



Občasník

Milí čtenáři,

za okny stále vládne zima, ale v našich srdcích ještě doznívá teplo a radost z uplynulých vánočních svátků. Vánoce jsou časem setkávání, lásky a sdílení, a my jsme moc rádi, že jsme tyto chvíle mohli prožít společně zde, v našem domově.

V uplynulých týdnech jsme si užili spoustu krásných okamžiků – zdobení stromečku, společné zpívání koled, i přípravu tradičních dobrot, které nám připomněly kouzlo dětství. Nechyběla ani překvapení a návštěvy, které nám přinesly radost a úsměvy na tváře.

Zima však není jen obdobím vzpomínek, ale i časem klidu a odpočinku. Věříme, že i vám přináší tento čas příležitost zastavit se, načerpat síly a věnovat se tomu, co máte rádi.

Do nového roku bychom vám chtěli popřát pevné zdraví, hodně radosti a mnoho krásných okamžiků, ať už s vašimi blízkými, nebo při společných aktivitách, které nás tady v domově čekají.

S úctou a přáním krásných zimních dnů
ředitelka

Obsah:

Dýňová polévka	1
Procházka	3
Výlov rybníka	4
Musica Angelica	6
Dušičky + vzpomínkové setkání	7
Příroda šesti smysly	12
Svatomartinské posezení	13
Okénko pro volnou chvíli	15
Sníh	16
Příprava na Vánoce	17
Jubilanti	19
Adventní věnec a jejich žehnání	21
Okénko pro volnou chvíli	26
Svatý Mikuláš	27
Vaření vaječného koňaku	29
Přehled o klientech	31
Pranostiky	33
Předvánoční čas	34
Renovace jídelny	36
Zimní rovnodennost	37
Zima a vánoční tradice	40
Ježíškova vnučata	46
Řezbářská škola	49
Rozhovor s p. Gregovským	51
Příprava na Vánoce	54
Koncert ZUŠ	61
Posezení s Heligonkou	62
Úsměvy do schránky	63
Silvestr + zima	64
Slovo Kaplana	69

Dýňová polévka

Dýňová polévka

Podzim se pomalu, ale jistě hlásí o slovo a s ním přichází i období dýní. Skupinové vaření a pečení v našem Domově bez nadsázky můžeme nazvat terapeutickým vařením. U terapeutického vaření dochází v podstatě nevědomky k trénování kognitivních funkcí, také k trénování hrubé a jemné motoriky (krájení, míchání, strouhání).

Aktivity spojené s přípravou jídel nejenže stimulují smysly, ale také podporují vzpomínky, vzájemnou spolupráci a komunikaci ve skupině. Klienti si na oddělení VITAL připravují oblíbený jablečný závin, povídkové šátečky, strouhaná jablíčka, slané pečivo. Kuchyně se stává srdcem domova, kde se mísí vůně čerstvého pečiva.

Vaření a pečení jistě patřilo k typickým činnostem generace našich klientů.

Společně si popovídají a zavzpomínají u odpolední kávy.

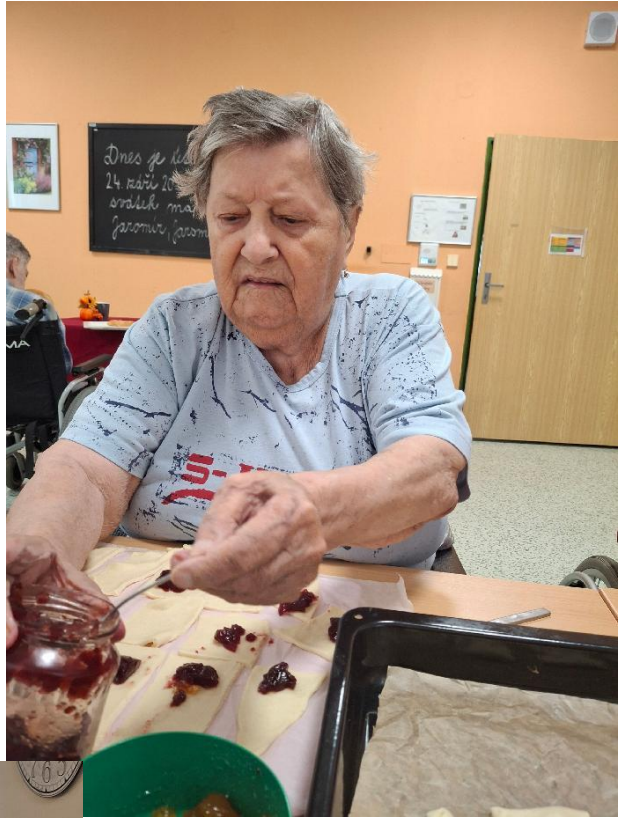
Činnosti mají vliv na aktuální náladu (vědomí vlastní užitečnosti).

„ Na světě nejsou nejkáznější věci, ale okamžiky. “ Karel Čapek



Andrea Klimešová
aktivizační pracovnice





Procházka po zahradě domova

Ne vždy počasí přeje procházkám, ale je potřeba jednou za čas vyjít ze svého pohodlí a nadýchat se čerstvého, i když trochu studeného vzduchu.

Tohle se snažíme i my dopřát našim klientům. Nejen, že se tím změní jejich poloha, ale také to má vliv na řadu jiných faktorů. Jako je například nálada, chuť k jídlu, ale především ucítí čerstvý vánek či rovnou vítr na tváři. Tento pocit nezažijí, pokud leží v posteli, to je něco co jim může dát jen procházka po zahradě.

Bc. Barbora Krutilová, DiS
Vital



Výlov rybníka v Tovačově vyšel na 12. 10. – 13. 10. 2024

Největší výlov na Hané zaplnil o víkendu okolí Hradeckého rybníka v Tovačově. Rybáři očekávají v sítích 600 metrů ryb. Návštěvníci budou mít příležitost sledovat při práci zkušené rybáře, jak v podzimním ránu vytahují sítě plné kaprů, amurů a candátů.

Vydali jsme se ve čtvrtek 10. října za pěkného slunečného počasí s klienty panem Horákem, panem Kadlčíkem a paní Hrabicovou nasát podzimní atmosféru k rybníku a pozorovat ryby pěkně u břehu.

Pan Horák nám vyprávěl vše o rybářství, výlovu a chovu ryb. Dozvěděli jsme se spoustu zajímavých informací.

Cestou k rybníku jsme se zastavili u zahrady paní Hrabicové, kde dříve obdělávala políčko s brambory. Paní Hrabicová byla ráda, že se znovu podívala, tam kde to dobře zná. Oživila si vzpomínky, které zůstaly v paměti nesmazatelně vryty.

Tovačov je obklopen rybníky a lužními lesy, které se na podzim barví do krásných barev. Hradecký a Křenovský rybník, jsou útočištěm, řady vodních ptáků, kteří zde buď hnízdí, nebo je využívají jako občerstvovací zastávku na tahu. Na vodní hladině můžeme spatřit rodinky kachen divokých, lysek, labutí a v posledních letech hus velkých. Hnízdí tu potápky malé a roháči.

Výlet se nám vydařil, počasí nám přálo a všichni jsme si to moc užili.

Andrea Klimešová
aktivizační pracovnice





Byl 14. říjen, podzimní dny nám ukazovaly svou krásu a my jsme se těšili na hudební vystoupení dua Musica Angelica. Přijely za námi ze Zlína dvě krásné sympatické dámy s úsměvem na tváři.

Domovem se rozezněla andělská hudba. Nádherný zvuk harfy v rukou Lucie Fajkusové a krásný zpěv Magdalény Malaníkové vnesl do našich duší klid. Magdaléna chodila mezi návštěvníky koncertu a dala naším uším poslechnout pro nás neobvyklé nástroje. Magdaléna se věnuje i terapeutické práci se zvukem. Práci se zvukem umělkyně využily i při koncertu, kdy jsme mohli například slyšet zvuk deště nebo bouře.

Po koncertě se umělkyně ze Zlína nechaly provést naší krásnou zahradou. Zazvonily na zvon, prohlédly si v zahradě Andělku. A protože byl koncert dojemně krásný, opravdu se dá říct, že andělský, daly nám umělkyně na rozloučenou malého dřevěného Anděla. Koncert to byl vydařený a my se můžeme těšit na další možné setkání se dvěma úžasnými ženami se zlatem v hrdle a srdcem na dlani.



Gabriela Tužinčinová
aktivizační pracovnice



Vzpomínkové odpoledne

Dušičky jsou pro mnohé lidi důležitým dnem pro vyjádření úcty a vzpomínek na zemřelé. Ačkoliv je tato slavnost spojená s křesťanskou tradicí, hroby v tento den navštěvují i lidé, kteří nejsou věřící.

Dne 1.11.2024 proběhlo na oddělení Vital 1 uctění památky zesnulých a současně vzpomínka na zemřelou paní M. Hasovou, která bydlela na našem oddělení.

