



Občasník

Milí čtenáři,

podzim je opět tady a přináší nám své typické kouzlo – zlatavé listy, chladná rána a delší večery, které přímo vybízejí k zamyšlení či rozjímání. S příchodem tohoto období se mnozí z nás rádi zachumlají do deky s dobrou knihou nebo třeba s naším časopisem, který vám nyní přinášíme.

V tomto čísle jsme pro vás připravili řadu inspirativních článků, fotografií a vzpomínek, které vás zahřejí nejen na těle, ale i na duši. Nechybí ani nápady na podzimní tvoření a tipy, které vám pomohou využít krásu podzimní přírody, dokud je ještě čas.

Podzim nám dává prostor zvolnit, ohlédnout se za uplynulým rokem a připravit se na čas klidu a odpočinku, který zima přinese. Věřím, že vám toto číslo našeho časopisu přinese radost, užitečné informace a možná i nové podněty k zamyšlení.

Přejeme vám krásný podzim plný klidu, zdraví a spokojenosti.

ředitelka

Obsah:

Vysvědčení	1
Kristýna Šebková	2
Léto	3
Zlatá farma	4
Výlet Tovačov	11
Okénko pro volnou chvíli	14
Láska	15
Bohoslužba	17
Jak jsme prožili léto	18
Jubilanti	20
I v létě se bavíme	23
Okénko pro volnou chvíli	25
Cvičením proti stárnutí	26
Slunečnice	27
Spolupráce s rodinou	28
O nás...	30
Přehled o klientech	31
Pranostiky	32
Olympiáda Pavlovice	33
Prezentační akce Anabis	35
Olympiáda Radkova lhota	37
Sportovní dopoledne	39
Domácí mátová limonáda	42
Teče voda teče	43
Biografie	45
Podzim	46
Volby	47
Sv. Václavské hody	48
Začíná podzim	49
SA podzim	50
Podzimní tvoření	51
Slovo kaplana	54

Vysvědčení

S koncem školního roku a začátkem prázdnin, jsme si u nás na oddělení Vital B připomněli jednu událost. Pro někoho příjemnou a pro jiného nepříjemnou- vysvědčení.

Zavzpomínali jsme s úsměvem na naše školní léta. Nejen z lavic, ale i z učitelské perspektivy.

Vzpomínali jsme na chválu, ale i výprask a sliby, že se polepšíme. Nejvíc jsme se těšili na prázdniny plné her, koupání, sluníčka.

Paní Kováčová učila na 1. stupni a na svá učitelská léta s radostí vzpomíná. Měla moc ráda své povolání i své žáky.

D. Němečková.
Vital B



Zahradní koncert Kristýny Šebkové

Poslední červencové odpoledne nám přijela do DS v Tovačově zazpívat brněnská zpěvačka Kristýna Šebková. Byl krásný letní den a od rána jsme se těšili na zahradní koncert. Odpoledne přijela usměvavá zpěvačka, která nás okouzila svým hlasem. Zpívala převážně české známé písně. Někteří klienti si známé písničky zpívali společně se zpěvačkou.

Bylo vidět, že se Kristýna zpěvu věnuje od útlého dětství. Svým hlasem by mohla konkurovat nejznámějším českým i zahraničním interpretům. Mezi písněmi zpěvačka se zájmem komunikovala s publikem.

Koncert s příjemnou atmosférou obohatil krásný letní den všem zúčastněným. Všichni se těšíme, až nás zpěvačka se zlatem v hrdle navštíví znovu.

Děkujeme za krásné vystoupení plné úsměvů.



Gabriela Tužinčinová
aktivizační pracovnice

A je to tady, konečně se nám venku oteplilo. Takové hezké teplé počasí láká k vycházkám, nebo jen k posezení venku na zahradě DS pod rozkvetlými jabloněmi, v altánku u rybníčku, odkud je výhled na jezírko s rybičkami, nebo si můžeme prohlédnout barevné ptáčky ve voliére, když zrovna nejsou schovaní. Klienti se v takovém teplém počasí potkají venku se sousedy ze stejného oddělení, ale také se mohou potkat i s klienty z jiných oddělení, se kterými se mohou i seznámit. Nastala i taková horka, kdy se na oddělení zapne klimatizace. V takovém horku se ani venku nedá posedět a klienti raději tráví čas na oddělení. Třeba si jen posedí na chodbě, kde je klimatizace, anebo si zahrají ve společné jídelně karty. Někteří mají i náladu si něco ukuchtit ze sezónní zeleniny, jako je třeba cuketa a upečou „cuketovou buchtu“ se kterou se podělí i s některými sousedy a nezapomenou ani na pečovatelky.



