



Občasník

Vážení a milí čtenáři,

všimli jste si, jak nám letos jaro začalo velice brzy? Už v únoru byly trávníky plné sněženek a bledulí, ale také rozkvetlých krokusů, fialek, modřenců, v závěru února rozkvetl zlatý déšť a začátkem března také plaňky a ovocné stromy. Ptáci zpívají jako o život, hmyz si vesele poletuje, jako by nám příroda chtěla říct: „Probuďte se také, už je čas!“

A tak vás tedy spolu s teplým počasím a dny naplněnými prodlužujícím se světlem lákám do naší krásné, probouzející se zahrady, kde můžete načerpat nových sil a taky občerstvit svou duši.

Krásné jarní dny s novým číslem občasníku vám přeje ředitelka.

Obsah:

Přání našich klientů	1
Aktivizace	3
Masopust	4
Oslavy narozenin	7
M. Š. Tovačov	8
Festival srdcí	9
Diabetes	10
Básnička	11
Oslava MDŽ	12
Okénko pro volnou chvíli	13
Poslové jara	14
MDŽ	15
Básně o jaru	16
Jubilanti	17
Jaro	19
Okénko pro volnou chvíli	21
Velikonoce	22
Přehled o klientech	27
Pranostiky	28
Slovo kaplana	29

Plníme i malé přání našich

Klientka se mi svěřila, že by se mnou a naší aktivizační pracovnící ráda oslavila příchod do Nového roku. Musím říct, že mě to velmi potěšilo a zahřálo u srdce.

Začátek roku byl pro všechny velmi hektický, ale i přes to jsme si našly chvílku čas a přání paní Žákové jsme splnily.

Nachystaly jsme posezení v naší kavárně. Nechyběl chlebíček ani víno na symbolický přípitek. S klientkou jsme poseděly, zasmály se a udělaly si hezkou chvílku.

Život se nemá počítat na roky, ale na počet hezkých chvil. A jsem ráda, že i u nás v domově klientům můžeme takové chvíle a zážitky dopřát.

Simona Frantová
Vital A





Aktivizace-společenské hry

Zima je dlouhá, venku je sychravé počasí, jak se zabavit? Knížka, televize a co tak třeba „Člověče nezlob se“? Odpolední posezení u svačinky a dobré kávičky, k tomu pár figurek a kostek a o zábavu je postaráno. Červená, zelená, modrá, žlutá – rozpoznat barvy, počítání políček, procvičíme mozkové závity a zároveň protáhneme ztuhlé prstíky. No vida, je to sice dětská hra, ale i pro nás má mnoho benefitů. A nejlepší na tom je, že jsme strávili pěkné odpoledne ve společnosti a příjemně se zabavili.



Revital Marcela Šugová



Masopustní veselí v našem domově

Masopust, lidově ostatky, fašank či karneval je svátek mezi Vánoce a postní dobou. Je to období hodování a veselí. V té době probíhaly taneční zábavy, zabíjačky a dokonce i svatby.

Ani u nás v domově jsme nezůstali pozadu a Masopust si užili. Aktivizační pracovnice připravily celé pásmo zábavy. S klientkami natrénovaly vystoupení se šátky na píseň Karla Gotta. K vystoupení se připojili i diváci, kteří dostali předem šátky.

Následovalo další vystoupení samotných Aktivizačních pracovnic. Na ptačí tanec se už připojili všichni přítomní a můžu říct, že se bavilo celé publikum.

Atmosféra byla úžasná. Tančilo se. Popíjelo se víno a k občerstvení jsme měli koblížky, které pro nás upekli klienti domova pod vedení paní Laidorfové.

Děkujeme účinkujícím a všem, co se podíleli na organizaci.

Pospíšilová Zdeňka
Aktivizační pracovnice







Oslavy narozenin

V měsíci únoru na našem oddělení Vital B, oslavovalo hned několik dam narozeniny. Naše milá paní Boženka Tománková slavila krásné 95 narozeniny. Její dcera své mamince uspořádala oslavu doma v rodinném kruhu, a poté se podílela i na oslavě zde u nás na oddělení. Paní Boženke jsme na oddělení připravily posezení s ostatními klienty. Děvčata uvařila kávu a podával se domácí dort, který všem moc chutnal.