Po domluvě s panem kaplanem Neherou, jsme vyšli průvodem z oddělení až k pietnímu místu, kde jsme rozsvítili svíčky a společně jsme při bohoslužbě zavzpomínali na všechny ty, které jsme měli rádi ač už nejsou mezi námi. Jak na příbuzné, známé, tak i na klienty o které jsme pečovali na našem oddělení.

Každý z nás má v nebi někoho, komu by chtěl poděkovat za to, že byl a říct mu: „Moc mi chybíš Děkuji ti“

PSP Martina Indráková
Vital A



Je to známý svátek, kdy lidé vzpomínají na své zesnulé předky. Uklízí a zdobí hroby, zapalují svíčky.

Od nepaměti lidé přemýšlí o tom, co je s lidmi po smrti. Většina Náboženství věří, že smrtí život nekončí. I tady najdeme symboliku - zapálené svíčky představují věčný život, stejně tak živé květy.

Věnce symbolizují nekonečný koloběh života a smrti. Říkávalo se, že když o Dušičkách prší, duše oplakávají své hříchy.

Koncem října a začátkem listopadu se také zapalují vydlabané dýně, dříve cukrové řepy. Říkalo se jim „Řepáci“, nebo „Bubáci“.

Je to období, kdy lidé kolem jakoby zpomalili a uvědomili si smrtelnost. Nejen svých zesnulých blízkých, ale i tu svoji.

I příroda se tou to dobou chýlí ke spánku. Jeden rok pomalu končí, aby další brzy zase začal.

Hanka Jandová
Elán 2



Dušičky jsou svátkem, který slavíme 2. listopadu. Jedná se o den, kdy vzpomínáme na zemřelé a modlíme se za jejich duše. V rámci procházky jsme se s klienty z oddělení Elán 2 a Vital A vydali na místní hřbitov v Tovačově. Nejdříve jsme navštívili kostel svatého Jiří, který je součástí hřbitova, kde jsme se dozvěděli zajímavosti o jeho vzniku a znovupostavení. Poté jsme společně zapálili svíčky na pietním místě a zavzpomínali na blízké, kteří už s námi nejsou.



Marie Homolová
aktivizační pracovnice



Vzpomínkové setkání s pozůstalými našich klientů

I letos 7. listopadu v dušičkovém oktávu jsme se již potřetí setkali na společném vzpomínání na klienty, kteří zemřeli během roku v tovačovském domově. Pozvání na vzpomínkovou slavnost přijalo i několik rodin zemřelých klientů, kteří přijeli nejen zavzpomínat, ale se také setkat se zaměstnanci, kteří o jejich blízké pomáhali pečovat. Začali jsme společně v domovské kapli, kde proběhl obřad s modlitbami za zemřelé klienty. Během obřadu také zazněla jména těch, kteří nás předešli na cestě k Bohu.

Pak jsme společně, už v šeru, vyšli průvodem k jezírku, kde jsme zakončili obřad vypuštěním hořících svící se jménem zemřelého klienta na vodu. Během pouštění svící nás doprovázel i zvuk zvonu zasvěcený sv. archandělu Michaelovi, který se nachází u pietního místa.

Po skončení obřadu jsme se všichni sešli k povídání i vzpomínání na zemřelé klienty. O zájem o setkání vypovídá i to, že téměř všechny pozvané rodiny zůstali až do konce setkání. A že bylo na co vzpomínat. Proto veliké díky všem, kteří se podíleli na přípravě vzpomínkového setkání, ale i těm, kteří o tyto klienty pečovali a vzpomínají na ně.

Jména všech klientů, kteří nás opustili, se uchovávají v kronice. Tuhle knihu jsme mohli vídávat před kantýnou. Teď má nové místo a je umístěná v kapli, kde je všem k dispozici k nahlédnutí a zavzpomínání.

„Na koho se vzpomíná, stále v nás žije.“

Roman Nehera
váš kaplan





V měsíci listopadu nás navštívil český svaz s programem příroda šesti smysly. Měli pro klienty připraveny různé disciplíny, při kterých klienti museli zapojit své smysly. Například ochutnávku ovocných marmelád, kde podle chuti měli poznat o jaký druh ovocné marmelády jde, nebo poznávání minerálních kamenů, které si mohli osahat. Klienti tak postupně vystřídalí všech pět smyslů v různých aktivitách. Přednášející se také v našich klientech snažili povzbudit smysl šestý, a to je subjektivní vnímání, které je nejen pro poznávání přírody důležité. Všichni klienti se snažili zapojit a byli ve všech disciplínách úspěšní.

Marie Homolová
aktivizační pracovnice



Svatomartinské posezení

Na svátek svatého Martina se i u nás v domově slavilo.

Pan kaplan nás přivítal úvodním slovem, kde nám připomněl proč se slaví svátek Martina.

K poslechu, zpěvu, ale i k tanci nám na harmoniku zahrála paní Martina Zavadilová.

Podávalo se víno a k občerstvení nám v kuchyni napekli linecké cukroví ve tvaru koníka. Když už nám ten Martin nepřijel na bílém koni, tak jsme si na něm aspoň pochutnali.

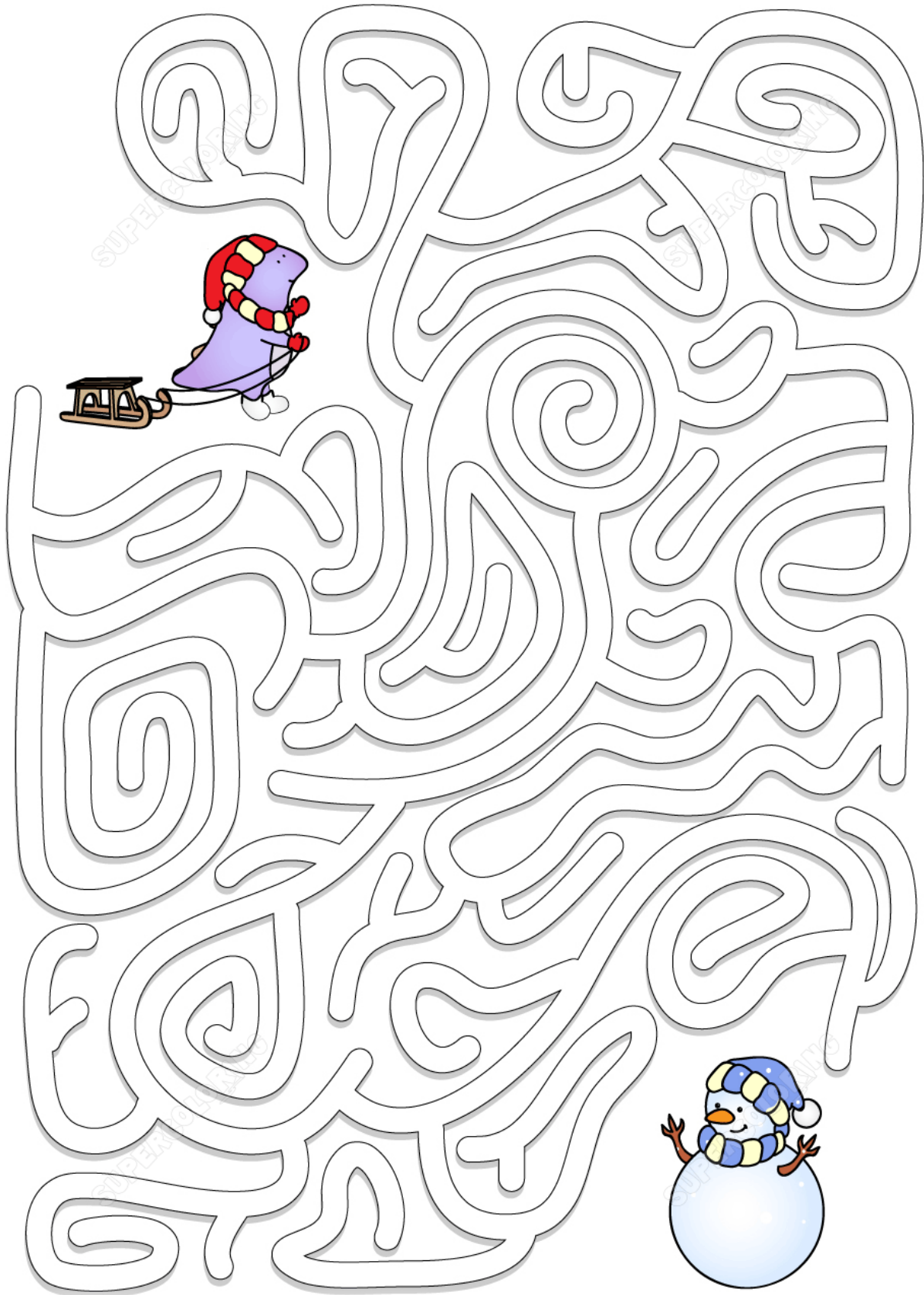
Odpoledne jsme si všichni pěkně užili.

Zdeňka Pospíšilová
aktivizační pracovnice





Okénko pro volnou chvíli
- najdi cestu ke sněhulákovi



Když napadne první sníh, je to magický okamžik, který vykouzlí všem úsměv na tváři. Toto samozřejmě platí i pro naše klienty. Když klienti vidí padat sníh, tak se v nich probouzejí různé emoce, například vzpomínky na dětství a sněhové radovánky.

