

Domov pro seniory v Bílovci, Opavská 600/45, Bílovec

STŘÍPKY Z DOMOVA

3/2017



Zpravodaj Domova pro seniory v Bílovci pro měsíc červenec, srpen, září 2017.

Milí čtenáři,

uběhly tři měsíce a to znamená, že je zde další vydání našich Střípků. Toto období bylo náročné pro zaměstnance i klienty našeho domova. Konečně již nastal čas stěhování do zrekonstruovaných prostor domova na Opavské ulici. Všichni jsme se moc těšili na nové vybavení a nové prostory. Den stěhování byl náročný, ale nakonec vše dobře dopadlo a proběhlo podle plánu. Klienti i zaměstnanci jsou v nových prostorách spokojeni. O podrobnostech stěhování se, mimo jiné, dočtete v tomto vydání.

Celý průběh rekonstrukce, která trvala téměř tři roky, byl velice náročný. Na místě je tedy poděkovat paní vedoucí Bc. Vlastě Szotkové za její obětavý přístup a energii, kterou do celé záležitosti vložila. V neposlední řadě také samozřejmě vedení města a investorům.

Přejeme Vám příjemné léto při čtení tohoto čísla.



Vaše redakce



Obsah tohoto vydání

LETNÍ OSLAVENCI.....	4
NOVÍ MEZI NÁMI	6
VZPOMÍNÁME	7
TÉMA	8
100 LET OBLOŽENÉHO CHLEBÍČKU	8
SNOEZELEN.....	11
STŘÍPKY Z PROJEKTU „JEDEME V TOM SPOLEČNĚ 2017“	14
BAREVNÉ ČTVRTKY	14
FINÁLE PROJEKTU „JEDEME V TOM SPOLEČNĚ“	15
CO JSME PROŽILI... ..	16
DUBNOVÉ AKTIVIZACE.....	16
STĚHOVÁNÍ DO NOVÉHO PROSTORU A MALÁ VZPOMÍNKA NA MINULOST.....	18
SLAVNOSTNÍ OTEVŘENÍ DOMOVA PRO SENIORY	21
DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ PRO VEŘEJNOST A ZASTUPITELE	22
LOUČENÍ	24
NĚCO NA PROCVIČENÍ MOZKU	25
ZE ŽIVOTA ZNÁMÝCH OSOBNOSTÍ	26
VĚRA ŠPINAROVÁ	26
PRANOSTIKY.....	29
RADY NAŠICH BABIČEK	30
ABY MED CHUTNAL, I KDYŽ JE ZCUKERNATĚLÝ	30
RECEPT – SMETANOVÁ CIBULAČKA.....	31
ZPÍVÁNKY – JEDNOHO DNE SE VRÁTÍŠ – VĚRA ŠPINAROVÁ.....	32
NA ZÁVĚR MALÁ ZKOUŠKA!	33





Letní oslavenci

Drahoslava Přibilová 17. 7. 1928 – 89 let



Marie Břenková 1. 7. 1923 – 94 let

Jarmila Jarošová 13. 8. 1921 – 96 let



Helena Hyráková 17. 8. 1935 – 82 let

Evžen Smejkal 20. 7. 1930 – 87 let



František Schaumann 2. 9. 1930 – 87 let



Milena Borucká 8. 7. 1943 – 74 let



Zdeňka Niklová 27. 7. 1929 – 88 let



Vlasta Seidlerová 26. 8. 1936 – 81 let

Vše nejlepší!



Noví mezi námi



Dne 28. 6. 2017 se naše řady rozšířily o paní Jiřinu Prokopovou. Několik let žila na DPS, má syna a také již několik pravnoučat.



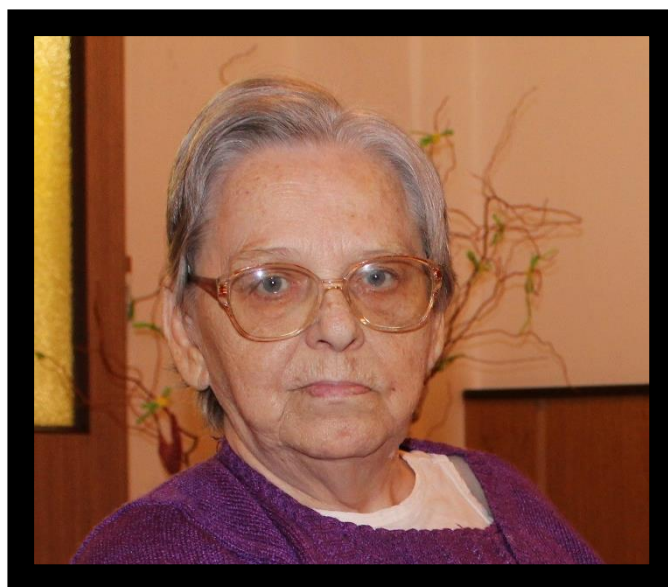
Rovněž 28. 6. 2017 se k nám připojila také paní Josefa Patáčiková, která má syna a dceru. Pochází z Bílovce, kde žila celý život.



At' se Vám s námi líbí! 😊

Vzpomínáme

Marie Krampolová † 10. 7. 2016



Anna Tomečková † 31. 7. 2016

Irma Richterová † 11. 9. 2016



Téma

100 LET OBLOŽENÉHO CHLEBÍČKU

Upečeme nebo koupíme veku, vyndáme zavařené kapie a okurky, šunku či jiný oblíbený salám, uvaříme vejce, nastroháme sýr, přineseme mísu rozleželého bramborového salátu z chodby a uděláme si – chlebíčky.

Plátek čerstvé
nadýchané veku,
salát nebo
pomazánka,
kolečko salámu,
ozdoba ve formě
petrželky,
rajčete, okurky
a plátku vejce...
To je tradiční
obložený
chlebíček. Český
chlebíček. Svůj



původ má totiž v Praze. A nikde jinde na světě se s takovýmto pojetím nesečkáte. Této lahůdce, bez které si dnes ani neumíme představit žádnou oslavu, dal „život“ Jan Paukert.