Další oslavenkyní byla paní Marie Kulíšková, která od rodiny dostala krásnou kytici k devadesátinám. V únoru slavily ještě dvě dámy a to paní Věra Hříbková a Svatava Jurová. Všem dámám přejeme do dalších let jen to nejlepší.

Za kolektiv Vital B napsala L. Tomečková



Mateřská školka Tovačov u nás v domově

8

Jsme velice rádi za spolupráci s mateřskou školkou v Tovačově. Nikdy na nás nezapomenou. Vždy, když mají nějaký program, rádi přijdou potěšit i nás.

Letos jsme děti mohli vidět už dvakrát.

Po prvé na tři krále. A nepřišli pouze tři, ale přímo celý zástup králů a královen.

Po druhé při masopustním průvodu, který vedl medvěd a smrtka. Průvod byl slyšet už z dálky. Děti měly řehtačky a doprovázela je hudba. Mohli jsme vidět spousty krásných masek. Děti na zahradě zpívaly a tančily. Pak si nás všechny označil kominík uhlíkem na tvář, aby nás provázelo štěstí.

Děkujeme za vystoupení a budeme se těšit, že si paní učitelky s dětmi na nás vzpomenou i příští rok.

Pospíšilová Zdeňka
Aktivizační pracovnice



FESTIVAL SRDCÍ

Festival srdcí aneb Valentýnské pečení pro seniory proběhl v neděli 18.2.2024 napříč celým Českem. Každý, kdo měl chuť se zúčastnit, napekl pro naše seniory něco sladkého.

I na náš domov v Tovačově se letos nezapomělo a pár dobrovolnic nám napekly dobroty, které jsme pak s radostí předali našim klientům.

Tímto bychom rádi ještě jednou poděkovali dobrovolnicím, které s láskou napekly sladkosti a tím potěšily naše klienty.



Pospíšilová Zdeňka
Aktivizační pracovnice



DIABETES MELITTUS =ÚPLAVICE CUKROVÁ =CUKROVKA

Pro tohle číslo našeho Občastníku jsem si vybrala něco o cukrovce.

7 duben patří ke dni zdraví, tak něco málo k této nemoci, která postihuje hodně často naše klienty.

Jedná se o poruchu metabolismu cukrů,, charakteristická zvýšenou glykemií=zvýšenou hladinou cukru v krvi a glykosurií=cukrem v moči. DM je způsoben nedostatečnou tvorbou inzulínu v Langerhansonových ostrůvkách pankreatu=slinivky břišní nebo nedostatečným účinkem inzulínu ve tkáních. Inzulín umožňuje zjednodušeně vstup glukózy=cukru do buňky. Jako klíč odemkne buňku pro glukózu. Glukóza sama bez inzulínu do buňky nevstoupí a odchází do moče=glykosurie. Zvyšuje se i hladina cukru v krvi=hyperglykémie. Nemoc vzniká většinou pomalu. Projevuje se velkou žízní a s tím související zvýšené močení. Únava, slabost, úbytek na váze, svědění genitálií a špatné hojení ran.

Rozlišujeme:

DM 1 typ – závislý na inzulínu, který se aplikuje pod kůži

DM 2 typ – většinou může být na dietě, ale i na podání léků tzv.

PAD=perorální antidiabetika nebo kombinací inzulínu a PAD

DM může také vzniknout během těhotenství

U DM může vzniknout buď hyperglykemické kóma nebo hypoglykemické kóma.

Hyperglykemické kóma znamená, glykémie naměřená je větší než 15 mmol/L.

projevy: nedostatečná nebo žádná dávka INZ

porušení diety

pacient ani neví, že má DM

příznaky: žízeň, nevolnost, zvracení, zvýšená tvorba moči, cukr v moči atd.

Pokud dojde k hyperglykemickému šoku je třeba volat lékaři a ten naordinuje inzulín navíc.

Nás pečovatele se spíš týká hypoglykemický šok a tzn. že klientovi klesla hladina cukru v krvi.