Klientům jsme připomněli, jaké vlastnosti má sníh. Všichni klienti si zkusili, že je sníh studený, mokrý, že v teple taje a dokonce někteří postavili i malé sněhuláčky.

Všichni byli rádi, že si mohou na sníh opět sáhnout, protože tak často u nás zase nebývá, vzhledem k tomu, že zimy jsou mírné a na sníh často skoupé.

PSP Gabriela Kusáková
Vital1



Vánoce na oddělení Vital

Vánoce se blíží a my se snažíme i u našich klientů navodit atmosféru blížících svátků.

Pomocí výzdoby orientujeme klienty v čase a zároveň se snažíme o to, aby se jim u nás líbilo. Nejen jim, ale i rodinným příslušníkům, kteří za nimi chodí na návštěvu. Některé činnosti klienti zvládnou téměř sami jen s naší podporou.

Jednou z takových činností bylo zdobení vánočního stroměčku. Podpora motoriky rukou, podpora pocitu užitečnosti, uvědomění si momentální atmosféry i pocitu sounáležitosti.

Při zdobení jsme poslouchali koledy a klienti vzpomínali, jak zdobili stroměček jako děti.

Takové chvílky si vždy všichni náležitě užijeme.



Jana Chalánková
Vital



Letošní Vánoce nám bohužel příroda nenadělila sněh. Za okny je vše smutné, stromy bez listů, a že je venku opravdu zima napovídají jen kouřící komíny rodinných domků. Proto jsme si s klienty vyzdobili okna na pokojích i na chodbách zimními motivy. Byla to zábava vystřihovat si ozdoby a lepit je na sklo. Při tvorbě sněhuláků jsme společně vzpomínali na koulovačky a sáňkování a jaké to bylo, když jsme byli dětmi a stavěli sněhuláky.



Markéta Kramešová
Vital B



Jubilanti

Elán 2

Jaroslava R.	75 let
Milada K.	93 let
Anna M.	97 let
Miroslava B.	97 let

Vital

Ludmila R.	86 let
Jarmila K.	87 let
Věra C.	89 let

Vital 1

Naděžda Z.	91 let
------------	--------

Vital A

Emílie G.	88 let
Marie L.	85 let

Vital B

Františka Š.	88 let
--------------	--------

Revital

Viera K.	75 let
Marta B.	80 let
Katarína P.	85 let
Václav K.	91 let





Tradiční výroba adventního věnce – Vital A



Advent (z latinského překladu - adventus = příchod) je začátek liturgického roku, období čtyř neděl před 25. prosincem. Je to doba radostného očekávání příchodu Spasitele, duchovní přípravy na Vánoce, doba rozjímání a dobročinnosti. Dříve byla doba adventní zároveň dobou postu, kdy byly zakázány zábavy, svatby a hodování.

Označení adventních neděl jako železná, bronzová, stříbrná a zlatá má původ v obchodním ruchu před Vánoci a s církevním rokem nebo tradicí nemá žádnou souvislost.

Adventní věnce

Pro mnohé lidi představuje adventní věnec jen dekorativní předmět, kterým si v adventu zdobí svou domácnost. Nemá pro ně žádný další význam. Hlubší význam adventního věnce může vyzdvihnout požehnání adventního věnce.

Požehnání adventního věnce

Je-li adventní věnec požehnan, už to není jen krásná předvánoční výzdoba – ale symbol kdy věnec značí jednotu ve vzájemných vztazích. Zelené snítky adventního věnce nám mohou připomínat nepomíjející život, který nám Bůh daroval vtělením svého Syna. Všechno vyprahlé se znovu zazelená a ožije. Světlo adventního věnce září v temnotách, které se někdy rozpínají i v naší duši, a teplo svící zahřívá naše vychladlá srdce.

Svěcení adventních věnců, které vytvořili sami klienti spolu s aktivizačními a PSP se uskutečnilo v místí kavárně 2.12.2024. Paní ředitelka hrála na keyboard a zpívala, klienti se přidali a kaplan vedl moc hezkou mši.

Modlitba

Požehnej všechny lidi, kteří se necítí milováni.
Pošli jim své požehnání v podobě lásky.
Sešli své požehnání v podobě naděje
všem zoufajícím a zoufalým,
sešli své požehnání jako nový život ustrnulým,
jako světlo těm, v jejichž srdcích se zatemnělo.

Čtvrtlíková Hana
Elán 2



Minulý rok jsme začínali adventní dobu slavením první adventní neděle, která pěkně vycházela na 1. prosince. Celý adventní čas je přípravou na slavnost Narození Páně, kterou slavíme 25. prosince. Jsou to čtyři neděle před slavností, které máme využít ke zklidnění, zastavení a ztišení se. K tomu nám pomáhá i nedílná součást adventní doby – adventní věnec.

My jsme si začátek adventu připomněli 2. prosince a zároveň jsme společně s klienty a zaměstnanci požehnali adventní věnce, během kterého nás doprovodila hrou i zpěvem paní ředitelka. Celkem se sešlo 11 věnců k požehnání a byly to jak zhotovené klienty tak i přinesené zaměstnanci z domu.

Každý adventní věnec má 4 svíce, které se zapalují každou adventní nedělí. Čím více hoří svíce, tím je blíže den kdy slavíme narození Ježíše Krista.

Na věnci jsou 3 svíce barvy fialové a 1 svíce barvy růžové. V liturgii je fialová barva barvou smutku a pokání a růžová barvou radosti. Právě růžová barva se zapaluje na 3. neděli adventní. V tuto neděli se čtou liturgické texty, kde nás sv. Pavel vybízí slovy: „**Radujte se stále v Pánu, opakují: Radujte se! Pán je blízko.**“

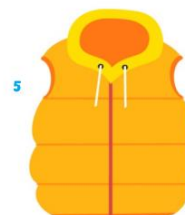
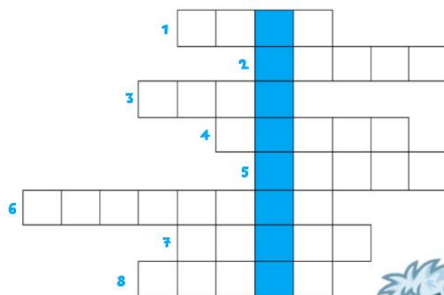
Společně jsme se na obřadu žehnání pomodlili a připravovali jsme se na adventní čas před Vánocemi. Důležité je na konci adventu uvidět narozeného Ježíše Krista ne pouze v jesličkách v Betlémě, ale vidět Krista narozeného ve svém srdci.

***Radujme se všichni v Pánu, protože se nám narodil Spasitel.
Dnes z nebe sestoupil pravý pokoj.***

Roman Nehera
váš kaplan



Okénko pro volnou chvíli



Najdi 5 rozdílů



Svatý Mikuláš

Předvečer svátku svatého Mikuláše každoročně ožívá tradice, která přetrvává staletí. K pátému prosincovému podvečeru naše domácnosti dodnes navštěvuje Mikuláš v biskupském oděvu, doprovázený andělem a čertem, kde hodným dětem za básničku nadělí balíčky s dobrotami a zlobivé obdaří uhlím.

I k nám do domova se 5.12. po zlaté niti z nebe spustil svatý Mikuláš i se svou družinou. Čertíci občas trochu zlobili, za to anděl se svým klidným hlasem ze sebe vyzařoval mír a klid. Spravedlivý Mikuláš se nechal lehce obměkčit písničkou, nebo říkankou, a tak zase v pekle mají od nás tento rok klid a jsou bez práce.

Každý dostal odměnu v podobě čokoládové figurky, protože hodní jsme byli všichni.

Zdeňka Pospíšilová
aktivizační pracovnice





Tradiční vaření vaječného koňaku

Vaječný koňak, vánoční dobrota s chutí tradice.

Vaření vaječného koňaku se letos uskutečnilo na oddělení Vital a na oddělení Elán.

K předvánoční atmosféře neodmyslitelně patří jeho vůně, a tak jsme si vyrobili vlastní domácí likér, který se u nás v Domově vaří s paní ředitelkou už 20 let. Je to tradice.

Společná práce je pro klienty téměř společenská událost, kdy se každý rád přidá.

Na závěr se vaření propojí s ochutnávkou likéru, který si naši klienti pochvalovali. Na oddělení Vital se uvařilo 16 litrů likéru a na Elánu 10 litrů.