O obložených chlebech se tradují různé domněnky. Kdo byl prvním otcem? Paukert nebo Napoleon? Údajně první obložený chléb spatřil světlo světa již v roce 1733 a k jeho vzniku vedla obyčejná lidská lenost. Náruživý karbaník Lord Sandwich odmítal vstávat od stolu při svých hrách, a tak poprosil svého sluhu, aby mu vložil maso mezi dva krajíce chleba. Takto připravený obložený chléb si oblíbil i Napoleon, jelikož neměl čas vysedávat u hodovního stolu. Během 18. století si obložené chleby, nazývané „otevřené sendviče“ našly své příznivce jak mezi honosnou šlechtou, tak chudinou.

Avšak chlebíčky dnešní podoby se objevily až na začátku 20. století. Nastal konec černého chleba se slanečkem a cibulí. Ano, přesně tak vypadaly „chlebíčky“, které se na našem území vyráběly. Dokážete si představit tu chuť?

Na své jí nepřišel ani Jan Paukert, a tak v roce 1916 otevřel vlastní lahůdkářství na Národní třídě v Praze. Hlavní podnět k výrobě chlebíčků dostal od rodinného přítele, malíře Jana Rytíře Skramlíka, který se nechtěl spokojit s pohoštěním v podobě jednohubek a přál si něco „na více zakousnutí“. A tak Paukert jeho prosby vyslyšel...Nastalo tak zrození chlebíčkového národa.

Obložený chlebíček z dílny Jana a Štěpánky Paukrtových se stal velmi rychle fenoménem. I když o titul českého „chlebíčkáře“ soutěžili v Praze i další lahůdkáři, a každá firma preferovala své speciality, ať už to bylo obložení šunkou, sardelkami, husími játry, kaviárem, lanýži, uzeným jazykem, humry nebo třeba uzeným úhořem, byl to právě Jan Paukert, který veškerou konkurenci převálcoval. Patřil přece ke třem nejznámějším lahůdkářstvím v Evropě!

Nejen vynikající chuť a správně zvolené kombinace surovin, ale i strategická poloha na Národní třídě pomohly Janu Paukertovi k věhlasu. Díky Národnímu divadlu naproti a o kousek dál sídlícímu Topičovu nakladatelství se v jeho lahůdkářství scházela umělecká elita.



Prvorepublikové

dostaveníčko si v lahůdkářství Paukert nad čerstvě připravovanými obloženými chlebíčky dávali například Ema Destinová, Jaroslav Seifert, Jan Werich, Jiří Voskovec, Vlasta Burian, Hugo Haas či Lída Baarová. Vlasta Burian miloval Paukertovy chlebíčky natolik, že zde dokonce pořádal slavné chlebíčkové hostiny pro své přátele. A chlebíčky z dílny Jana Paukerta nechyběly ani na prezidentském stole T. G. Masaryka.

V roce 1952 došlo ke znárodnění rodinného podniku a tradiční obložené chlebíčky pana Paukerta skončily. A i když v době totalitního režimu nemělo lahůdkářství jméno svého původního majitele, místní stále chodili nakupovat

„k Paukertovi“. Chuť jeho obložených chlebíčků a dalších lahůdek prostě nešla vymazat z paměti...

V roce 1991 bylo lahůdkářství vráceno v restituci synovi Jana Paukerta, Janu Paukertovi mladšímu. Jeho první kroky vedly k pilíři, ze kterého vykopal sbírku vzácných koňaků z 19. století, které tam se svým otcem v roce 1938 ukryli před nacisty. Před Hitlerem schovali 1 200 lahví těch nejlepších koňaků a likérů, tehdy však on ani jeho otec netušili, že znovu spatří světlo světa až po více jak 50 letech a už jen za přítomnosti Jana mladšího. Jan Paukert ml. se pustil do rozsáhlé rekonstrukce a znovuobnovení rodinné tradice tak, jak to slíbil svému otci. K slavnostnímu znovuotevření lahůdkářství došlo 14. října 2008. Znovuobnovené tradice výroby si však Jan Paukert ml. moc dlouho neužil. Zemřel po krátké vážné nemoci v lednu 2010 a gastronomické kruhy tak přišly o skvělého umělce. Rodinný podnik převzal nevlastní Janův syn a pokračuje ve výrobě tradičních českých chlebíčků na Národní.

Okurka spadne, sýr je všude, majonéza vám umaže prsty, přesto chlebíčky prostě milujeme!



Zdroj: Jan Paukert, www.janpaukert.cz, cit. [29.5.2017]

Soňa Petruláková

SNOEZELLEN

V rámci rekonstrukce domova pro seniory byla v prostorách vybudována také speciální relaxační místnost pro klienty, která se nazývá „Snoezelen“. V tomto článku vám blíže vysvětlím, s čím se v této místnosti pracuje, pro koho je vhodná apod.

CO JE TO SNOEZELLEN?

Snoezelen je speciální místnost určená k poskytnutí pozitivně naladěného prostředí, které může mít funkci relaxační, poznávací a interakční. Snoezelen nabízí poznání odlišných sensorických zkušeností, atmosféru vzájemné důvěry a bezstarostného uvolnění. Cílem tohoto stimulačního a relaxačního prostředí je umožnit konkrétnímu jedinci autentický zážitek a uspokojit jeho individuální potřeby.



Pojem „snoezelen“ vznikl v Holandsku složením dvou slov „snuffelen“ a „doezelen“, což lze volně přeložit jako čmuchar (výraz poukazuje na smyslový aspekt terapeutického postupu) a podřimovat (pojem vystihuje stav blaha, klidu a relaxace). Snoezelen můžeme chápat jako snahu o vytvoření atmosféry uvolnění, kde je umožněno projevit optimálním způsobem smyslové stimulace.

PRINCIPY a METODY

Principem je vytvoření bezpečného stimulačního prostředí, které nabízí příjemnou atmosféru a smyslové podněty. Prostor plní funkci relaxační (cílem je celkové uvolnění navozené teplem, vůní, hudbou, tlumeným osvětlením atd.), poznávací (klientům umožňuje např. přemísťovat se, lézt, houpat se, schovávat se, objevovat), interakční (stimuluje a vybízí k aktivitě, např. spustit masážní stroj, zhasnout).