Monika Školařová
Elán 2

Výlet na Zlatou farmu do Štětovic

Výlet na Zlatou farmu se nám velmi vydařil. Klienti našeho Domova se seznámili při prohlídce s chodem farmy a všemi zvířátky. Chovem skotu plemene Čestr, koz, prasátek, drůbeže a jiné. Klienti si mohli vyzkoušet krmení dojníc, pohladit krávy z bezprostřední blízkosti. Bylo pěkné pozorovat, jak si to všichni klienti užívají.

Po příjemné prohlídce následovala chvilka odpočinku v jejich útulné stylově vybavené domácí kavárničce s občůdkem a nabídkou mléčných i jiných produktů.

Jako třešničkou na dortu byla čerstvě namletá káva, kterou si klienti vychutnali na venkovní zahrádce, kde si společně popovídali.

Andrea Klimešová
aktivizační pracovnice





Farma byla uvedena do provozu 25.5.2014, kdy byly dovezeny na Zlatou farmu do Štětovic první dojnice zakoupené od Zemědělského družstva VRBÁTKY. Tentýž podnik nám částečně pronajímá areál ve Štětovicích (za vesnicí, směrem na Hrdibořice, po levé straně samostatná příjezdová cesta, která Vás přivede rovnou k nám).

Areál je to docela veliký, ale nikde nás složitě hledat nemusíte, již na začátku vítatají všechny návštěvníky naše rozmazlené jalovičky, telátka, dojnice, ovečky, kozy, pejsci a nakonec i my...

Farma vznikla za účelem chovat dojnice původního českého plemene ČESTR s kombinovanou užitkovostí – maso a mléko. Naše holky sice nenadojí kvanta mléka, zato je mléko daleko lahodnější, protože má více tuku a bílkovin, také výtěžnost s ohledem na výrobu produktů z mléka je vyšší než u černostrakatého skotu. A protože je mléko tak kvalitní a výkupní cena mléka nepříznivá, rozhodli jsme se po roce provozu farmy pro vybudování a provozování faremní **minimlékárny**, která bude zpracovávat část čerstvého mléka. V provozu je již od samého začátku faremní mlékomat, který byl v provozu již ve Vrbátkách a velmi se osvědčil. Lidé z širokého okolí si oblíbili chuť právě nadojeného mléka.

Samozřejmě chov skotu není jen samotné získávání a zpracování mléka, je to celoroční úsilí, které je ze stereotypu vyvedeno senážováním, silážováním, sklízením slámy a jinými doprovodnými činnostmi, jako je oprava budov a úklid areálu atd. Snažíme se, aby se Vám u nás líbilo, aby jste se u nás cítili příjemně a vždy se rádi vraceli. Chceme, abychom měli co nejužší vztah s našim zákazníkem. Naše farma je proto otevřena takřka nonstop a všichni zájemci si mohou farmu prohlédnout a podívat se, jak naše krávy vypadají, jak jsou dojeny, co žerou, jak jsou ustájeny, jak probíhá získávání mléka a jeho zpracování.

Zdroj: <https://www.zlata-farma.cz/o-nas>



Hruškové tiramisu

Příprava: 15 min+ chlazení 2 hodiny
4-5 porcí

500 g jemného tvarohu
Mléko nebo smetana
1 kelímek zakysané smetany
2 lžíce cukru moučka
1 vanilkový cukr
½ lžičky skořice
2-3 čerstvé hrušky (nebo hruškový kompot)
citrón
½ balení piškotů
káva
2 lžíce tuzemáku (hruškovice)
Karamelové sušenky



Postup:

Uvaříme silnou kávu a necháme vychladnout.

Oloupané, na kostky nakrájené hrušky zakapeme citrónem a spolu se skořicí podusíme (nebo použijeme kompotované hrušky, které nakrájíme na kostky).

Tvaroh vyšleháme se smetanou do jemného krému a vmícháme zakysanou smetanu a cukr.

Do pohárů skládáme piškoty, zakapeme kávou s rumem nebo hruškovicí, hrušky a krém. Dvě hodiny necháme v lednici.

Před podáváním posypeme drcenými karamelovými sušenkami nebo skořicí.

Zdroj: <https://www.zlata-farma.cz/sladke-nepecene>

Jednoho krásného dne jsme společně s aktivizační pracovnící a našimi klienty panem Tomšicem, panem Gregovským a panem Muchou vyrazil na Zlatou farmu do Štětovic. Všechno se naplánovalo den dopředu. Aktivizační pracovnice Zdeňka zajistila služební auto. V den odjezdu bylo slunečno. Klientům jsme pomohly nastoupit do auta a upevnily pásy, aby bylo vše, jak má být. Cestou na farmu bylo v autě veselo. Pánové vzpomínali na svá mladá léta, měli spoustu zážitků ze svého života, o které se s námi rádi podělili. Vzpomínali na práci na polích a loukách, že to byla velká dřina. Vyprávěli, co doma chovali za zvířata (a bylo jich dost). Jejich zkušeností bylo moc a moc...