Andrea Klimešová
aktivizační pracovnice





Přehled o příchozech a odchodech klientů k nám do domova za období od října do prosince 2024

Příchod klienta:

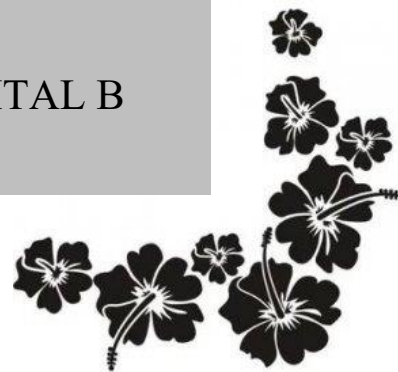
- 3.10. paní Pospíšilová M. na oddělení VITAL
- 4.10. paní Hrabicová V. na oddělení VITAL
- 7.10. pan Čerešník J., Ing. na oddělení VITAL
- 7.10. pan Rolenc J. na oddělení REVITAL
- 1.11. paní Kalábová B. na oddělení VITAL 1
- 26.11. paní Vybíralová M. na oddělení ELÁN 2
- 27.11. pan Porč J. na oddělení VITAL A
- 28.11. pan Borek J. na oddělení REVITAL
- 28.11. paní Borková Š. na oddělení REVITAL
- 5.11. paní Klasová I. na oddělení ELÁN 2
- 9.12. pan Peterka J. na oddělení VITAL 1
- 11.12. paní Semerádová D. na oddělení VITAL A
- 12.12. paní Langerová M. na oddělení VITAL A
- 19.12. pan Hoschka J. na oddělení VITAL A





Opustili nás

- 30.9. paní Červenáková E z oddělení VITAL
17.10. paní Hasová M. z oddělení VITAL 1
22.10. pan Čmiel J. z oddělení VITAL A
27.10. paní Pekárková Z. z oddělení VITAL 1
29.10. paní Šufnerová M. z oddělení ELÁN
29.10. paní Berková. z oddělení REVITAL
3.11. paní Hradečná L. z oddělení VITAL
9.11. pan Dančík J., Ing. z oddělení VITAL 1
28.11. pan Porč. J. z oddělení VITAL A
29.11. paní Žáková V. z oddělení VITAL A
29.11. paní Mařasová Z., MUDr. z oddělení VITAL A
7.12. paní Jašková M. z oddělení ELÁN 2
12.12. paní Plevová K. z oddělení VITAL 1
18.12. paní Gajdová A. z oddělení VITAL
18.12. paní Brychtová J., Ing. z oddělení VITAL B



Pranostiky na leden

V lednu sníh a bláto, v únoru tuhé mrazy za to.

Mnoho sněhů v lednu, mnoho hřibů v srpnu.

Když krtek ryje v lednu, končí zima v květnu.

Na Tři krále – zima dále.
Na tři krále o krok dále.
Na Tři krále mrzne stále.

Pranostiky na březen

Březen - za kamna vlezem.

Březnové mlhy -
za 100 dní déšť.

Březnové slunce má krátké
ruce.

Pranostiky na únor

Na Hromnice o hodinu více.

Na svatého Blažeje slunce
ještě nehřeje.

Svatá Agáta bývá na sních
bohatá.

Každý z nás tráví předvánoční čas jiným způsobem. Na oddělení Vital A se všichni snažily tuto dobu klientům co nejvíc zpříjemnit ať už výzdobou nebo společně stráveným časem. Posezení a krájení jablíčka na křížaly, nebo pečením perníčků, vanilkových rohlíčků, či vánočky. Na fotkách poznáme, zda se nám to podařilo.



Lenka Pazderová
Vital A





Před Vánocemi jsme na oddělení dostali velmi pěkný dárek pro všechny naše klienty. Proběhla renovace jídelny, na kterou jsme se připravovali společně s klienty. Ti, kteří tam tráví denně svůj volný čas, nám pomáhali při vyklízení starého nábytku. Zapojili se balením hrníčků a talířků. Ukládali je do krabic. U práce panovala dobrá nálada. Pak už nám naši šikovní páni údržbáři jídelnu vymalovali pěkně na bílo. Poté byla položena firmou nová podlaha a nakonec nám stolař namontoval novou kuchyňskou linku. Jídelna září i voní čistotou a pěkně v ní vyniká i vánoční výzdoba.

Děkujeme všem, kteří se na tomto podíleli.



Markéta Kramešová
Vital B



Co je zimní rovnodennost?

Zimní rovnodennost nastává kolem 21. prosince na severní polokouli a značí moment, kdy je den nejkratší a noc nejdelší v roce. Tento jev je výsledkem sklonu Země vůči Slunci. Po zimní rovnodennosti se dny začínají postupně prodlužovat, což symbolizuje návrat světla a příslib nového začátku.

Astronomické pozadí

- Slunce během zimní rovnodennosti dosahuje svého nejnižšího bodu na obloze. Země je nakloněna od Slunce, což způsobuje krátké dny a dlouhé noci.

Význam zimní rovnodennosti v přírodě

Zimní rovnodennost ovlivňuje přírodní cykly nacele planetě:

- Zvířata: Některé druhy přizpůsobují svůj biorytmus změně délky dne a noci.

Rostliny: Většina vegetace je v klidovém období, čerpá energii pro budoucí růst

- Ekosystémy: Tento den znamená přechod mezi nejtemnější částí roku a návratem k rovnováze světla a tmy.

Historické a kulturní oslavy zimní rovnodennosti

Zimní rovnodennost byla významným dnem v mnoha starověkých kulturách, které ji považovaly za bod obratu a nového začátku

Tradice v průběhu dějin:

- Keltský svátek Yule: Symbolizoval návrat slunce. Během oslav lidé zapalovali svíce ohně, aby přivítali světlo.
- Slované: Uctívali tento den zapalováním ohňů a pořádáním hostin na oslavu znovuzrození slunce.
- Stonehenge a další stavby: mnoho megalitických staveb bylo navrženo tak, aby zachytilo východ nebo západ slunce během rovnodennosti či slunovratu.



Ezoterický význam zimní rovnodennosti

V oblasti ezoteriky má zimní rovnodennost hluboký duchovní význam. Tento den je považován za období reflexe, uzavření starých kapitol a přivítání nového světla do života.

Symbolika tmy a světla:

Noc představuje introspekci, meditaci a pochopení hlubokých pravd

- Návrat světla symbolizuje obnovu, naději a začátek nové etapy.

Očista a nové začátky:

• Tento den je ideální pro očistné rituály, zbavení se starých energií a vytvoření prostoru pro nové příležitosti.

- Doporučuje se meditovat, psát si deník vděčnosti nebo praktikovat rituály zaměřené na manifestaci záměrů.

Energetická práce:

- Zimní rovnodennost přináší silné energetické vibrace, které podporují harmonii a rovnováhu.
- Krystaly jako ametyst, křišťál nebo obsidián mohou být použity k posílení těchto energií.

Jak oslavit zimní rovnodennost?

Pokud chcete zimní rovnodennost oslavit, můžete vyzkoušet některé z následujících tipů:

Meditace: Zaměřte se na propojení se svým nitrem a přivítání nového světla.

- Zapálení svíčky: Symbolizuje návrat slunce a pozitivní energie.
- Rituály: Vytvořte si seznam věcí, které chcete v životě ukončit, a spalte je jako symbol očisty.
- Spojení s přírodou: Projděte se v lese, pozorujte noční oblohu a naslouchejte tichu zimní přírody.
- Plánování nového roku: Nastavte si nové cíle, které chcete v nadcházejících měsících dosáhnout.
- Spojení s rodinou a přáteli: Sdilejte příběhy a tradice, které vás přibližují k vašim kořenům.

Marcela Řiháčková
Vital A

Zima je obdobím chladu, ledu, zamrzajících vod a v tomto období bychom neměli zbytečně plýtvat svojí energií, ale udělat si tu pravou zimní pohodu. Zapálená hořící svíce, hrnek dobrého voňavého čaje, deka, teplé ponožky a třeba kniha. Ach jo, tak málo odpočíváme. Měli bychom pečovat o své duševní zdraví, hýčkat a chránit si ho jako tajemství nebo hluboko ukrytý poklad.

Chránit se před zimou i prochladnutím. Příliš velké vyčerpání energie v tomto zimním období by nám mohlo chybět na jaře. Mohli bychom se cítit slabí a vyčerpaní.

V zimních měsících je velice důležitý spánek, klid, odpočívání a být v pohodě. Prostě všeho s mírou. Jen se podívejme na přírodu, jak v klidu odpočívá. Moudrá, tak moudrá příroda je. Je jen na nás, jak si zimu užijeme a udržíme si svoji kondici.

Já Vám přeji v tomto roce pevné zdraví, radost a spoustu dobrých přátel.

Miluše Poláčková
Vital



České vánoční tradice

České vánoční tradice a zvyky jsou plné kouzla, symboliky a krásných obyčejů, které se v rodinách předávají po generace. Zde jsou některé z nejznámějších českých vánočních tradic:

1. Štědrý den – 24. prosince

- **Půst a zlaté prasátko:** Na Štědrý den se často drží půst až do večere. Podle tradice prý ten, kdo vydrží nejíst celý den, večer uvidí „zlaté prasátko“, což má přinést štěstí.
- **Stromeček:** Vánoční stromeček, často zdobený ručně vyrobenými ozdobami nebo tradičními skleněnými koulemi, se v českých domácnostech obvykle zdobí na Štědrý den. Pod stromeček se pokládají dárky, které se večer rozbalují.
- **Štědrovečerní večere:** Večere se často skládá z rybí polévky a smaženého kapra s bramborovým salátem. Rybí kosti se někdy schovávají pod talíř pro štěstí a ochranu v příštím roce.
- **Lodičky ze skořápek:** Často se zapalují svíčky v půlkách skořápek od vlašských ořechů, které se pak pouštějí po vodě v umyvadle nebo v míse. Směr, kterým lodička pluje, má naznačovat budoucnost – pokud lodička zůstane poblíž břehu, člověk zůstane doma, pokud odpluje, může ho čekat cesta.