Metodu snoezelen lze označit jako terapii, slouží pro podporu vnímání, relaxace, rozvíjí představivost, navazuje a upevňuje sociální vztahy a komunikaci. V edukačním procesu slouží také jako podpůrné pedagogické opatření, zprostředkovává základní zkušenosti těla, rozvíjí motoriku, podporuje rozvoj v oblasti vnímání, poznávání a emocionality. Zároveň může sloužit jako nabídka pro trávení volného času, ke zklidnění a k relaxaci. Umožňuje vystoupit z běžného prostředí do bezpečných prostor, kde může klient dobrovolně využít nabízených smyslových podnětů a kde „se nic nemusí a vše je dovoleno“.

ÚČINKY

Pobyt v prostorách snoezelenu efektivně působí na zdraví klienta, uvolňuje, uklidňuje, odstraňuje strach, vnitřně člověka organizuje, vyvolává pocity jistoty, ale současně aktivuje, probouzí zájem, řídí a uspořádává podněty a nové zkušenosti.

VYBAVENÍ SNOEZELENU

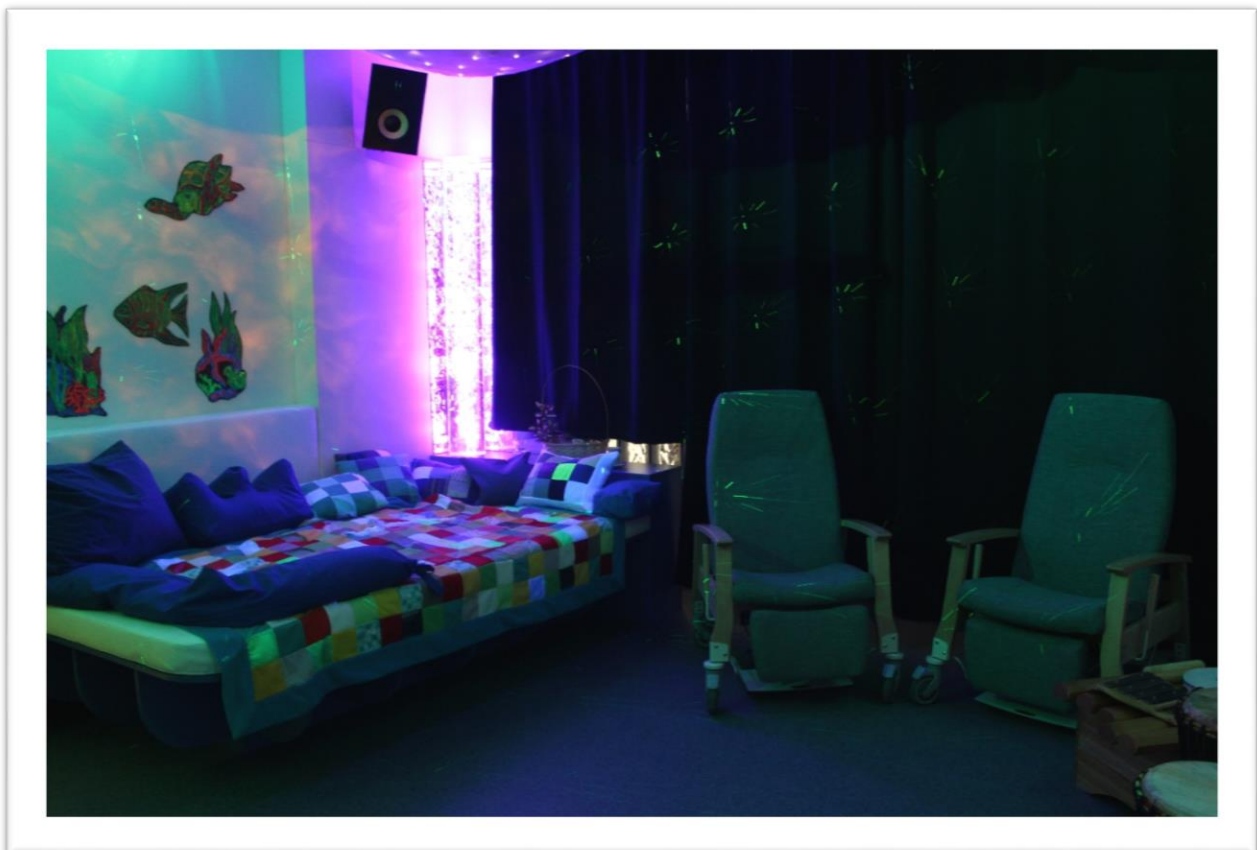
Jedná se o multisenzorickou místnost, která by měla být bezpečná, bezbariérová, dostatečně izolována od rušivých vlivů okolí, zatemněná. Vzhled a vybavení místnosti není přesně určeno. Zařízení by mělo být jednoduché s možností variability, se snadnou údržbou (omyvatelné). Nemělo by chybět vodní lůžko s pevným ochozem, zrcadla, prostředky pro docílení různých světelných efektů (světelná terapie). Místnost by měla podporovat sluchové vnímání (muzikoterapie), dále pak stimulovat čich (aromaterapie), chuť, hmat.

ZÁSADY PŘI PRÁCI V SNOEZELENU

Hlavní zásadou při práci v prostorách snoezelenu je udržet mezilidský kontakt ke klientovi, respektovat jeho přání a potřeby a akceptovat jeho individuální potřeby. Terapie by měla mít určitou strukturu (přivítání při zahájení, vlastní

terapie, rozloučení), měla by být terapeutem připravena a zabezpečena. Klient by měl mít v terapeuta důvěru. Terapeut musí být seznámen s diagnózou, anamnézou a aktuálním zdravotním stavem klienta. Obzvláště důležitá je dobrovolnost aktivit, nikoho do ničeho nenutit, vše se děje dle potřeb klienta. Terapeut by měl mít notnou dávku empatie, společně s klientem hledají takové způsoby stimulace, které jsou přirozené a příjemné (každý kontakt a vztah navázaný v tomto intimním prostředí má smysl a význam pro oba dva). Terapeut nabízí svobodu projevu “nic se nemusí, ale může“, zde má klient svobodu, volnost být sám sebou a jednat dle svých potřeb. Terapeut by proto neměl do snoezelenu vnášet příliš své představy a normy.