Když jsme společně přijeli na farmu, kde před tím nikdo z nás nebyl, uviděli jsme vlastně takové družstvo, jako bylo dříve JZD. Všichni pánové začali pojmenovávat, to je to, to zas ono. Všechno znali a bylo na nich vidět nadšení a návrat do mládí. Hned si hladili krávy, telátka, kozy a ostatní zvířata. Bylo jich tam spousta.

Na farmě bylo i něco nového, co ještě neviděli. Několik minut jsme čekali, až kráva sama přijde do dojícího automatu. Je to neuvěřitelné, ale jsou naučeny tam chodit sami, ale jak jsme zjistili, mají tam nějaké mlsání a tak si zvykly a jak je vidět, tak to funguje. Vše je automatické. Na obrazovce se objeví jméno krávy, myslím, že to byla Sára a vážila 184 kg. Při dojení je možné sledovat kolik mléka každý střík vyprodukuje. Klientům jsme přečetly a ukázaly, co jsme byly schopny vysvětlit, některé věci byly hodně technické, laser na oplachování vemínek a pod.

Po prohlídce farmy jsme se společně posadili do kavárny, která nabízí nejen vlastní mléčné výrobky, ale i kávu, pivo apod. Každý z nás si dal na co měl v ten moment chuť. Myslím si, že to byl velmi pěkně strávený čas s našimi klienty a dle slov všech pánů se jim výlet velmi líbil.

Světluše Vojtková
Vital A





Společné posezení v kavárně.

Tradiční letní výlet po Tovačově

Na začátku července jsme uskutečnily vycházku do města Tovačova, kde jsme si pověděli na náměstí něco o historii kašny sv. Václava. Pískovcová kašna je dílo tovačovského sochaře Mandlíka a pochází z roku 1694.

Socha sv. Václava je z roku 1872. Voda k napájení kašny byla vedena z vodojemu na zámecké věži důmyslným dřevěným rozvodem.

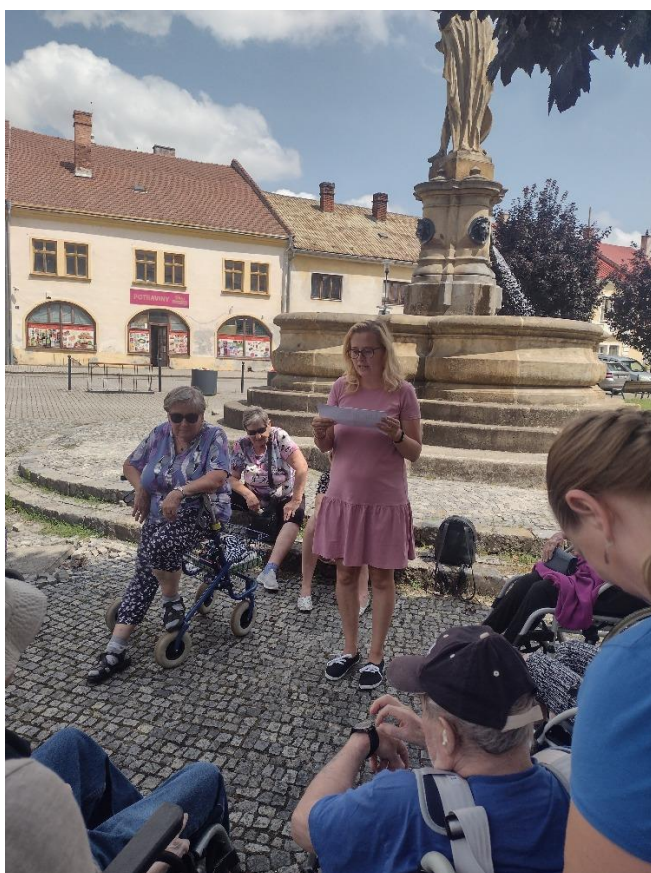


Větších historických cílů jsme se v horkém letním dnu vzdali a zamířili jsme rovnou za osvěžením do restaurace na náměstí. Kde jsme měli přichystané posezení na stinné zahrádce.

Pochutnali jsme si na tom, co má každý nejraději. Zmrzlina, káva, chlazené pivo. Vše se hodilo, abychom načerpaly síly na cestu zpátky domů.