2. Předpovídání budoucnosti

- **Lití olova:** Roztavené olovo se lije do vody, kde se zformuje do různých tvarů, které pak lidé interpretují a předpovídají podle nich, co je čeká.
- **Krájení jablka:** Po večeři se rozkrajuje jablko napříč. Pokud má jádřinec tvar hvězdičky, znamená to zdraví a štěstí; křížek však symbolizuje varování.

3. Koledování a zpěv koled

- České vánoční koledy jako "Nesem vám noviny," "Tichá noc," nebo "Půjdem spolu do Betléma" jsou oblíbenou součástí Vánoc. Rodiny si zpívají doma u stromečku nebo při tradičních vánočních mších.

4. Půlnoční mše

- V některých rodinách je zvykem vyrazit na půlnoční mši, což je krásný okamžik ke zklidnění a rozjímání v kostele, kde se zpívají vánoční koledy.

5. Tradiční betlémy

- Po celé republice se staví betlémy z různých materiálů, od dřeva až po keramiku. Betlémy zobrazují narození Ježíška a často jsou doplněny pastýři, zvířaty a dalšími postavami. V některých městech se pořádají výstavy betlémů, kam se lidé přicházejí podívat.

6. Štěstí a hojnost do dalšího roku

- **Házení střevíce:** Svobodné dívky házejí botu za záda směrem ke dveřím – pokud střevíc dopadne špičkou ke dveřím, dívka se prý do roka vdá.

6. Štěstí a hojnost do dalšího roku

- **Házení střevíce:** Svobodné dívky házejí botu za záda směrem ke dveřím – pokud střevíc dopadne špičkou ke dveřím, dívka se prý do roka vdá.
- **Čočka a ořechy:** Čočka nebo ořechy na vánočním stole symbolizují hojnost a přejí dostatek do dalšího roku.

Vánoční svátky v Česku jsou tedy plné krásných rituálů, které vytvářejí útulnou a láskyplnou atmosféru. Každý zvyk má své kouzlo a společně přináší pocit domova a radosti do vánočního času.

Lenka Šenková
ředitelka



Podstata Vánoc je pro každého jiná, ale často se točí kolem několika univerzálních hodnot, které oslavují lidskou blízkost, laskavost a radost. Když se zamyslím nad tím, co Vánoce skutečně znamenají, tady je pár myšlenek:

1. Láska a blízkost

Vánoce jsou především o tom být spolu s těmi, které máme rádi. Je to čas, kdy se rodiny scházejí, přátelé si najdou chvíli, aby se potkali, a vzpomínáme i na ty, kteří tu už s námi nejsou. Je to období, kdy se vztahy prohlubují a láska se dává najevo malými i velkými gesty.

2. Radost a štědrost

Dávání dárků je krásným symbolem toho, jak rádi přinášíme radost druhým. Ať už jde o něco malého, co jsme sami vytvořili, nebo něco speciálního, na co jsme dlouho mysleli — důležité je, že dar odráží naši péči o druhé. Štědrost ale nejde jen o materiální dary; patří sem také naše čas, laskavost a ochota pomoci.

3. Naděje a nové začátky

Vánoce přicházejí v době zimního slunovratu, kdy je noc nejdelší a den nejkratší. Jsou připomínkou toho, že i v nejtemnějších časech může zazářit světlo. Přináší naději, že každý konec roku je také příležitostí k novému začátku, novým předsevzetím a lepším dnům.

4. Pokora a vděčnost

Vánoční čas nám připomíná, že bychom měli být vděční za to, co máme — zdraví, rodinu, přátele, střechu nad hlavou. I malé věci mohou být velkým darem, pokud si je umíme správně vážit. Je to čas, kdy se můžeme zastavit a ocenit vše, co nám život přináší.

5. Klid a rozjímání

Uprostřed hektického světa jsou Vánoce příležitostí na chvíli zpomalit. Ať už trávíme čas procházkou zasněženým městem, poslechem vánočních koled nebo jen tiše sedíme u svíčky, tento čas nás vybízí k rozjímání a odpočinku.

6. Duchovní rozměr

Pro mnoho lidí mají Vánoce duchovní rozměr spojený s narozením Ježíše Krista, který symbolizuje lásku, oběť a naději na lepší svět. Bez ohledu na náboženství, Vánoce často připomínají význam víry, naděje a dobroty.

Vánoce jsou tedy kouzelnou směsí tradic, emocí a hodnot, které nám připomínají to nejlepší z lidskosti. Nezáleží tolik na tom, jak přesně je slavíme, ale spíš na tom, s jakým úmyslem a s kým je prožíváme.



Lenka Šenková
ředitelka



Požehnané vánoce!

Letos se náš domov opět zapojil do akce Ježíškova vnoučata. Podstatou této akce je, že lidé žijící v našem domově, kteří nemají žádnou rodinu, tudíž nedostanou žádné dárky, jsou obdarováni cizími lidmi, kteří si je vyberou. Letos jsme do této akce přihlásili naši klientku paní Evu Motanovou.

Evička nastoupila do našeho domova v roce 2021. Nikdy se neprovdala a neměla žádné děti. Její kontakt se sourozenci je minimální. Musím říct, že začátky byly pro paní Evu dosti těžké. Byla velice negativní, panovačná a velmi odmítavá. Postupem času a díky vstřícnosti personálu se změnila v milou a usměvavou dámu, která dokáže poděkovat za péči a poprosit o laskavost.

A čím paní Evu nejvíc potěšíme? No jak už to u našich klientů často bývá, je to něco dobrého na zub. Bylo hezké vidět oči paní Evy, které se rozzářily nad krabicí plnou sladkostí.

Marcela Šugová
Revital



Ježíškova vnučata

Jako každý rok, i letos se náš Domov zapojil do projektu Ježíškova vnučata. Za oddělení Vital jsme navrhly klienta pana Jiřího, kterého rodina navštěvuje velmi sporadicky. Byly jsme proto velmi potěšeny, když přišel panu Jiřímu balíček a on v něm našel spoustu sladkostí a krásný dopis od slečny, která ho obdarovala. Pan Jiří byl velmi potěšen a dojat. Tento projekt přináší radost osamoceným lidem a zvláště v době adventní zahřeje u srdce dvojnásob.

Jana Chalánková
Vital



I naši klienti se zúčastnili projektu Ježíškova vnoučata.

Pan Josef si přál teplou čepici a rukavice. Dárek mu osobně přivezla paní Daria, která také přivezla zákusek a společně strávili odpoledne na jídelně u kávy, kterou jsme jim nabídli uvařit.

Paní Marie si přála sladkosti, ty ji také osobně přivezla paní Lenka, která s sebou vzala i přítele. Paní Marie byla z dárku nadšená. Paní Lenka ji donesla mimo jiných sladkostí i domácí cukroví, které bylo dle paní Marie velmi dobré.

Paní Marie (2) si přála kosmetiku, tu ji balíčkem poslala paní Sára, která se nemohla dostavit osobně, ale napsala velmi pěkný dopis, který si hned paní Marie přečetla a byla dojatá. Předání dárku jsme nafotili a poslali paní Sáře, aby měla také radost.

Světlušě Vojtková
Vital A



Návštěva vánoční výstavy řezbářské školy

I přes prosincové počasí jsme se vypravili společně na místní Střední řezbářskou školu. Probíhala zde výstava prací žáků, i s možností zakoupení jejich výrobků.

Výstava se konala celkem ve třech prostorách pracovních dílen. Byly zde k vidění, ozdobná zrcadla, skříňky, nástěnné reliéfy, často kolorované.

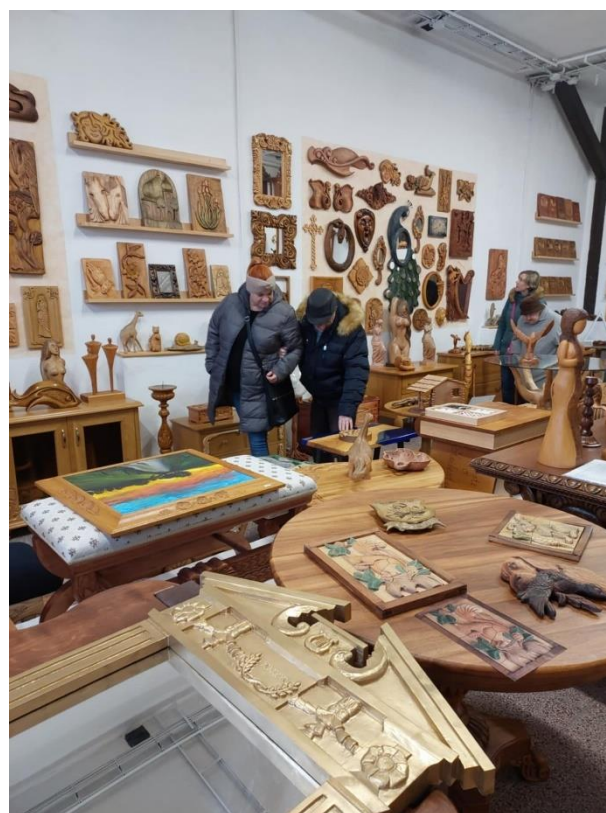
V druhé dílně byly k zakoupení krásné lavice a zahradní truhlíky. Zde probíhala ukázka výroby dřevěné misky.