Eva Vrátná



Zdroj: Metodický portál rámcových vzdělávacích programů, *Snoezelen*, cit. [29. 5. 2017], dostupné z: http://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogicky_lexikon/S/Snoezelen

Střípky z projektu „Jedeme v tom společně 2017“

BAREVNÉ ČTVRTKY

V rámci projektu „Jedeme v tom společně 2017“, do kterého jsme se zapojili s našimi klienty, byly zavedeny pořadatelem akce, jako zpestření šlapání, „barevné čtvrtky“. Každý čtvrtek měl svou barvu a bylo na každém ze zapojených zařízení, jak tento den prožije. Zatím proběhl červený čtvrtek, kdy se klienti našeho domova, zapojení do projektu, sladili do červených triček, jejich rotopedy zdobily velké červené mašle a občerstvili se na „cestě do Paříže“ červenou poctivou malinovku. Další čtvrtek byl ve znamení zelené barvy, která je barvou klidu a pomáhá člověku čerpat nové síly. Pro klienty proto byla připravena zelená výzdoba, aby z této barvy mohli načerpat síly pro další závod a zdárně dorazit do Paříže. Další čtvrtek bude oranžový, dále pak modrý, černo-bílý, růžový a jako poslední je v plánu žlutý.

Naši klienti za patnáct dní společnými silami ušlapali neuvěřitelných 1 302 km.



FINÁLE PROJEKTU „JEDEME V TOM SPOLEČNĚ“

Ve čtvrtek 28. dubna 2017 jsme se sešli, v rámci našeho projektu, naposledy, abychom společně dojeli až do vysněné Paříže. Poslední etapu „závodu“ odstartoval pan Mgr. Jan Vavřík, který byl pořadatelem celého projektu. Spojil se s námi online, poděkoval nám za spolupráci, předal několik cenných informací a poté odstartoval jízdu.

O vítězi celého závodu rozhodoval čas dojetí poslední padesátikilometrové etapy před Paříží. Všichni účastníci závodu šlapali jako o život, aby zadané kilometry ujeli dříve než ostatní zúčastněná zařízení. Během poslední jízdy je povzbuzovali také ostatní klienti domova. Do cíle dojeli v 10 hodin a 13 minut, což na vítězství nestačilo. Umístili jsme se na třináctém místě, ale to nám nevadilo, protože i tak jsme s radostí oslavili ukončení celého projektu. Bylo připraveno pohoštění a nesmělo chybět samozřejmě také šampaňské. Při dobrém jídle a pití jsme zhodnotili celé dvouměsíční snažení našich klientů. Říkali, že to bylo velice náročné, ale také přiznali, že se jim bude stýskat.

Závěrem malé shrnutí ujetých kilometrů a jiných dat. Společně závodníci z našeho domova ujeli 2 423 km za 40 dní, nejvíce kilometrů ujel pan Jiří Gelnar, a to 1 041 km. Pan Gelnar se v celkovém pořadí všech účastníků umístil se svými kilometry na šestém místě. Po cestě do Paříže jsme „navštívili“ sedmáct měst.

Eva Vrátná



Co jsme prožili...

Dubnové aktivizace

3. 4. 2017 - Sazení osení s Verčou

Přítomných osm klientek obdrželo malé bílé květináčky, do kterých nasypaly trochu hlíny a na tu na celý povrch s hlínou daly malá semínka osení. To pak přikryly malým množstvím hlíny. Připravené květináče uložily po zalití na okno, dle potřeby zalévaly a čekaly až vysazené osení začne růst. Po pár dnech, když vyrostly do patřičné výše, jsme náš výpěstek zlikvidovaly. Z úspěchu naší sadby jsme měly radost.



5. 4. 2017 - Bingo s Eliškou

Protože se plánovaná akce pro nemoc sestřičky v březnu nekonala, byla přesunutá na 5. dubna, kdy se uskutečnila ve společenské místnosti. Po její přípravě se shromáždilo osm klientek chtivých další hry. A opět to bylo plné napětí a



soustředění na hru, ale také upřímného fandění každé výherkyni v jednotlivých kolech, kterými se staly paní Hyráková, Slobodová, Pitříková a Niklová. Za přípravu místnosti a samotnou organizaci zasluhuje poděkování sestřička Eliška.

7. 4. 2017 – Taneční terapie se stuhami a kroužky se Soňou

Když se nás sestřička pokusila usadit v místnosti do kruhu moc jsme to s ohledem na prostory v naší místnosti nechápaly. Až další část, když každá z nás držela v ruce část žluté stuhy, kterou nás obdarovala sestřička, na její pokyn jsme zvedly ruku se stuhou do výše a uviděly jsme řadu rukou se stuhou a druhou řadu klidně odpočívajících. To vše doplněno vhodnou hudbou přinášelo uklidňující pocit klientkám. Další střídavé pohyby obou skupin nám připomínaly i náš dávný postoj k tanci, kdy jsme ještě mohly používat k tanci i zdravé nohy. Ale ten nahrazující pohyb rukou nám pomalu dával zapomenout na nemocné nohy a my, zaměřené na pohyb rukou, doplněný hudbou jsme se svojí horní půlkou těla dovedly imitovat i scházející půlku těla. Se svým nácvikem tance v sedě jsme byly spokojeny a naši sestřičce jsme moc poděkovaly.

Spokojené klientky

26. dubna – Pohybová terapie s Barčou

Cvičení se šátky zajistila sestřička na chodbě v její zádní části. Cvičili klienti i klientky sedící na židlích a sedící na vozíčkách. Cvičili jsme rozpohybování rukou i cvičením prstů, později postavení u madla, přidala také rozkročení nohou. Nakonec to bylo cvičení se šátky i se zaspíváním dvou písní. Po cvičení jsme ocenily snahu cvičitelky. Za její píli patří poděkování.

Zapsala Květko

Výroba výzdoby do nového domova

Klientky vyráběly se sestřičkou Soňou motýlí obrazy, které budou zdobit stěny v nově zrekonstruovaném domově.



Stěhování do nového prostoru a malá vzpomínka na minulost

Bylo stanoveno několik dat, kdy se mělo stěhování uskutečnit. Když nevyšel ani poslední plánovaný termín, bylo už vše připraveno na chodbě. Pytle a krabice s věcmi klientů i vybavením domova. Dokážete si



představit to obrovské zklamání všech? Zbytek dne jsme prožili hlavně ve starosti, kdy se konečně přestěhujeme.