Jak poznat tento stav? Klient bude bledý, neklidný, studený lepkavý pot, bude zmatený a mít tzv. vlčí hlad. Pro nás je tedy důležité podat co nejrychleji cukr např. kostky cukr, čokoládu. Důležité je také pravidelná strava a po podání inzulínu se musí najíst nejlépe do 15-20 minut.

Frantová Simona

Vital A



Podjaří

Co to šumí? Co se děje?

Jaro táhne přes závěje.

Před ním pádí poslíčkové –

vánky stelou šátky nové,

rozhánějí tmou a mrazy.

Muzika je doprovází :

Meluzína dziny, dziny,

na topoly, na komíny,

dráty zvoní na cimbály,

háje dudy rozehrály,

ptáci křičí, vítr hvízdá:

Už se blíží slavná jízda!

Sněhy tají polekaně,

Kde se kmitnou zlaté saně,

U nich otakárci zlatí

Na paprscích, na oprati.

Zem se směje, až se chvěje:

Jaro jede přes závěje!



Petra Gasidlo
Vital A

Oslava MDŽ na oddělení Vital A

Mezinárodní den žen se každoročně slaví 8. března. I u nás na oddělení jsme se na oslavu patřičně připravili. Den předem jsme napekli rolády. Vytvořili pro naše klientky přáníčka a pozvali je na slavnostní posezení v jídelně. Účast byla hojná. Poseděli jsme u kávičky se zákuskem. Přitukli si vaječným koňakem. Vykládali si a vzpomínali na to, jak se dříve tento svátek slavil. Většinou to byly velmi úsměvné vzpomínky. Zazpívaly jsme si lidové písně a někteří z nás si i zatančili.

Dámy, které se nemohly ze zdravotních důvodů dostavit, měly svou soukromou oslovou s roládou i přáním na pokoji.

MDŽ je krásný svátek, kde se oslavuje naše ženství, odvaha a síla kterou máme. Je hezké si vzpomenout na všechny naše sestry, kamarádky, přítelkyně, známe a popřát jim v tento krásný svátečný den.



Pospíšilová Zdeňka
Aktivizační pracovnice, Vital A



I u nás na oddělení klienti vyhlíží první jarní paprsky slunce, první jarní kytičky. A tak trošku toho jara jsme přinesli i k nám, k našim klientům.

Potěšit oko krásnou kytičkou sněženek, primulek...přivonět, zkoumat dotykem. Zavzpomínat kde všude kytičky rostly, doma na zahradě, v lese na louce.....

„Nepamatujeme si dny, pamatujeme si okamžiky“

Cesare Pavese

Kolektiv oddělení Vital



Mezinárodní den žen je svátek každoročně připadající na 8. března – je to mezinárodní svátek. V České republice je tento svátek od roku 2004 významným dnem.

Tento svátek se slaví od počátku 20. století, vznikl jako nástroj hnutí za práva žen s cílem obrátit pozornost na otázky rovnoprávnosti. Od roku 1975 je svátek uznán Organizací spojených národů a připomínán jako den mezinárodní solidarity žen za rovnoprávnost a spravedlnost.

Řekla bych, že v posledních třiceti letech je tento svátek opomíjen a velmi zanedbáván. My – starší ročníky si ještě pamatujeme, jak se na ulicích prodávaly konvalinky a narcisky a každá žena dostávala a přijímala v tento den gratulace. Ve fabrikách se pořádaly u příležitosti MDŽ různé dýchánky a schůze, na nichž se veselili a popíjeli především muži. Ženy si odnášely domů prezenty, v podobě ručníků, utěrek nebo jiných drobností potřebných pro chod domácností. Pro mě je symbolem tohoto svátku karafiát, který prostě k 8. březnu patří. S našimi klienty jsme si tento svátek připomněli buď kytičkou nebo malou čokoládkou.

Revital Marcela Šugová



JARO

Kde se tu tak rychle
vzalo?
Zčistajasna je tu jaro!
Ještě včera sníh byl všude,
dnes už slunce pálit bude.

Zima končí, jaro je tu.
Všude kolem moře květů.
Bílá s žlutou jim všem
velí,
lákají si k sobě včely.