Ve třetím ateliéru prodávali hlavně vánoční dekorace, Betlémký, ozdoby, stromečky. Také jsme si nákupem udělali radost, nebo radost našim blízkým.

Na další návštěvu bychom se mohli opět společně vypravit za lepšího počasí třeba v červnu.

Mirka Andrlová
aktivizační pracovnice





Pan Gregovský a vzpomínky na odhalení památníku padlým pilotům v roce 1946 v Troubkách

Pan Gregovský vzpomíná, jak se zúčastnil odhalení památníku padlým pilotům a o své vzpomínky se podělil s redaktorem internetových novin IPřerovsko. S laskavým svolením autorů článek uvádíme i v našem Občasníku.

Paměti a fotografie – pan Adolf Gregovský vzpomíná na odhalení památníku padlých pilotů největší letecké bitvy nad Přerovskem

V pátek 13. prosince 2024 se naší redakci telefonicky ozval pan Adolf Gregovský, který si přečetl náš článek o největší letecké bitvě na Přerovsku.

Sdělil nám, že k tomuto tématu má nejen osobní vzpomínky, ale i fotografickou dokumentaci a spoustu zajímavých příběhů. I přes nabitý program jsme vše přeplánovali a hned v neděli dopoledne za ním odjeli do Domova pro seniory v Tovačově, kde nyní bydlí i se svou manželkou.

Vojenský život a kariéra

Adolf Gregovský je bývalý student Leteckého učiliště v Hradci Králové, kde studoval leteckou výzbroj jako letecký technik, po ukončení vojenské služby pracoval pro Tatru Kopřivnici jako zkušební technik a později pro Liberecké automobilové závody LIAZ. Aktivně se věnoval také parašutismu.

V době, kdy se největší letecká bitva na Přerovsku odehrála, bylo panu Gregovskému pouhých šest let. I když od těch událostí uplynulo mnoho let, jeho vzpomínky a fotografie nabízejí unikátní pohled na tehdejší dobu.

Odhalení památníku a dobové fotografie

Dne 17. prosince 1946 došlo k odhalení památníku věnovaného padlým letcům z největší letecké bitvy nad Přerovskem. Slavnostní akce se zúčastnili mnozí obyvatelé Přerovska i přilehlých obcí. Mezi přítomnými byl i tehdy osmiletý Adolf Gregovský, který sloužil jako ministrant. Na fotografii je zachycen spolu se svou sestrou Marií Gregovskou (19 let), která při ceremoniálu recitovala báseň. Farářem byl tehdy Valentin Nepustil.

Odhalení památníku doprovázel průvod na hřbitov, kde čestnou stráž drželi vojáci z přerovského letiště. Atmosféru umocnilo vojenské letadlo, které zakroužilo nad hřbitovem a shodilo věneček se stuhami. Věneček dopadl za hřbitovní zeď, ale byl hned přinesen obětavcem a potom zdobil hrob padlých letců.

Hanáci v průvodu

Na další fotografii z té doby lze vidět Hanáky z Troubek, kteří se zúčastnili průvodu na hřbitov. Mezi nimi byli Františka Hradilová, Stanislav Kamelandr, Marie Gregovská, Jiřina Rašková, Anežka Pazderová, Fabián Horák (nesl věnec), Josef Zatloukal a Ludmila Ticháčková.

Proměny památníku

Původní památník zdobil bronzový reliéf symbolizující padajícího pilota, kterému se neotevřel padák. Ruka směřující k zemi údajně ukazovala, kam dopadne. Bohužel tento reliéf byl později odcizen vandaly a proto musel být časem nahrazen novým, jehož barevnou fotografii přikládáme. Tento nahradil původní symboliku.

Odkaz pro další generace

Panu Gregovskému patří velké poděkování za jeho ochotu sdílet osobní vzpomínky a fotografie můžeme lépe pochopit důležité momenty naší historie. Jeho příběh a dokumentace připomínají nejen hrůznost válečných konfliktů, ale i odvahu a sounáležitost těch, kteří je zažili. Panu Gregovskému i jeho manželce přejeme hodně zdraví, krásné prožití Vánočních svátků a děkujeme za krásné chvíle, které jsme společně strávili.

Uchovávání těchto příběhů je klíčem k pochopení naší minulosti a budoucnosti.

Zdroj foto: Adolf Gregovský, Daniel Macháň

Lenka Pazderová

Vital A





Dne 10.12. byla poslední Kavárna roku 2024. Nesla se ve vánočním duchu. Kolektiv aktivizačních pracovníků připravil vánoční punč z červeného vína, ve kterém nechybělo ovoce a koření připomínající vůni Vánoc. Samozřejmě byla i káva a čaj. Paní Laidorfová z Elánu donesla vlastnoručně upečené perníčky, které byly výborné. Hned jsme se začaly zajímat o recept. 😊 K vánoční atmosféře přispěly i koledy, které jsme si pouštěli. Snažili jsme se i zpívat, ale poslední posezení v kavárně tohoto roku bylo hlavně o setkání a povídání. V životě jsou chvíle setkávání velice důležité, a tak budou naše posezení v kavárně pokračovat i v roce 2025 v pravidelných měsíčních intervalech. Na všechny, kteří za námi do kavárny zavítají se těší kolektiv aktivizačních pracovníků.

Citát: „Největší dárek, který můžeš někomu dát, je tvůj čas, tvá pozornost a tvoje láska.“

Následující Kavárny nového roku 16.1., 18.2., 20.3., 17.4.....



Gabriela Tužinčinová
aktivizační pracovnice





Vánoční strom či vánoční stromeček, je ozdobený strom, obvykle stálezelený jehličnan jako smrk, borovice nebo jedle, který je jedním ze symbolů Vánoc. Tradice zdobení stromku pochází z území Baltu a Německa a původně byl ozdoben jablky, ořechy a jinými potravinami. V 18. století se přidala tradice zdobení svíčkami. V domácnostech se zdobí malé stromky, které mohou být také nahrazeny umělými stromky, zatímco ve městech se staví velké veřejné vánoční stromy v průběhu adventu. Katolická církev tomuto zvyku původně protestantské církve dlouho odolávala a první vánoční strom stál poprvé ve Vatikánu až v roce 1982.

–tolik chytré informace z Wikipedie ☺

Vánoce bez vánočního stromečku si nedokáže představit asi vůbec nikdo z nás a všichni každým rokem usilujeme o to, mít doma ten nejkrásnější. Na našem oddělení se pečovatelky rozhodly, že letos ponechají zdobení vánočního stromečku plně v kompetenci klientů. Oslovily a požádaly několik z nich. Ti rádi přijali a této nádherné vánoční tradice se s nadšením zhostili. Společně se domluvili na tom, že tentokrát budou ozdoby pouze slaměné se světelným řetězem. Skleněné nebo plastové zůstaly pro letošek uschované v krabicích. Někteří klienti se aktivně zapojovali, někteří pouze radili, jiní jen tiše přihlíželi. Společně si zazpívali nebo si alespoň pobrukovali melodie známých koled, bez kterých se adventní čas prostě neobejde!



Eva Hluší
Elán

Příprava na Vánoce

Rok se s rokem sešel a je to tu zase – adventní období. V běžných domácnostech to znamená období úklidu, pečení, výzdoba domovů, nakupování dárků, příprava na nejkrásnější svátky v roce. Toto období jsme si s našimi klienty připomínali formou rozhovorů, obrázků a vyvrcholením byla výzdoba oddělení. Snažily jsme se, aby z každého pokoje na nás vykouklo kousek vánočního prostředí – vánoční stromečky, adventní věnce, vánoční hvězdy. Nejvíce si klienti užili zdobení velkých stromečků. Jeden jsme nazdobili ve společné jídelně a druhý na chodbě oddělení. Stromeček plný blikajících světýlek a ozdobený vánočními baňkami přitahoval pohledy všech, jak klientů, tak personálu nebo rodinných příslušníků. Klienti se snažili přiložit ruku k dílu a z výsledku měli radost. Viděly jsme rozzářené tváře a úsměvy od ucha k uchu.