Následující ráno 4. 5. 2017, brzy po sedmé hodině se celý objekt, který jsme užívali probudil. U mě na pokoji mi sestřičky pomáhaly dokončit zabalení zbývajících věcí, zalepovaly a popisoval jmény mé bedny. Všude vládl ruch, ale ne chaos a zmatek. I snídani jsme dostali v přiměřeném čase a v půlce dopoledne jsme se i díky našim šikovným sestřičkám a řidičce Jarušce ocitli u brány zrekonstruovaného objektu, který bude, ještě po zbývajících léta našeho života, trvalým a jak doufám pěkným a spokojeným bydlištěm.

Plni zvědavosti jsme vstoupili do dveří výtahu a nechali se zavést s mou spolubydlící do druhého patra, nejvyšší části přistavěného objektu. Když jsme vystoupily z výtahu pokračovaly jsme širokou světlou chodbou ke dveřím s našimi jmény. Když jsme vstoupily dovnitř, bylo zde už pracovně rušno. Rodina mé spolubydlící již začala s ukládáním a vybalováním věcí své maminky. Stačila jsem si prohlédnout pokoj se dvěma okny, přílehlou koupelnou a vděčně jsem poděkovala rodině mé spolubydlící za donesení mých krabic do pokoje. Má rodina nemohla kvůli změně data stěhování přijet, aby mi pomohli.

Ale protože naše ochotné sestřičky mě dovedly rychle vybalit a uložit do volných ploch ve skříních všechny mé věci, mohly jsme očekávat i další, novou věc. Zajely jsme do jídelny v přízemí na připravený oběd, kde jsme se dostaly výtahem, který se pomalu učíme ovládat. Připravená jídelna, byla při obědě plně obsazená. Velice jsme si všímali obrázkové výzdoby při návratu z jídelny, která nám připomínala pěkné chvíle z našich aktivizačních programů.

Po pár dnech, kdy jsme si stále ještě zvykali na nové prostředí jsme se snažili sami nebo s doprovodem sestřičky seznamovat se s okolím. Pro mě, u

kteřé byl první vstup do prostor domova 9. ledna 2011, tj. před sedmi lety, jsem chtěla především zjistit, co všechno se provedenou rekonstrukcí změnilo, zlepšilo a co budu z mého pohledu laika nenávratně postrádat.

Nyní se s vámi podělím o pár vzpomínek z doby, kdy ještě domov nebyl přestavěn. Když jsem v roce 2013 měla po úraze doporučenou rehabilitaci formou chůze s chodítkem ráda jsem toho využívala. Se spolu-klientkou Zuzkou jsme chodily pěší túry s chodítkem a brzy jsme byly známy jako dvojka klientek obcházejících od bočního východu a dále kolem celého domu, okolo oken prádelny až k přístavbě s východem, a dále ke hlavnímu vchodu. Počet obchůzek byl úměrný našim schopnostem a zdraví. I když už náš zdravotní stav takové túry nedovoluje, zůstanou tyto vzpomínky nezapomenutelné.

Další nezapomenutelnou částí bylo schodiště v přízemí, nyní nás při vstupu do hlavních dveří přivítá velká prázdná plocha namísto zvedajícího se masivu krásného tmavého schodiště. Pravidelně jsme po dvaceti třech schodech stoupali nahoru, kde jsme po vystoupení až nahoru zavírali dřevěnou závoru pro nepozorného chodce. Tohle je pro mě největší změna, i když schodiště je pro mě zdrojem dobrých i špatných vzpomínek. Krátce po mém nástupu do domova mě naučil tehdejší student medicíny Martin u zábradlí obstojně chodit po schodech. Schody se pro mě staly jednou také únikovým východem, když se naneštěstí rozbil výtah a já jsem se potřebovala dostat ven, do sanitky, která mě měla odvézt do nemocnice. Šikovný pan Kubíček, mě i s vozíkem dostal ze schodů a já hrůzou trnula při každém drcnutí a počítala těch dvacet tři schodů. Dodnes nezapomenu na jeho slova: „Pojedeme, jen se pořádně držte!“. Krásné bylo schodišťové zábradlí při konání všech svátečních akcí. Bylo vždy přizpůsobené akci, která byla v celém přízemí. Byly to zejména ty nejsvátečnější posezení u vánočního stromu, kdy vévodil do vstupu na schodiště krásný vánoční strom, na jehož výzdobně se podílela řada klientů, i celé zábradlí neslo stopy Vánoc. Všem u vévodil krásný lustr, který byl také ozdoben hlavním mottem Vánoc – ručně háčkovanými a naškrobenými vánočními ozdobami nebo v jiném roce byl ozdoben upečenými perníčky. Hosté odcházeli se slovy, že byli v krásné perníkové chaloupce.

I když to budou pro některé z nás i smutné vzpomínky, musíme vzhlednout i dále, jsme teprve na začátku života v nových prostorách. Věřím, že i zde bude dost příležitostí k utvoření vzpomínek nových.

Květka Krčmářová



Pohled na schodiště a okolní prostor na fotografii z roku 2014



Pohled na stejný prostor o tři roky později

Slavnostní otevření domova pro seniory

Bylo to v úterý 16. května 2017, kdy se klienti domova dočkali otevření

zrekonstruovaného zařízení. Že je to pro ně opravdu mimořádný den poznali ze změny samotného úterního programu, kterému se, jak



věřím rádi přizpůsobili. Bylo to zejména uspíšení běžných dopoledních činností, tak abychom byli včas sestřičkami dovezení na prostranství před hlavní vchod do budovy, kde budeme, jako jedni z prvních přihlížet, připravenému programu předávání tolik očekávané budovy po náročné přestavbě a přístavbě, která trvala do dnešního dne deset let. V roce 2010 jsme na ministerstvo práce a sociálních věcí předložili žádost o dotaci z programu Švýcarsko-české spolupráce. Rok 2012 a 2013, kdy došlo k rozhodnutí a poskytnutí dotace byl pro nás rokem naděje. Tak jsme jej také nazvali v našem nově vzniklém časopisu „Střípky z domova“. Jsme moc rádi, že nás naše ze srdce tryskající naděje nezklamala.

Tento dnešní den nás přesvědčil, že společná práce všech orgánů – městských i nadřízených a neocenitelný zájem paní vedoucích, která v každém období své



práce měla vždy na zřeteli spokojenost svých klientů. Dnes se splnilo i její velké přání. Drobné problémy, které se vyskytnou jsou řešitelné a odstranitelné.