Jarní den

UŽ JSEM TADY – VOLÁ JARO,
DOUFÁM, ŽE JSEM
NEZASPALO.

MUSÍM VZBUDIT BROUČKY,
AŽ JDOU NA PALOUČKY.

POTOM POŠLU TELEGRAM
ČÁPŮM A VŠEM
VLAŠTOVKÁM.
AŽ SE VRÁTÍ DOMŮ ZPĚT.
ŠŤASTNOU CESTU,
DOBRÝ LET.



Oslava Jubilantů v měsíci březnu.

Oslavy jubilantů probíhají každého čtvrt roku v kavárně domova.

Slavnostní stoly nachystané v jarních barvách ozdobené tulipány, uvítaly oslavence současně s aktivizačními pracovníci. Přítomna byla i paní ředitelka, která jubilantům popřála.

Moc pěknou součástí oslavy bylo vystoupení dětí z MŠ v Tovačově, které přišly zazpívat a zarecitovat. Paní učitelka je doprovázela na klávesy. Za vystoupení jsme je patřičně odměnili potleskem i sladkostí.

My jsme měli výborný pohár od našich paní kuchařek.



Mirka Andrlová
Aktivizační pracovnice



Elán 2

Antonín H. 85 let

Marie Š. 85 let

Marie K. 87 let

Anežka R. 90 let

Vital

Růžena S. 91 let

Augustin K. 90 let

Libuše H. 89 let

Vital 1

Marie Z. 86 let

Ivo P. 85 let

Vital A

Vlasta Ž. 102 let

Anna N. 97 let

Marie Č. 96 let

Helena S. 93 let

Marie B. 92 let

Štefánia K. 91 let

Stanislav N. 91 let

Marie K. 89 let

Věra N. 88 let

Adolf G. 86 let

Vital B

Božena T. 95 let

Marie K. 90 let

František K. 89 let

Alojz Ž. 88 let



První jarní paprsky

Konečně po dlouhé zimě vykouklo sluníčko a udělalo se trochu teplo. Uchopily jsme příležitost za pačesy a vyrazily ven na sluníčko. P. Milada měla chuť na kávu, kterou si vypila na sluníčku u rybníčku. Přála si projít zahradu a podívat se jak po zimě vypadá. Při procházce mi ukázala, kde s dcerou, když je teplo sedávají a povídají si. Pak si přála vidět Andělku a nový zvon, na který si zazvonila. Když už se začalo sluníčko schovávat, tak jsme procházku ukončily okružní jízdou zahrady. Po návratu byl klientka veselá a velmi spojená.



Kolektiv Elánu



Jaro je jedno ze čtyř ročních období. V mírném pásu se vyznačuje začátkem vegetativní aktivity rostlin a zvýšením aktivity živočichů.

Jaro pomalu vytlačuje poslední zbytky zimy a my se konečně můžeme zase začít těšit na hřejivé dny plné slunce. Jaro má své neodolatelné kouzlo! I naši klienti jsou již natěšeni procházkami po rozkvetlé zahradě a pobytem na sluníčku po dlouhé zimě.



za Vital 1
Jitka Paličková



Okénko pro volnou chvíli

Křížovka - květiny



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



Skupina koledníků prochází kolem chalupy. Někteří z kluků jsou maličci, za to pomlázky mají málem větší, než jsou sami. Vesele jimi švihají kolem sebe, až ostatní nestíhají uhýbat. Těší se, jak jimi vymrskají děvčata. Žádnému nechybí proutěný košík, do kterého si pečlivě skládají výstavní kraslice. A jaké říkanky při koledování říkají?

Velikonoční koleda

Hody, hody, doprovody, dejte vejce malovaný,
nedáte-li malovaný, dejte aspoň bílý,
slepička vám snese jiný,
za kamny v koutku, na vrbovém proutku,
proutek se ohýbá, vajíčko kolíbá,
proutek se zláme, slepička z něj spadne.
Vajíčko se odkoulí do strejčkovy stodoly,
vajíčko křáp, slepička kdák,
panímámo, máte mi ho dát!