Marcela Šugová
Revital



Peču, pečeš, pečeme – Vánoce se blíží. Nedílnou součástí příprav na Vánoce je pečení cukroví. Linecké, vanilkové rohlíčky, pracky to je klasika, která neodmyslitelně patří k Vánocům. Naše klientky se do této voňavé činnosti vrhly s patričným nadšením. S přípravou těsta musely pomoci pečovatelky, ale potom to šlo jedna radost. Vyválet těsto, formičky do ruky, pečící papír na plech, za pár okamžiků byl plech zaplněn a šup s ním do trouby. Následovala pochopitelně nutná ochutnávka. A víte, co bylo nejlepší? Ta krásná vůně, která navodila po celém oddělení vánoční atmosféru.

Marcela Šugová
Revital



„Tiše a ochotně, purpura na plotně voní, krásně voní...“

Na oddělení Vital B jsme se společně s klienty před vánoci pustili do pečení vánočního cukroví. Vanilkové rohlíčky, linecké cukroví, perníčky - příprava těchto tradičních kousků si vyžaduje každý extra jinou péči jak při rozvalování těsta, šoulání rohlíčků, či vykrajování nejrůznějších tvarů. Každý ze zúčastněných se dle svých sil a možností snažil najít takzvaně to své, nikdo nechtěl jen přihlížet. Některé naše klienty tyto vánoční přípravy pohltily natolik, že se potom ještě pustili do vystřihování papírových sněhových vloček. Aby nám práce lépe ubíhala, společně jsme zpívali vánoční koledy za doprovodu hudby na CD a vánoční atmosféru se podařilo podpořit i živou hrou koled na klarinet, jehož libé syté tóny vnesly do našich srdcí klid. Vůně cukroví se linula celým oddělením...



Jana Bělková
Vital B



Vánoce neprožijete za pouhý jeden den, ale slavíte je celý měsíc. Zažíváme atmosféru, svíčky a vůni cukroví. Na první adventní neděli jsme s klienty poseděli u kávy s občerstvením, rozsvítili první adventní svíčku “Naději,“ která je spojená s domovem, rodinou, kořeny. Připomněli jsme si, že začínají svátky vánoční.

Druhou adventní neděli, která je ve znamení “Míru“ a je spojená se vztahy k ostatním, jsme si s klienty připili vaječným likérem a ochutnali cukroví, které si upekli za pomoci aktivizační pracovnice. Pouštěli jsme vánoční koledy a připomněli si tradice, které patří k vánočním svátkům, a nebo jaký má význam jmelí, které v křesťanském kontextu symbolizuje naději.

Třetí adventní neděli jsme zapálili třetí svíci na adventním věnci - nazývá se “Svíce pastýřská“ a symbolizuje přátelství, radost, zklidnění a smíření. Je načase uvědomit si svou vlastní hodnotu, schopnosti a sdílet je se svou rodinou a přáteli. Klienti si opět pochutnali na cukroví, které si sami napekli a připili si vaječným koňakem.

Čtvrtou adventní neděli jsme zapálili čtvrtou svíci na adventním věnci, která představuje “Světlo naděje“. Je to okamžik, kdy se blížíme k vyvrcholení naší přípravy na Vánoce a oslavujeme příchod Ježíše Krista. Opět si klienti užili tuto neděli pospolu u dobrého pohoštění, voňavé kávy a dobrého pití. Poslechli si koledy a povídali si, jak prožívali Vánoce, když byli děti.



Lenka Šmídová
Vital

Vánoční hudební vystoupení ZUŠ

Dne 17. 12. se v našem Domově uskutečnilo hudební vystoupení základní umělecké školy v Tovačově. Jako každý rok nám přišli zpříjemnit adventní čas žáci a učitelé s krásným hudebním programem na hudební nástroje.

Žáci předvedli úžasný výkon, jejich vystoupení bylo plné energie, radosti a talentu. Atmosféra byla uvolněná a vřelá, přičemž se na tvářích seniorů zračila radost a dojetí.

Celá akce byla nádhernou ukázkou, kdy žáci svým talentem a nadšením vykouzlily úsměv na tvářích nejen našich seniorů.

Velký dík patří žákům i jejich učitelům.

Všichni přítomní se už těší na další setkání.

Andrea Klimešová



Posezení s heligonkou – Rostislav Frantík

Pan Rostislav se nám ozval, že by rád přijel zahrát na Heligonku a udělal nám tak v předvánočním čase radost.

Zajímavostí je to, že nikdy neuměl noty a písničky se naučil hrát pouze podle poslechu metodou pokus omyl. Hraje pro radost, kterou svou hudbou rozdává nezištně dál.

Hrál známé lidové písně u kterých jsme si mohli všichni zazpívat a zavzpomínat. Bylo to velmi příjemné dopoledne. Ještě jednou děkujeme panu Frantíkovi, že nás přišel navštívit a zahrát nám.



Zdeňka Pospíšilová
aktivizační pracovnice



Úsměvy do schránky

Těsně před Vánoci udělala našemu oddělení Elán velikou radost obálka, která přišla do schránky od dětí z druhé třídy Základní školy Milady Petříkové z Velkého Týnce. Rozbalily jsme obálku, ve které byla ručně psaná přání k Vánocům a opravdu krásní andělíčky vyrábění z provázku. Klienti byli dojatí a chválili děti že něco tak hezkého dokázali sami vyrobit. Andělíčky si poté zdobili své pokoje nebo si je pověsili na dveře.

Marie Homolová
aktivizační pracovnice



Silvestrovský den na Revitale

64

Silvestr je jen jednou v roce a tak se musí také oslavit. A jak jinak než se skleničkou něčeho dobrého, sladkého a také s těmi, se kterými je nám dobře...

Maruška s Věrkou a klienty na oddělení si dopřáli všechno co mají rádi, nechybělo cukroví, něco slaného ke křupnutí a něco mňam na pití...

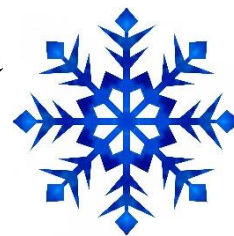
Tak šťastný Nový rok a hodně zdraví v tom Novém roce 2025 Vám všem přejí všichni z REVITALU.



Yveta Kubalíková
Revital



- Zima je nejchladnější roční období.
- Na severní polokouli začíná zima 21. nebo 22. prosince, zatímco na jižní polokouli začíná 21. nebo 22. června.
- Zimní slunovrat je den s nejkratším dnem a nejdelší nocí v roce.
- Každá vločka sněhu je jedinečná.
- Sněžení může ztlumit zvuky, což vede k tichu během sněžení.
- Některá zvířata, jako jsou medvědi, vstupují do zimního spánku během zimních měsíců.
- V mnoha kulturách se zima považuje za čas odpočinku a regenerace.
- Zima je časem, kdy mnoho lidí slaví svátky, jako jsou Vánoce a Chanuka.
- Zima je jediné roční období, kdy můžete hrát některé sporty, jako je lední hokej nebo lyžování.
- Některé rostliny, jako je jmelí, kvetou a zrají během zimy.
- V některých kulturách se zima považuje za čas introspekce a plánování na nový rok.
- Mnoho ptáků migruje na teplejší místa během zimy.
- Silný sníh může způsobit, že se stromy a větve zlomí.
- Zima je roční období, kdy je největší pravděpodobnost vidět polární záři.
- V některých kulturách je zima spojena s mýty a legendami.
- Nejdelší zima na Zemi se vyskytuje na pólech, kde může trvat až 6 měsíců.
- Termín "zima" pochází ze staroanglického slova "wintar", což znamená "mokrý, bílý, sníh".
- Některé země, jako je Austrálie a Nový Zéland, nemají tradiční zimní období, jaké známe z Evropy nebo Severní Ameriky.
- Na zimu jsou spojeny svátky jako Nový rok, svátek svatého Valentýna a Masopust.
- V některých kulturách je zima spojována s bohy a bohyněmi chladu a sněhu.





- Mnoho lidí trpí sezónní afektivní poruchou (SAD), formou deprese, která se často vyskytuje během zimních měsíců kvůli nedostatku slunečního světla.
- Některé zvířata, jako je liška polární nebo zubr, změni barvu své srsti, aby se lépe sladila se zasněženým prostředím.
- Během zimy se na mnoha místech konají festivaly ledových soch a sněhových soch.
- Zima je jediným ročním obdobím, kdy můžete vidět tzv. sundog, jde o atmosférický jev spojený s odrazem slunce na ledových krystalech ve vzduchu.
- Na zimu jsou spojeny různé kulturní tradice, jako je vypouštění lampionů, vypalování dřevěných soch nebo ledové plavání.
- Mnoho zvířat, jako jsou veverky, se během zimy spoléhá na zásoby potravy, které si uložily během podzimu.
- Na mnoha místech se v zimě konají trhy s vánočními stromky.
- Zima je také obdobím, kdy mnoho lidí nosí speciální oblečení, jako jsou svetry, šály a rukavice.
- Během zimy mnoho lidí využívá více vytápění, což vede k vyšší spotřebě energie.
- Některé země, jako je Kanada nebo Finsko, jsou známé svými dlouhými a extrémně chladnými zimami.