Podklady o financích uvedených v článku jsem získala z článku ve zpravodaji města z listopadu 2016.

Květko Krčmářová

Den otevřených dveří pro veřejnost a zastupitele

Po slavnostním otevření dne 16. května za přítomnosti zástupců města a nadřízených orgánů a zástupců spolufinancujících orgánů je dnes 22. 6. 2017 setkání určeno občanům, kteří spolu s námi sledovali celou víceletou situaci s rekonstrukcí našeho domova s přáním brzkého dokončení.

Stejně jako u prvního slavnostního otevření byli i dnes přítomni naši nemilejší, děti ze ZŠ ve Staré Vsi se svým doprovodem, které si pro nás připravily velmi zajímavý program.



Brzy po čtrnácté hodině se celý prostor společenské místnosti v přízemí začal zaplňovat klienty domova, návštěvníky a dětmi. Po uvítání všech paní vedoucí jsme byli s velkým překvapením a potěšením seznámeni s programem, který pro nás připravily děti. Vždyť, kdo by neznal knihu „Staré pověsti české“. My všichni jsme měli možnost zaposlouchat se znovu do příběhu o praotci Čechovi, jeho třech dcerách i dalším průběhu historie. Nás potlesk byl jen skromným poděkováním dětem a jejich vedení za pěkný výkon, která nás moc potěšil. I další skupina přítomných – naše klientky rády doplnily úspěšný program a společně s dětmi zapívaly své zamilované písničky. Čímž dokázaly, že věk není překážkou, když nechybí chuť a vůle.

Posledním neméně důležitým bodem programu dnešního odpoledne byla prohlídka zrekonstruovaného objektu s doprovodem sestřičky. I nám, kteří zde bydlíme již od poloviny května to trvalo dost dlouho, než jsme některá „bludiště“ přijali jako normální část našeho domova.

Přes drobné nedostatky jsme se nastěhovali do krásného prostředí i se zařízením, které by mělo mít příznivý vliv i na náš další pobyt zde. Skončilo desetileté období úporné práce i bojů a jednání o příznivý výsledek, který jsme šťastně převzali.

A nám, příjemcům této krásy se sluší odevzdat alespoň to, co nám dovolí náš věk i zdravotní stav. Bude to naše upřímné a srdečné poděkování za každý den našeho života.

Květka Krčmářová



Loučení

Text plný vzpomínek na společné soužití klientů domova pro seniory a obyvatelů domu s pečovatelskou službou.

Bude máj, lásky čas,
Ale je zde stěhování zas.
Odcházíte do renovovaného domu
„důchodců“, kde budete míti
Vhodnější prostředí, které jste v DPS neměli.
Ale i přesto úkoly jste zvládali
Ke spokojenosti občanů – klientů,
o které se staráte.

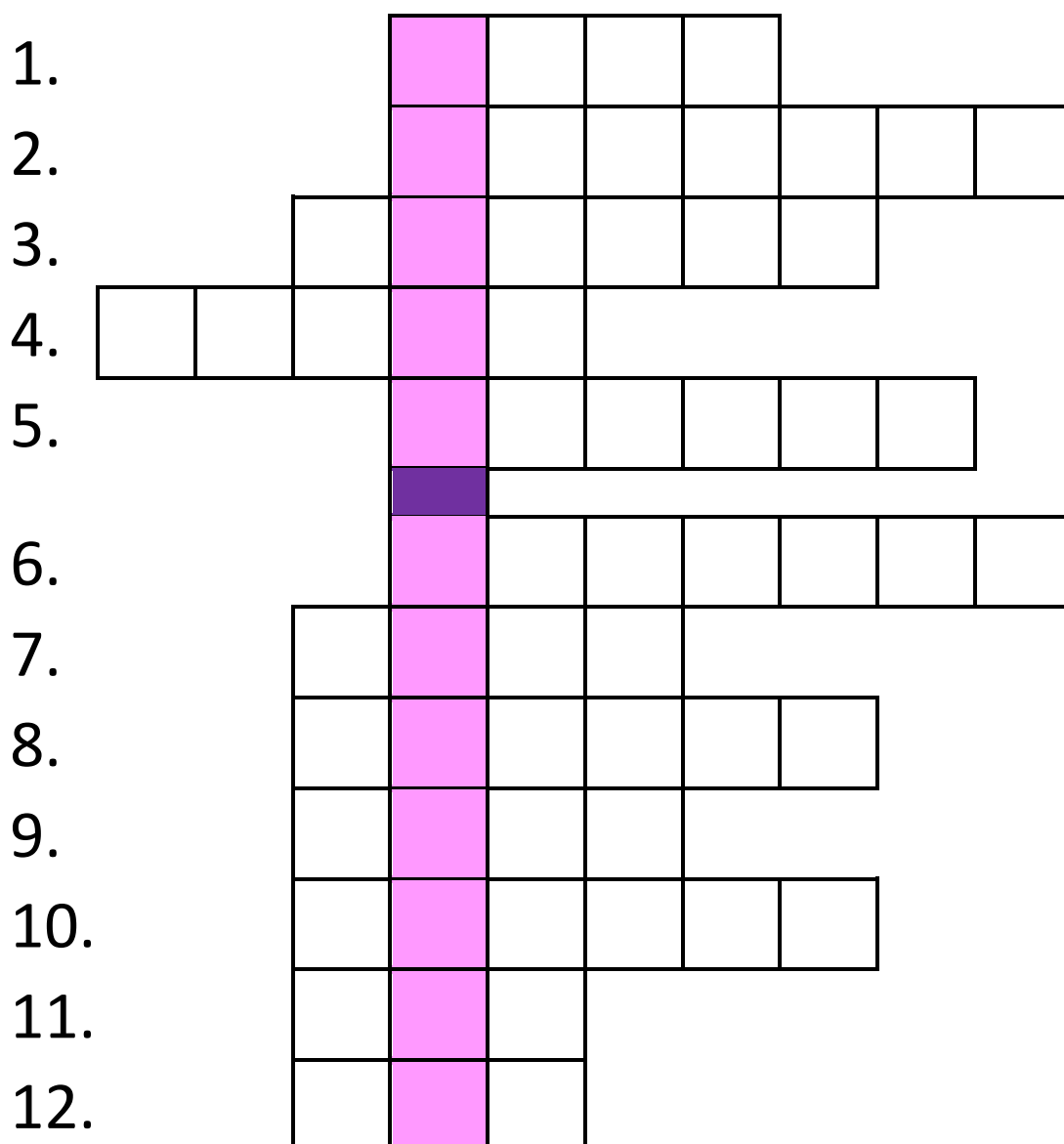
Časem bylo navázáno i mezi některými nájemníky zde v DPS přátelství. I já jsem jedna z nich, která jsem někdy využila Vašeho pobytu a při návštěvě dole při posezení jsem čerpala z těch, kteří mají různé zdravotní potíže a jsou na vozíčku, klid, pohodu a hlavně sílu, kterou i já při svých potížích potřebuji. Věřím si velice těchto lidí a ukláním se před nimi, když se dokáží zasmát, zaspívat a berou tak svůj zdravotní úděl.