Mirka Andrllová
Aktivizační pracovnice





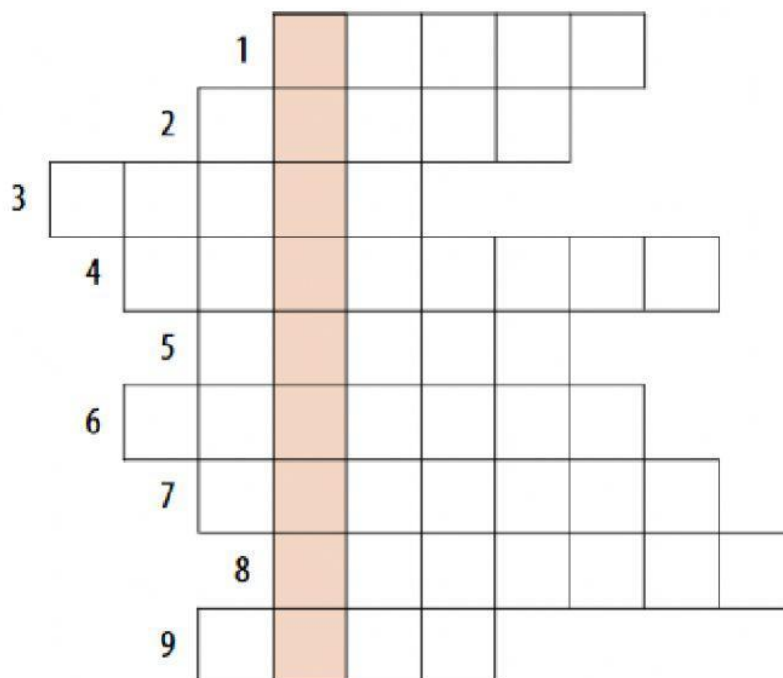
Vycházka do kavárny na náměstí

Dostala jsem příležitost přidat se k vycházce do města, kterou připravily aktivizační pracovnice pro klienty všech oddělení. Sešli jsme se u vrátnice a společně vyrazili. Uprostřed náměstí, u kašny nám jedna z aktivizačních pracovnic řekla něco o historii města a nějakých zajímavostech. Byl teplý den a všichni už jsme se těšili na něco chladného. Bez váhání jsme obsadili objednaná místa na zahrádce vinárny a každý si dal to, na co měl chuť. Skvělou zmrzlinu, pivo, víno, nebo něco malého na zub. Všichni jsme si užívali příjemné letní odpoledne a klid zahrádky. Byla příležitost na vzpomínky i na pěkné povídání s klienty. Vraceli jsme se spokojení a natěšení, že si brzo dopřejeme další vycházku.

Marcela Navrátilová
Elán



KŘÍŽOVKY DO LESA



Zdroj: www.liska-evvo.cz

1. pták označovaný jako doktor stromů
2. Který jehličnan má šišky rostoucí směrem nahoru?
3. myslivec
4. hudební nástroj, roh, který zahajuje hon
5. dřevina s kmenem
6. malý strom
7. malý kořen
8. v lese zabloudili Jeníček a ...
9. kmen stromů pokrývá

Láska – nejkrásnější lidský cit. Když se řekne slovo láska, většina z nás si představí vztah milenecký. Já dnes chci psát o lásce mateřské. O lásce matky a syna. Často se to nestává, ale občas se k nám do domova nastěhuje pár – matka a syn.

Většina z nás je známe, postava ujíždějící na elektrovozíku, za ním krácející dáma s pojízdným chodítkem – paní Helenka Jehlářová a její syn Pavel. Nastěhovali se k nám před 5 lety. Paní Helenka je ubytována na Revitale a Pavel bydlí na Eláně. Oběma to takhle vyhovuje a tak si to přáli. Pavel neměl tolik štěstí jako my ostatní. Narodil se s tělesným postižením. Paní Helena o něho od narození pečovala. Vyprávěla mi, jak ho vozívala do školy, učila ho – pracovala jako učitelka. Já sama si pamatuji, jak v létě Jehlářovi jezdili na Donbas. Pavel měl kolem pasu korkový pás, na invalidním vozíku ho rodiče svezli do vody a Helenka s ním plavala. Po smrti manžela Helenka již péči nezvládala a tak se rozhodli pro život v našem domově.

Není dne, aby Helenka nepřišla s tím, že jde za Pavlem. Pokud je hezké počasí, tráví odpoledne na zahradě u kávičky, v zimě v prostorách kantýny.

Helenka je již starší dáma a několikrát se jí stalo, že utrpěla úraz, který ji na nějakou dobu upoutal na lůžko. A tu se role vyměnily, Pavel navštěvoval ji na pokoji. Helenka je velká bojovnice a dle mého názoru právě ta láska k Pavlovi a touha se s ním denně vídat ji pokaždé znovu postavila na nohy.

Pavel je můj kamarád. Je to člověk velmi pozitivně naladěný, milý a velmi inteligentní. Letos v létě oslavil kulaté narozeniny, a proto mi dovozte, abych ještě jednou řekla: „Pavle, moc, moc, moc všeho dobrého.“

Marcela Šugová
Revital



O duchovní potřeby klientů se stará náš pan kaplan, který naše klienty navštěvuje a slouží pravidelné bohoslužby na oddělení i v kapličce. V létě využíváme pěkného počasí a bohoslužby pořádáme na zahradě domova.