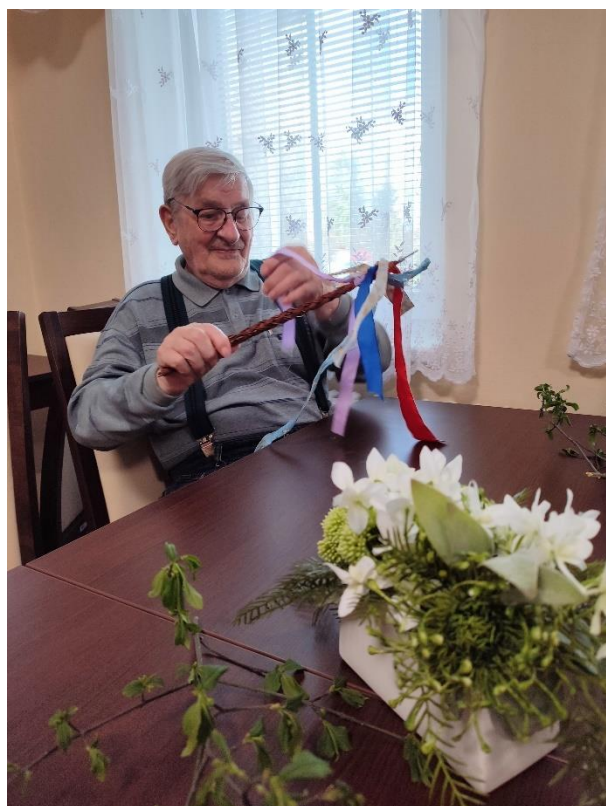
Velikonoční kavárna

Dne 28.3.2024 proběhla v našem domově speciální velikonoční kavárna. V zahradě byl barevnými stuhami nazdoben velikonoční strom, na který si mohli klienti i návštěvníci pověsit svou velikonoční kraslici. Na návštěvníky čekalo promítání velikonočních tradic z let sedmdesátých, povídání, šlágry na přání a káva se sladkou tečkou. Také pro ně byly připraveny papírové šablony vajec, které si sami zdobili připravenými doplňky. Společně jsme se zaradovali nad nádherně stráveným dopolednem v příjemné atmosféře, která nás nabíla pozitivní energií.