Patří poděkování paní vedoucí Szotkowské, za tu její trpělivost a starosti při přestavbě a bylo toho dost. Mé poděkování patří všem, co zde pobývali a jdou do lepšího prostředí. Přeji Vám všem hlavně zdraví, spokojenost a jak se říká slunce v duši na tom nove přebudovaném Domově pro seniory. To také přeji i pracovníkům tohoto domova.

Albína Hoňková, nájemnice DPS

Něco na procvičení mozku

Vyluštíte křížovku správně a zjistíte, co ukrývá tajenka?



1. KDO MÁ SVÁTEK 30. 12.?
2. NEJVĚTŠÍ MĚSTO
MORAVSKOSLEZSKÉHO KRAJE
3. OPAK RADOSTI
4. PRVNÍ VÍKENDOVÝ DEN
5. KŘESTNÍ JMÉNO PANÍ VEDOUcí
NAŠEHO DOMOVA
6. JAK SE JMENUJE MĚSTO, VE
KTERÉM SE NACHÁZÍME?

7. POHÁDKOVÁ POSTAVA
ŽENSKÉHO POHLAVÍ
8. KAŽDÉ RÁNO VYCHÁZÍ A VEČER
ZAPADÁ
9. ŠLAPACÍ DOPRAVNÍ
PROSTŘEDEK
10. PÁTÝ MĚSÍC V ROCE
11. SLADKÝ PRODUKT VČEL
12. KAŽDÝ ZÁVOD MÁ START A ...

Ze života známých osobností

Věra Špinarová

Věru Špinarovou netřeba dlouze představovat. Byla jedním z největších hlasů české hudební scény a uznávanou zpěvačkou. Článek bude malou vzpomínkou na tuto nezapomenutelnou osobnost, která 26. března 2017 nečekaně zemřela.

„Věra Špinarová se narodila 22. prosince 1951. Dětství strávila v rodných Pohořelicích u Brna. V sedmi letech se spolu s rodiči přestěhovala do Ostravy. Počátky hudební kariéry spočívaly ve hře na housle(6let) a později na vysněnou kytaru u táboráku a s partou kamarádů. Po devítiletce v jejích 16 letech dostala nabídku na první nahrávku a následné pravidelné vystupování s kapelou Flamingo. Následovaly „čaje“ s Royal Beatem a nahrávka Music Box, který se zanedlouho stal hitem. Později přestoupila do skupiny Majestic, kde se vystřídala s Marií Rottrovou. Právě s Majesticem nahrála svůj první singl Music Box, který ji přímo katapultoval mezi špičku tehdejší české populární hudby. Tady se poprvé setkává se svým budoucím partnerem Ivo Pavlíkem, kterého si v roce 1972 vzala za manžela. 14. prosince 1974 se jí narodil toužený syn Adam. V roce 1984 končí manželství s Ivo Pavlíkem a začíná další etapa s Vítězslavem Vávrou. V té době Věra začala zpívat se skupinou Speciál, tehdy velmi uznávanou. V roce 1988 odchází od Speciálu a zakládá skupinu Notabene.



Dostává pracovní nabídku na muzikál Benzín a mejkap a ledové představení Mrazík – rozchází se s Vávrou. Na koncertech jí začíná doprovázet její syn Adam se svou kapelou a do profesního života přichází manager Václav Fischer. V posledních letech je jejím managerem její syn Adam Pavlík a její doprovodná skupina je v současné době skupina Adam Pavlík Band. Její první album bylo Andromeda u společnosti Panton v roce 1972. Svá další alba nahrála u společnosti Supraphon. V prosinci před několika lety zpívala na svém koncertu na Žofíně, který byl beznadějně vyprodán, a obdržela tam platinovou desku za cédéčko To nejlepší, které patřilo v uplynulých letech k těm nejprodávanějším u nás. „Pochopitelně, že jsem měla velkou trému už před tímto koncertem a nevěděla jsem, jaké vůbec přijde publikum. A říkala jsem si: Co já tady vlastně dělám? Vždyť na tomto pódiu zpívá Karel Gott, Helena Vondráčková... A pak jsem se v průběhu vystoupení otočila směrem k obecenstvu a musela jsem se přiznat k tomu, že už také zpívám čtyřicet let,“ říká s úsměvem zpěvačka se

stále báječným hlasem, který ji závidí mnohé operní sólistky. Věra Špinarová nerada hovoří o svém soukromí, už také proto, že jí bulvár v minulosti nejednou ublížil. Věra Špinarová je jednou z nejlepších a nejuvýraznějších osobností českého popu a rocku. Kromě mnoha ocenění v podobě zlatých a platinových desek patří mezi prvních pět nejprodávanějších českých interpretek za posledních deset let. Pro svůj nenapodobitelný sytý hlas i



pro temperamentní a vitální vystupování na koncertech patří Věra Špinarová již mnoho let mezi nejžádanější zpěvačky v České a Slovenské republice. Koncerty probíhají v průběhu celého roku a jsou stále vyprodány. Má celou řadu krásných hitů, například Meteor lásky, Music box, Bílá jawa 250, Raketou na Mars nebo Měj mě rád. Největším hitem se však stala píseň Jednoho dne se vrátíš, jejíž melodie je z filmu Tenkrát na západě. Jako prestižní záležitost v roce 2007 bylo pozvání na koncert Joe Cockera, který nemá nikdy na svých koncertech hosty ani předskokany. Věra Špinarová byla pozvána jako host na Ostravský koncert. Věra Špinarová patří ke stálícím naší rockové i populární

hudby a pro svůj nenapodobitelný sytý hlas i pro temperamentní a vitální vystupování na koncertech se stala jednou z nejoblíbenějších zpěvaček.“

Za svůj život vydala několik desítek alb, které obsahují nestárnoucí hity a jsou známy napříč generacemi. V roce 2001 vydala také autobiografickou knihu s názvem „Za vše můžu já“.