Každé období lidského života má svou důležitost. Nejdůležitějším úsekem našeho života je ale bezesporu stáří.

„Víra je věřit v to, co ještě nevidíte a odměnou takové víry je vidět to, v co věříte.“

Andrea Klimešová
Aktivizační pracovnice



Jak jsme prožili letošní horké léto???

18

No přece na naší krásné zahradě.

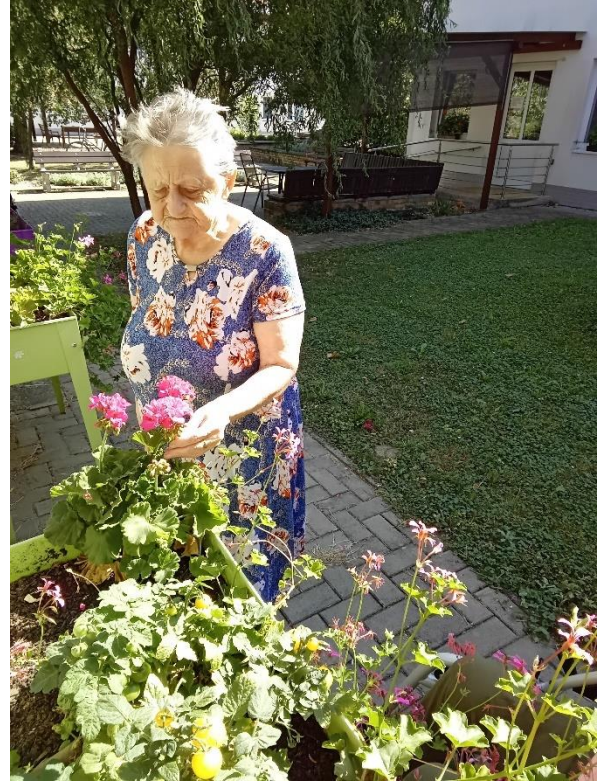
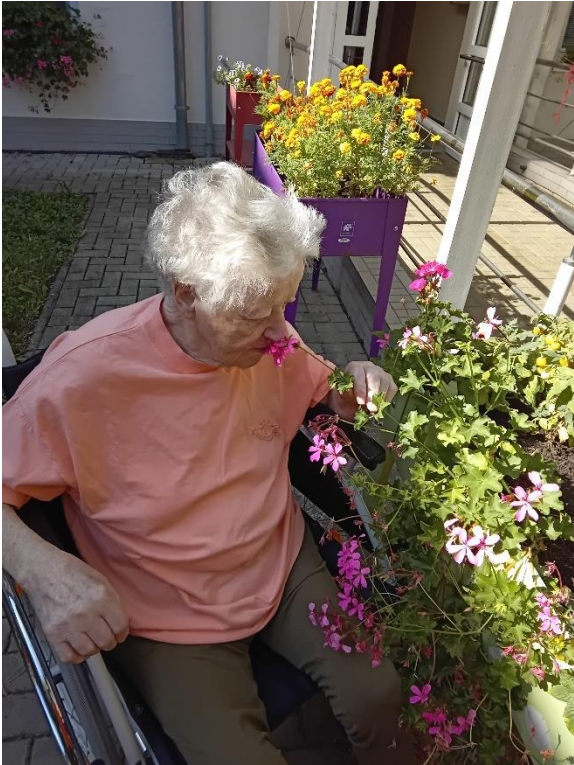
Na naši zahradu můžeme být právem hrdí. Každý, kdo ji uvidí ji obdivuje. Je plná krásných zákoutí přímo vybízejících k odpočinku. Pod stromy si tu můžeme ve stínu snít a vzpomínat, u naší Andělky v tichu rozjímat a na slunných místech nastavit tváře sluníčku a vyhřívat se podle libosti. Na nových houpačkách se vrátíme do dětství a necháme se unášet pocitem, že nám narostla křídla a my si poletujeme jako motýli. U jezírka s vodopádem pozorujeme kapříky jak se prohánějí mezi vodními rostlinami a přímo cítíme chladnou náruč vody.

Naše zahrada je oáza klidu, míst stvořené pro setkávání se s ostatními obyvateli domova, s rodinou, posezení s přáteli, místo kde nejsme nikdy sami, jsme součástí přírody a její krásy.....



