie. Atmosféra byla soutěživá, doprovod a diváci soutěžícím fandili bouřlivým potleskem. Tímto děkujeme Heliosu za pozvání a za krásné zpfijemnění dnešního odpoledne.





VELIKONOČNÍ KAVÁRNA

28. 3. 2018 a 29. 3. 2018 se konala velikonoční kavárna v kulturní místnosti na P2. K hudbě hrály lidové písně. Sál, ve kterém se akce konala, byl tematicky vyzdoben, nálada byla veselá, zazpívali jsme si a bylo moc fajn.

Něco málo o velikonočních tradicích :

Tradiční Velikonoce začínají **KVĚTNOU NEDĚLÍ**. Začíná období klidu a očisty. V následujícím týdnu se lidé soustředí na projevování lásky svým bližním.

MODRÉ PONDĚLÍ mívaly v oblibě hlavně děti. Začaly jim prázdniny.
ŠEDIVÉ ÚTERÝ znamenalo velký úklid.
Ze všech rohů se vymetly pavučiny.



ŠKAREDÁ STŘEDA vzpomíná na den, kdy měl Jidáš zradit Ježíše. V tento den se vymetaly saze z komína. Podle tradice se na Škaredou středu nemá nikdo škaredit, jinak si zkazí všechny středy v roce.

ZELENÝ ČTVRTEK je dnem odpuštění. Smetí se odnášelo z domu. Krajinu ovládlo nezvyklé ticho – zvony totiž nezvonily. Říkalo se, že odlétly do Říma. Namísto nich se ke slovu dostaly řehtačky. K večeru se začaly říkat básničky o Jidášovi a později se i jedlo speciální pečivo – jidáše mazané medem.





VELKÝ PÁTEK byl dnem půstu.

Výzdoba šla stranou a práce na polích
i praní prádla se odkládalo.

Děti běhaly s řehačkami.

Ke slovu se dostala voda - kropil se chlív
a omývala se zvířata i lidé.

A samozřejmě, podle legend se
na Velký pátek otvírá
země a vydává své poklady.

Na BÍLOU SOBOTU se pečou mazance
i beránci, plete se pomlázka a důkladně se
zametá. Je také čas k vybílení
chaloupky a přípravě vajíček na koledu.



BOŽÍ HOD VELIKONOČNÍ neboli

Velká noc určila název „Velikonoce“.

Jí se tradiční jídla, nechybí ani klobásy
a nádivky. Je to doba, kdy má být rodina pospolu.

Velikonoční, postaru **ČERVENÉ PONDĚLÍ**,
má stále podobný průběh.

Brzy ráno hoši vyrážejí vyšupat
děvčata pomlázkou.

Dostanou za to ručně malovaná vajíčka.



kreslenyvtip.cz

Ty mě s tou pomlázkou tak štveš, medvěde. A já včil se na ty Velikonoce
tak těšil...

PRO POBAVENÍ

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

Pravidla: v žádném řádku,
sloupci ani čtverci se nesmí
číslice opakovat.

Řešení naleznete
v dalším vydání časopisu.



 Nedaleko Karlštejna se nachází Solvayovy lomy - skanzen dokumentující ... Návštěvníci si mohou dokonce vyzkoušet jízdu v nákladním nebo hornickém vozu po zdejší dráze s rozchodem pouhých 600 mm.										
POMŮCKA: EANY, RA, SALA	POCTA	ODVĚTVÍ	1. DÍL TAJENKY		INICIÁLY FOTBALISTY KVAŠŇÁKA	OPUŠTĚNÍ	PRVNÍ NOVINOVÁ SPOLEČNOST ZKR.	FILMOVÝ MIMOZEM- ŠTAN	STÁT VÝCHODNÍ ASIE	ZMĚNĚNÉ VĚDOMÍ
POVEL VOZKY				HLEDISKO						
TA I ONA				UČITEL ČAROVÉ KÓDY						
POSTEL					MISTROV. SVĚTA ZKR. OXID DUSNATÝ			CHEM. ZN. RADIA 2. DÍL TAJENKY		
OTRHANCI							PRYČ Z NITRA POROST NA TVÁŘI			
	ŠVÉDSKÉ MĚSTO	MODEL FIATU DOBYTČÍ NÁPOJ				BRZY SLOVENSKÁ ŘEKA				
NOČNÍ PTÁCI					SPZ HODONÍNA ZKR. VOJEN. HODNOSTI				KÚRA SLOVENSKY	PROTI- KLAD
JAKÁ SLOVENSKY				ČÁST NĚMECKA TROPICKÝ ZÁCHVAT						
PŘÍSTROJ K VYŠETŘE- NÍ BŘICHA										
GERMÁN							ÚDOBÍ DRAVÝ PTÁK			
	FRANCOUZ- SKÁ ŘEKA	UZLÍK V TKANINĚ ČESKÝ REŽ. VÍT ???				OHMATÁNÍ INICIÁLY MALÍŘE LHOTÁKA				
HUDEBNÍ ŽÁNŘ					ŠÍJE PROKLÍNAT ŘIDCE				INTERNÁT HOVOR.	PODNIK V TRUTNOVĚ
VIDA				PŘÍSLUŠNÍK PRAŽSKÉ KULTURNÍ STŘEDISKO						
INICIÁLY HEREČKY MUTIOVÉ			INI. HER. LAN- DOVSKÉHO CHEM. ZN. TELLURU			SILNÉ PROVAZY TVOJE OSOBA				
NEPRACO- VAT NA STAVU							STRANA ZKR.			
VĚZENÍ ZASTAR. MN. Č.							POKŘIK			

CO NÁS ČEKÁ V NEJBLIŽŠÍ DOBĚ:

- ✓ 25. 4. 2018 Stavění MÁJKY
- ✓ 2. 5. 2018 KONCERT- Žena nejen jedna báseň aneb život není náhoda
- ✓ 30. 5. 2018 KÁCENÍ MÁJKY
- ✓ 15. 6. 2018 KONCERT – TA NAŠE PÍSNIČKA ČESKÁ
- ✓ 22. 6. 2018 JARMARK
- ✓ Výlety dle přání uživatelů
- ✓ Pravidelné kavárničky na odděleních

Těšíme se na vás v dalším díle vaše pisatelky.



Děkujeme za dodané příspěvky.