Růžena Tomášková
Vital A
zdroj internet



Zimní radovánky jsou obdobím, které milují kluci i holky v každém věku. Je to období plné radosti, smíchu, zábavy, mrazem vyštípaných tváří, teplého oblečení, čepic, šálů, rukavic a ovocných čajů v termosce. Děti se během zimy těší na sjíždění z kopců, stavění sněhuláků, stavění iglů, bruslení, lyžování a na zimní prázdniny.

Podle obrázku od Josefa Lady byla zima v minulosti jako malovaná a vypadala jako z pohádky. Někdy nebylo pod kupou sněhu vidět domečky a hodně se v zimním období topilo. V dnešní době je tuhá zima a sněžení spíše vzácnost.

Zima je spojena se slovy: svátky, Vánoce, Silvestr, Nový rok a zábava na sněhu. Když napadne sníh, ožívají všechny kopce a hory a jak se říká, všude to žije.

Děti olizují rampouchy. Házejí po sobě sněhovými koulemi. Bruslí na ledu a užívají si zimní zábavu. Lyžují a jezdí na saních nebo bobech.

No řekněte sami, není nic lepšího než přijít vymrzlý do tepla domova, převléct se do domácího oblečení, zachumlat se do deky a dát si teplou čokoládu nebo čaj s medem.

Zdeňka Pospíšilová
Aktivizační pracovnice



Paní Zima nám přichystala krásné mrazivé dny i malou sněhovou nadílku. Jeden takový zimní, slunečný den nás zlákal k procházce do zahrady. Pořádně jsme se teple oblékli a společně s našimi pečovatelkami vyrazili.

Zahrada byla jako z pohádky. Všechno bílé, tiché, kouzelné a sníh na slunci vypadal jako stříbrný. Zkoušeli jsme dělat koule, postavit sněhuláka a povídali si, jaké byly zimy dřív. Někteří z nás si sundali rukavice a holýma rukama si nabrali sníh. Už jsme zapomněli, jak studí.

Venku bylo dobře, ale už jsme se těšili do tepla. Zima je krásná i za okny u kamen.

Božena Guzmická
Vital B



Zdravím vás přátelé v novém roce 2025.

Už několik dní žijeme novým rokem, a i letos nás čekají velké křesťanské slavnosti. Při slavnosti Zjevení Páně neboli Tří králů, která se slaví 6. ledna, je zvykem ohlašování křesťanských pohyblivých svátků v liturgickém roce. Tento text má svůj počátek od roku 330 a zavádí ho biskup Atanáš. Samotný text se zpívá po přečtení Evangelia a náleží jáhnu. Kdo zpíváte, noty najdete na další stránce. Zde je text na letošní rok:

Milovaní bratři a sestry, s radostí vám zvěstujeme, že tak jako nám Boží milosrdenství dopřálo radovat se ze slavnosti Narození Páně, budeme se také radovat ze Vzkříšení tohoto našeho Spasitele.

Na den 5. března připadne letos Popeleční středa a začátek posvátné doby postní.

Dne 20. dubna budeme s radostí slavit Zmrtvýchvstání našeho Pána Ježíše Krista,

dne 29. května bude slavnost jeho Nanebevstoupení,

dne 8. června slavnost Soslání Ducha Svatého,

dne 19. června slavnost Těla a krve Páně a

dne 30. listopadu první neděle adventní, očekávání příchodu našeho Pána Ježíše Krista.

Jemu buď čest a sláva na věky věků. Amen.

I letos jsme pozváni ke společnému slavení ve společenství s Bohem. Dne 3. února si připomínáme světce svatého Blažeje. Možná vám více bude tento světec známý v události, kdy se při mši udělovalo - *svatoblažejské požehnání*. Dvě zkřížené svíce vložené na ramena spojené s modlitbou. Svatý Blažej, který byl biskupem, je patronem hlavně lékařů a hudebníků, obuvníků, pekařů, zedníků; vzývá se proti bolestem v krku a různým nemocem.

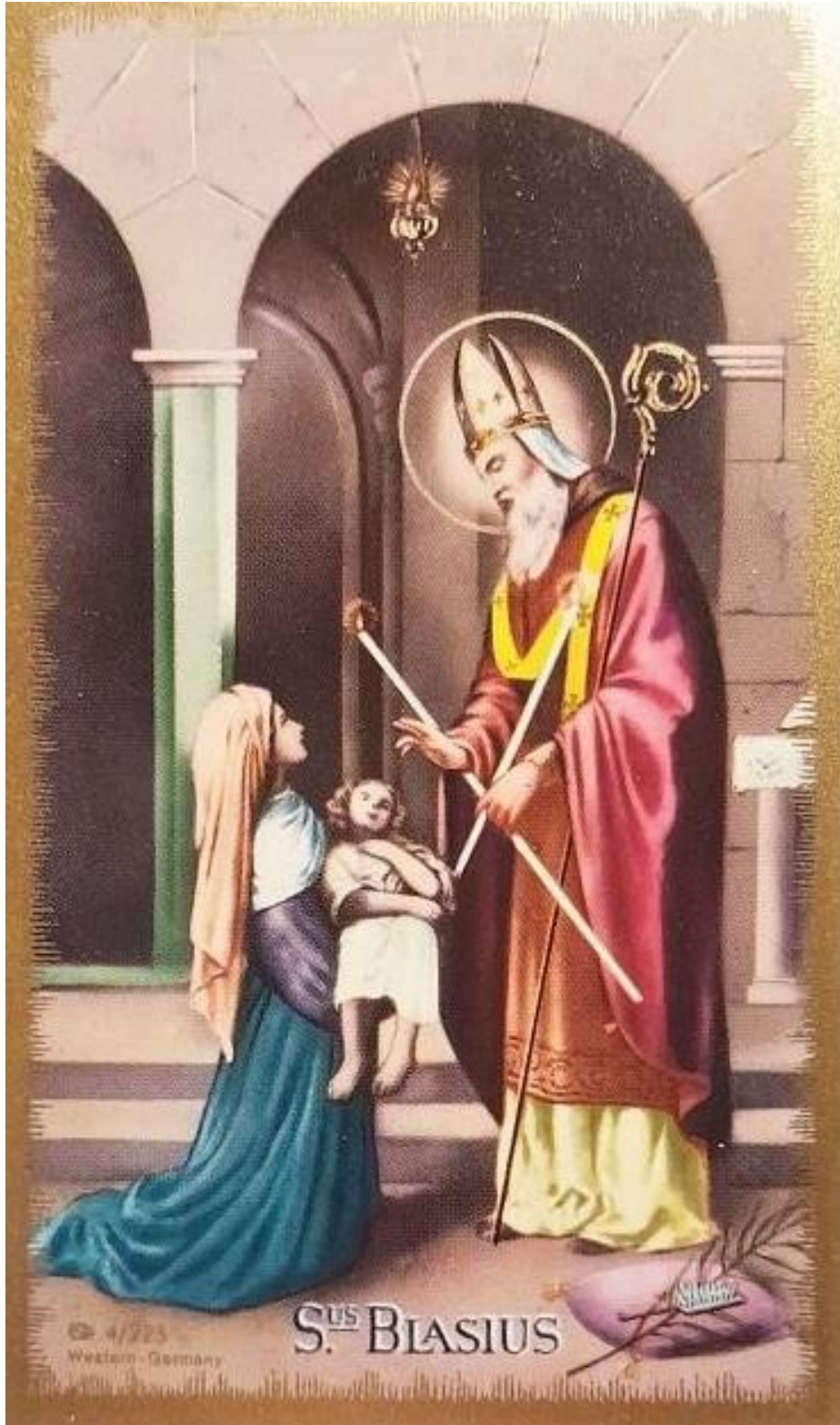
Letos tato památka vychází na pondělí a tímto bych vás chtěl pozvat na bohoslužbu s udělením svatoblažejského požehnání, která proběhne 3. 2. ve 14:30 v kapli.

Přeji klidný čas a těším se na setkání s vámi
Roman Nehera – váš kaplan

Oznámení svátků L.P. 2025

Tonus romanus

Milovaní bratři a sestry, s radostí vám zvěstujeme, že tak jako nám Boží milosrdenství dopřálo radovat se ze slavnosti Narození Páně, budeme se také radovat ze Vzkříšení tohoto našeho Spasitele. Na den pátého března připadne letos Popeleční středa a začátek posvátné doby postní. Dne dvacátého dubna budeme s radostí slavit Zmrtvýchvstání našeho Pána Ježíše Kri-sta. Dne dvacátého devátého května bude slavnost jeho Nanebevstoupe-ní. Dne osmého června slavnost Seslání Ducha svatého Dne devatenáctého června slavnost Těla a Krve Pá-ně. A dne třicátého listopadu první neděle adventní, očekávání příchodu našeho Pána Ježíše Kri-sta. Je-mu buď čest a sláva na věky věků. Amen.





Na přípravě tohoto čísla občasníku se podíleli:

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

Vedoucí sociálně zdravotního úseku - úprava textů a korekce

Pracovnice přímé péče - příspěvky o životě v domově

Aktivizační pracovnice - články z konaných akcí v DS

Ředitelka - úvodní slovo, příspěvky

Kaplan - slovo kaplana, články z konaných akcích DS