Lucie Hřivnová
Aktivizační pracovnice



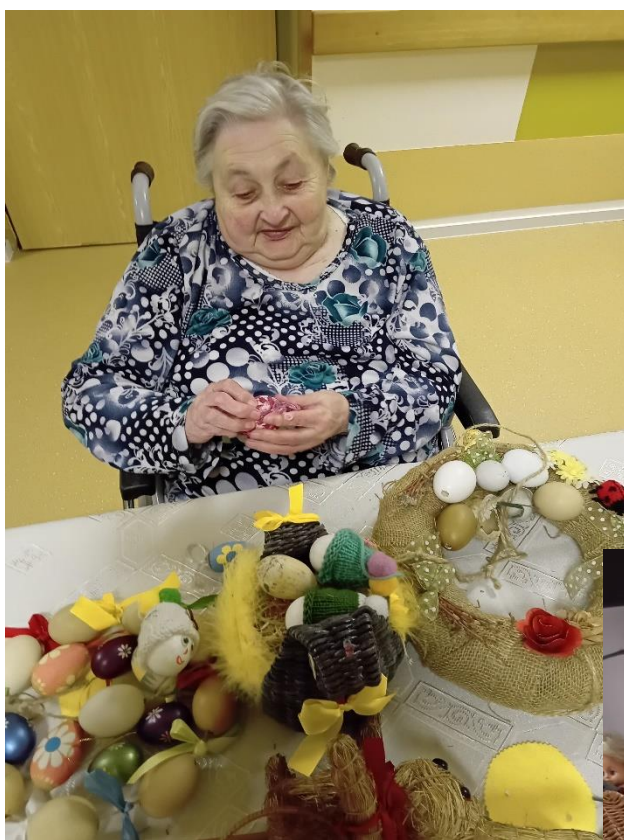


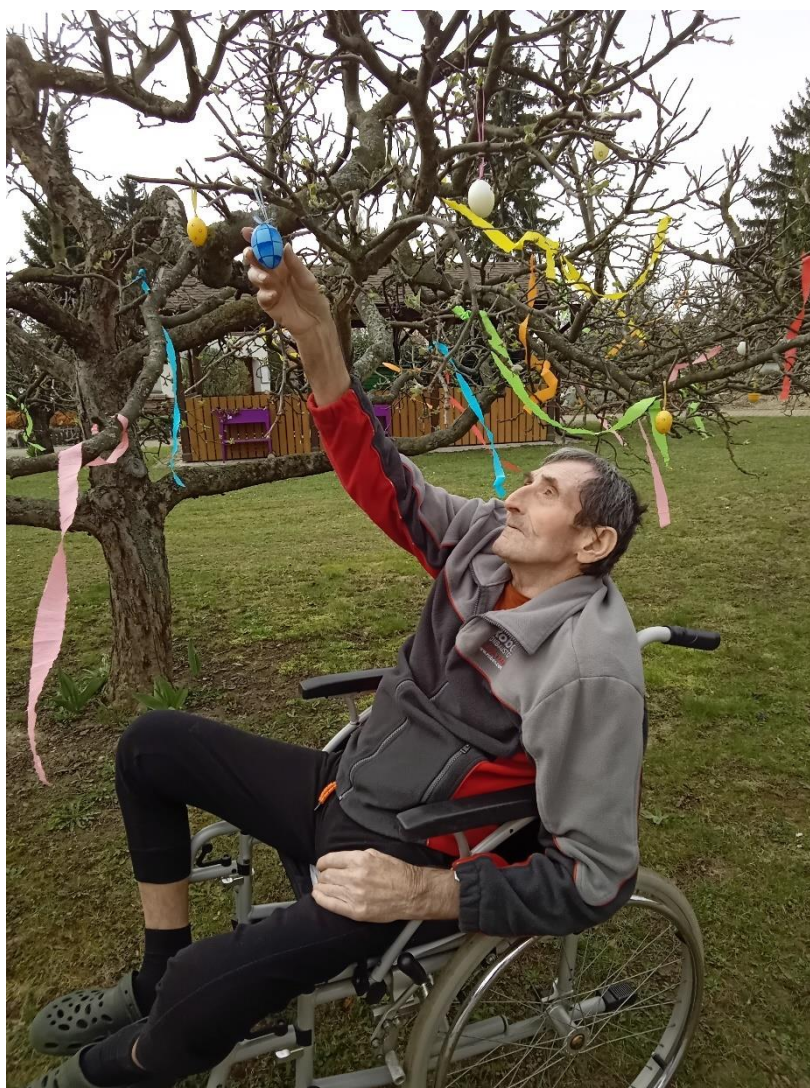
Velikonoce jsou nejvýznamnějším křesťanským svátkem, oslavou zmrtvýchvstání Ježíše Krista.

Vedle toho jsou Velikonoce obdobím lidových tradic spojených s vítáním jara, které s náboženským svátkem souvisejí jen volně.

Pro oživení vzpomínek na tyto tradice, se i naši klienti zapojili na výzdobě oddělení.

za Vital 1
Paličková Jitka





Přehled o příchozech a odchodech klientů k nám do domova za období od ledna do března.

Příchod klienta:

9.1. paní Nečekalová M. na oddělení VITAL 1

12.1. paní Novotná S, Mgr. na oddělení VITAL A

19.1. paní Mlčáková J. na oddělení ELÁN 2

30.1. pan Chytil J. na oddělení REVITAL

9.2. paní Vilímcová I. na oddělení VITAL B

14.2. paní Fuchsová O. na oddělení ELÁN 2

22.2. paní Mařasová Z., MUDr. na oddělení VITAL A

23.2. paní Novotná A. na oddělení VITAL 1

5.3. paní Hasová M. na oddělení VITAL A

12.3. paní Knolová M. na oddělení VITAL A



Opustili nás

23.1. pan Haltmar L. z oddělení REVITAL

26.1. pan Zachoval M. z oddělení VITAL A

30.1. paní Šoustalová L. z oddělení VITAL B

6.2. paní Holíková L. z oddělení VITAL 1

10.2. paní Přikrylová V. z oddělení VITAL A

19.2. paní Novotná S. z oddělení VITAL A

26.2. paní Kubáňová A. z oddělení VITAL A

Pranostiky březzen - duben

- Březzen – za kamna vlezem.
- Březnové srdce má krátké ruce.
- Jestli březzen kožich stáhl, duben by rád po něm sáhl.
- O svatém Tomáši bředne sníh na kaši.
- Svatý Josef, s tváří milou, končí zimu plnou silnou.
- Březzen - za kamna vlezem, duben - ještě tam budem.
- Duben chladný a deštivý, úroda nás navštíví.
- Hodně-li v dubnu vítr duje, stodola se naplňuje.
- Na svatého Jiří vylézají hadi a štíři.



Zdravím Vás přátelé,

Velikonoce jako slavnost už jsou sice za námi, ale prožíváme stále velikonoční dobu. Zkusme si o ní něco říci a připomenout si ji.

Neděle této doby jsou označovány jako neděle velikonoční. Po neděli Zmrtvýchvstání Páně, která byla letos 31. března následují: 2., 3., 4., 5., 6., 7. neděle velikonoční. A doba těchto posvátných padesáti dnů končí nedělí Seslání Ducha svatého letos 19. května.

Prvních osm dnů velikonoční doby tvoří velikonoční oktáv a slaví se jako slavnosti Páně. Čtyřicátý den po Zmrtvýchvstání Páně se slaví Nanebevstoupení Páně; tam, kde tato slavnost není předepsána jako zasvěcený svátek, může se přesunout na 7. neděli velikonoční. Všední dny po Nanebevstoupení Páně, až do soboty před Sesláním Ducha svatého včetně, připravují na příchod Utěšitele, Ducha svatého.

(Dokument Všeobecná ustanovení o liturgickém roku a kalendáři, č. 22-26)

Podívejme se společně na událost Nanebevstoupení Páně, která letos vychází na 9 května.

Na začátek si upřesněme slova nanebevstoupení a nanebevzetí. Často si je zaměňují i věřící.

Pouze Ježíš, jako Bůh se vrátil do svého království, proto nanebevstoupení. Zatímco Panna Maria jako člověk byla nanebevzatá.

Při slavení tajemství Kristova nanebevstoupení církve vyznává svou víru, že Kristus - Bůh a člověk - vystoupil k Otci, aby nám připravil místo, a zároveň zůstává mezi námi:

Andělé žasnou, že člověk je soudcem světa a pánem vesmíru.

A my se radujeme, že tvůj Kristus nepřestal být jedním z nás, že je náš prostředník u tebe a zůstává mezi námi.

My k němu patříme navěky a skrze něho se jednou náš život naplní v tobě.

(Preface 1. o Nanebevstoupení Páně)

To se stalo čtyřicátý den od zmrtvýchvstání Páně, proto tento svátek je slaven vždy ve čtvrtek po 6. neděli velikonoční. Nanebevstoupení je slavnost Kristova vstupu do Božího světa, do nitra Otcova, k němuž nám překlenul propast i ukázal cestu svým životem a svou obětí kříže.

V Evangeliu čteme o této události tento úryvek:

„Vyvedl je pak směrem k Betánii, zvedl ruce a požehnal jim. A zatímco jim žehnal, odloučil se od nich a vznášel se k nebi“

(Lk 24,50-51)

Ať se při slavení této události v nás prohlubuje a upevňuje naše víra a vztah k Bohu a stále ať se radujeme a říkáme znovu a znovu – Ježíš Kristus vstal z mrtvých – Aleluja.

Přeji vám požehnanou velikonoční dobu

Váš kaplan – Roman Nehera





Na přípravě tohoto čísla občasníku se podíleli:

Aktivizační pracovnice Z. Pospíšilová - úprava textů, korekce, grafické zpracování, tisk a distribuce

Pracovnice přímé péče - příspěvky o životě v domově

Aktivizační pracovnice - články z konaných akcí v DS

Ředitelka - úvodní slovo

Kaplan