Yveta Kubalíková
Revital





Jubilanti

20

Vital A

Josef T. 88 let

Naděžda P. 90 let

Revital

Anežka M. 87 let

Olga B. 89 let

Helena J. 91 let

Vital 1

Marie N. 87 let

Dušan K. 88 let

Vital

Anna G. 87 let

Helena G. 91 let

Danuše Š. 93 let

Jarmila G. 93 let

Elán 2

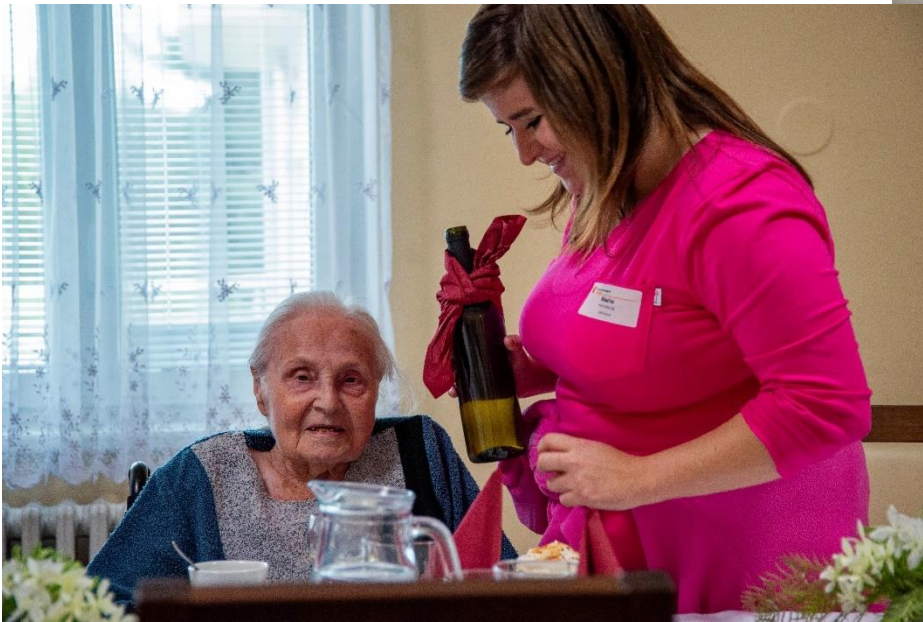
Olga F. 70 let

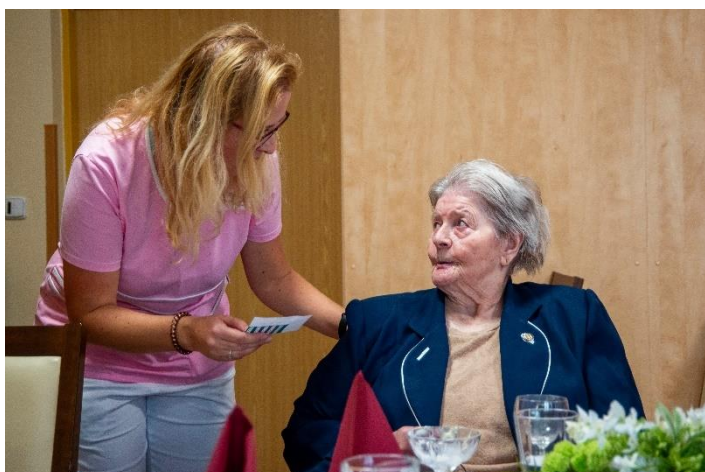
Pavel J. 70 let

Vladimír S. 86 let

Milada K. 90 let







I v parném létě se umíme bavit

Letošní léto nám nadělilo nadprůměrně vysoké teploty, a proto nám nedoporučovali moc chodit ven.

Máme v domově klimatizaci a cítili jsme se příjemněji v chládku na oddělení. I přesto, že jsme nemohli tak často na zahradu, jsme se nenudili.

Personál nám čas trávený na oddělení zpestřoval různými činnostmi. Bavili jsme se pečením nebo vařením různých dobrot, taky jsme zpívali, hráli stolní hry nebo si házeli míčem.

Oslavovali jsme i narozeniny a svátky. Při posezení u kávy, zákusku a poslechu tonů příjemné hudby, jsme horké dny přežili bez úhony.

Už se všichni těšíme, až bude chladnější počasí a budeme si užívat pobytu v zahradě.

Za klienty oddělení Vital B napsala H. Poštulková.





Okénko pro volnou chvíli



Poslední den podzimních prázdnin nás vzala babička do parku. Ze všeho nejvíce nás bavilo sbírání spadlých kaštanů, žaludů a bukvic. Na zemi jsme z nich pak stavěli různé obrázky a co nejdelší řadu.



Přiřaď k názvům stromů s jejich listy i správné plody. Pokud vše připojíš správně, v tajence ti vyjde jméno naší babičky.