V květnu 2017 byla u příležitosti udělování hudebních cen Anděl uvedena in memoriam do síně slávy.

Zdroj: Věra Špinarová, *O mně; Tvorba*, cit. [29. 5. 2017], dostupné z: <http://www.spinarova.cz/o-mne/vera-spinarova>.

Eva Vrátná

Pranostiky

Červenec

- Když dne ubývá, horka přibývá.
- Slunce peče – déšť poteče.



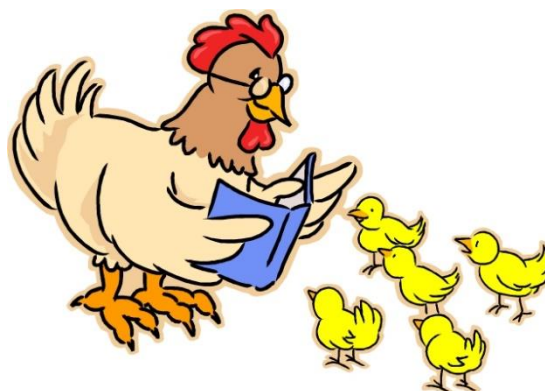
Srpen

- V srpnu již nelze slunci mnoho věřit.
- I když ze strnišť občas fučí, horko nás přece jen mučí.



Září

- Teplé září – dobře se ovoci i vínu daří.
- V září mnoho požárů bývá, proto se obloha rdívá.



Rady našich babiček



Aby med chutnal, i když je zcukernatělý

Známe to všichni, koupíme si med, který je zlatavé barvy, pěkně tekoucí. Ale čase stane neprůhledným, hrudkovatí a při namazání na chleba vidíme krystalky cukru. Můžeme mít pocit, že nás včelaři obelstili a přidali do medu spoustu nezdravého cukru. Kdo je šetřivý, umí si pomoci: strčí sklenici se zcukernatělým medem do hrnce s vařící vodou a obsah se rychle rozpouští... Vše, co doposud bylo v medu zdravé a léčivé, je ale v mžiku pryč. Avšak máme opět krásně průhledný, zlatavý, oku lahodící med. Opravdu? V žádném případě! Jakékoliv vaření medu škodí.



Jak dosáhnout toho, aby med opět tekli?

Známou prací je sklenici s medem prohřát ve vodní lázni, odkud se krystaly nerozpustí, teplota medu nemá překročit 40-45 °C. samozřejmě nevařit! Pouhým zahřátím se kvalita medu nikterak nesníží. Takto lze med „ztekutit“ i vícekrát.



Zdroj: Časopis *Darina*, Rady báby kořenářky, str. 22

Recept – Smetanová cibulačka

CO BUDEME POTŘEBOVAT?

- 500 g cibule
- 50 g másla
- 75 ml bílého vína
- 75 ml 40 % smetany
- 2 lžíce mouky
- 1 litr vývaru
- Pažitka, kopr, sůl, pepř

POSTUP PŘÍPRAVY:

1. Cibuli oloupeme a nakrájíme nahrubo. V hrnci rozehtjeme máslo a cibuli necháme zesklovatět. Vmícháme mouku a orestujeme. Přilijeme vývar a vaříme 30 minut.
2. Poté polévku rozmixujeme, dochutíme solí a pepřem, přidáme víno a provaříme 10 minut.
3. Vlijeme smetanu a už nevaříme. Podáváme v nasekanou petrželkou a koprem.



Zpívánky – Jednoho dne se vrátíš – Věra Špinarová

Den se v růži skryl
a z růže vůni bral,
tím jsi dlouho žil
a kráse přísahal.

Mám už v tváři sních,
to léta můžou být,

s prázdnem slůvek Tvých
chci sotva v písničkách znít.

To víš, že zůstanou,
jak loukám tváře kvést.
Dál v knihách všech zázraků,
mou písničku zniš dál.

To víš, že půjdeme k nám,
jak cestám zbývá jít.
Též dveřím, co vzývají,

jak náruč v toužení,
já dlaň Tvou stále znám.

To víš sny zůstanou
a možná může nás hřát
zas dál pár slůvek Tvých,
když poznáš stůl a nůž.

To s příliš krásnou lží
se loučit náleží,
vítej k nám, vítej k nám,
ten stůl tu máš.

Už náruč zná,
jak chutná prázdná číš,
přijď zas k nám, ať sám už víš,
jak ve dvou dá se žít,
až přijdeš zpátky k nám.



Na závěr malá zkouška!

Teď se ukáže, jestli jste pozorně četli tento díl 😊



1. Věra Špinarová se proslavila:

- a) Vařením
- b) Zpěvem
- c) Vědeckou činností



2. Jak se jmenoval nejlepší pražský „chlebíčkář“?

- a) Jan Paukrt
- b) Jonatán Saukrt
- c) Spytihněv Naukrt

3. V rámci projektu probíhaly barevné dny. Který den v týdnu byl stanoven?

- a) Sobota
- b) Pondělí
- c) Čtvrtek



4. V čem se skryl den v písni „Jednoho dne se vrátíš“ od Špinarky?

- a) V botě
- b) V růži
- c) V koutě



5. Jak správně zní pranostika na červenec?

- a) Když pondělí ubývá, deště přibývá.
- b) Když dne ubývá, horka přibývá.
- c) Když horka ubývá, dne přibývá.



6. Kdy proběhlo stěhování domova do nových prostor DS?

- a) 8. 7. 1958
- b) 5. 4. 2017
- c) 4. 5. 2017



Tak kdo dával pozor a odpověděl na vše správně?

Doufáme, že jste při čtení strávili příjemné chvíle a také se něco užitečného dozvěděli. Děkujeme Vám za pozornost těšíme se na Vás u příštích Střípků.

Šéfredaktor

Bc. Vlasta Szotkowská, Eva Vrátná

Redakční tým

Květoslava Krčmářová, Bc. Soňa Petruláková, Eva Vrátná

www.dsbilovec.cz