1. kaštan



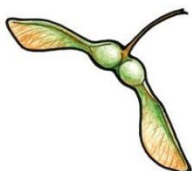
Z



2. dub



A



3. buk



K



4. lípa



Z



5. javor



U



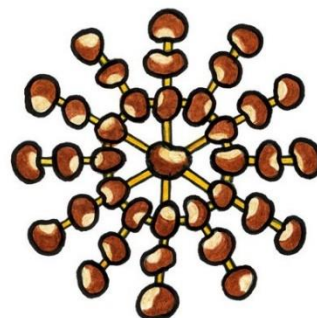
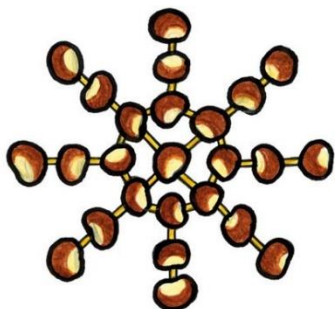
Tajenka: Naše babička se jmenuje _____.



1.	2.	3.	4.	5.



Spočítej, kolik kaštanů použily děti na obrázky, a čísla запиš do kruhu.



Cvičením lze zpomalit stárnutí

S přibývajícím věkem dochází v organismu postupně k mnoha změnám, které jsou příznakem tělesného i psychického opotřebení. Změny jsou sice nevyhnutelné, ale jejich míra a rychlost, kterou nastupují nejsou vždy stejné. Procesy stárnutí lze významně ovlivnit, proto se svými kolegyněmi neustále vymýšlíme nové činnosti a nápady jak příjemně využít volný čas klientů s aktivizací, díky daru „Psychomotorický padák“.

Část sponzorského daru, byl oddělení Vital 1. předán od rodiny Mgr. Emilie Rolencové, na kterou s úctou vzpomínáme. Tímto děkujeme rodině p. Skuli.

Klientům z oddělení Vital 1. DS Tovačov nabízíme aktivity, které se střídají a jsou specificky určené pro každou skupinu zvlášť. V DS Tovačov při službě DZR bydlí senioři i s Alzheimerovou chorobou, kteří mají aktivity zaměřené více terapeuticky. Pravidelnými aktivitami jsou například i skupinová cvičení. Naši klienti z oddělení Vital 1. se rádi zapojují, proto jsme jim v pátek 20. září 2024, dopřáli dopolední skupinové cvičení na oddělení. Překážkou klientům není ani invalidní vozík, francouzské hole či sezení na židli. Do skupinového cvičení se aktivně zapojil p. Korený, p. Keclíková, p. Zabloudilová, p. Jakubíková, p. Nečekalová, p. Novotná.

Martina Indráková
Vital 1



Při pohledu na slunečnice se našim klientům okamžitě vybaví tato písnička...

„Tak jako slunečnice každým dnem
otáčí se za sluncem,
tak já stále hlavu svou
obracím jen za tebou“.

A nejkrásnější na tom je, že se spojí zrak s pamětí. Toto je jeden ze způsobů, jak se snažíme naše klienty orientovat v čase, a tím je vracet do vzpomínek na hezké letní dny.



Bc. Barbora Krutilová, DiS
Vital



I když jsou klienti odloučeni od svých rodinných příslušníků, neustále se snažíme, aby byli spolu v kontaktu. I když se jedná jen o malé chvíle, které jsou o to vzácnější.

Dobrým příkladem může být sportovní dopoledne, kdy jsme požádaly rodinné příslušníky, zda by byli ochotní přijet podpořit své blízké ve sportovním klání.

Bohužel ne všichni mohli přijet, ale naše klienty potěšilo, že je aspoň někdo povzbuzuje.

Bc. Barbora Krutilová, DiS
Vital



Spolupráce s rodinou je důležitá

Při péči o naše klienty je důležitá také spolupráce s rodinou, kdy se vzájemně snažíme vymyslet jak bychom mohli klientovi ještě více „ušít plán péče přímo na míru“, tak jak to potřebuje, chce, je zvyklý a jak mu to vyhovuje.

Pro imobilní klienty, kteří jsou zcela závislí na péči personálu je důležité vnímat vlastní tělo, cítit, že mají ruce a nohy. Přitom využíváme prvky bazální stimulace a také masážní podložku, kterou zakoupila pro klientku rodina. Podložka masíruje klientce celé tělo a povzbuzuje všechny orgány a nervovou soustavu.

Výraz a úsměv na tváři klientky je tím nejlepším důkazem že tohle funguje...

Revital



Na našem oddělení Vital B je snahou vytvořit pro naše obyvatele domov, který jim umožní prožít důstojné stáří. Podporujeme naše klienty k soběstačnosti a v případech, kdy to není z jejich osobního hlediska možné, jim zajišťujeme kvalitní prostředí a zacházení.

Některé naše kolegyně si prošly školením o paliativní péči. Dozvěděly jsme se, že je důležité pro nás i naše klienty mluvit o umírání, o smrti a podpoře pozůstalých. Na oddělení máme tři klientky v paliativní péči. Podařilo se nám díky spolupráci celého týmu zlepšit celkový stav u paní Marie. Paní Marie se znovu začala zajímat o své okolí. Při péči o svou osobu je schopna si vybrat oblečení, učesat se, sednout si sama na lůžku. Při podávání jídla opět sama používá lžici. Je radost, když vidíme, že má lepší náladu a chce si povídat. U další paní Marie a paní Anny se snažíme ulevovat bolestem, které mají při manipulaci, například při koupeli. Zavedli jsme koupání na lůžku. Je to pro ně šetrnější a obě klientky jsou klidnější a méně stresované. Ze stejného důvodu je tu i možnost vzít klientky ven i s lůžkem.

Budeme rádi, když u rodinných příslušníků najdeme pochopení a budou se o paliativní péči více zajímat.



L. Tomečková
Vital B

Přehled o příchozech a odchodech klientů k nám do domova za období od 7. – 9. měsíc

Příchod klienta:

15.7. pan Navrátil J. na oddělení Vital A

25.7. paní Sklenářová L. na oddělení Elán

29.7. pan Sůva K. na oddělení Vital

19.8. pan Jánošík K. na oddělení Revital

20.8. pan Čmiel J. na oddělení Vital A

22.8. pan Menrygal M. na oddělení Vital

5.9. pan Dančík J. na oddělení Vital 1

11.9. paní Dočkalová D. na oddělení Elán

26.9. paní Brychtová J. na oddělení Vital B

27.9. paní Janošíková M. na oddělení Revital



Opustili nás

2.7. pan Klabík S. z oddělení Vital A

11.7. pan Juřík R. z oddělení Vital

18.7. paní Konečná J. z oddělení Elán

4.8. pan Palička K. z oddělení Revital

4.8. paní Nociarová V. z oddělení Vital A

12.8. pan Bodinek Z. z oddělení Vital

16.8. paní Sklenářová L. z oddělení Elán

22.8. pan Přidal I. z oddělení Vital 1

9.9. paní Zbožínková V. z oddělení Revital

11.9. paní Kulíšková V. z oddělení Vital B

18.9. pan Kaplánek A. z oddělení Vital

19.9. paní Bartošová E. z oddělení Vital

29.9. pan Nekoksa V. z oddělení Revital


30.9. paní Červenáková E. z oddělení Vital

Pranostiky

32

Pranostiky na říjen


V říjnu hodně žaludů a
bukvic oznamuje zimy víc.



Září víno vaří,
říjen mačká hrozen.

Když se táhnou ptáci blízko
k stavení, bude tuhá zima.

Pranostiky na prosinec




Když v prosinci mrzne a
sněží, úrodný rok na to
běží.

Když prosinec bystří, po
vánocích jiskří.

Jsou-li v zimě po cestách
ledy, podaří se výborně zeli.



Pranostiky na listopad



Na svatého Martina
bývá dobrá peřina.

Listopadové hřmění
pšenici ve zlato mění.

Když se táhnou ptáci blízko
k stavení, bude tuhá zima.



Sportovní olympiáda v Pavlovicích

Přijali jsme pozvání na Sportovní Olympiádu do Pavlovic, které se zúčastnili zástupci sedmi domovů pro seniory z celého Olomouckého kraje.

Za Olomoucký kraj přijel seniory podpořit náměstek hejtmana Ivo Slavotínek.

Byla to příležitost setkat se s klienty z ostatních domovů, zasoutěžit si, podporovat se v dobré náladě a prožít příjemné sportovní dopoledne. Soutěžilo se v deseti disciplínách. Aktivity prověřily zručnost, paměť i logické myšlení účastníků.

Soutěžící za DS Tovačov byla pí. Laidorfová, p. Gregovský, p. Mucha, kteří se umístili na krásném druhém místě.

Vítězům byly předány dárkové balíčky, diplomy, poháry, medaile.

Odjížděli jsme z Pavlovic spokojeni, plní dojmů z krásně přichystaného setkání a výborného pohoštění.

Ještě jednou moc děkujeme našim soutěžícím a paní ředitelce za krásně prožitý společný den.

„Jen pro ten dnešní den, stojí za to žít.“

Andrea Klimešová
aktivizační pracovnice







Milujeme účinné komplexní přírodní produkty, které fungují.

Dne 3.9.2024 se klientky Našeho oddělení účastnily prezenční akce firmy Anabis, kde jim byly produkty představeny a měly možnost si je i vyzkoušet na vlastní kůži.

Během zkoušení a vzájemného mazání se naskytlo mnoho chvil k úsměvu a k zasmání.

Dokonce si produkty mohly klientky i objednat a zakoupit.

Paní Fečová, která tuto akci prezentovala byla velmi příjemná a ráda na všechny otázky odpověděla.

Hana Strejčková
Elán



Sportovní dopoledne Radkova Lhota

5 září jsme se zúčastnili malé sportovní olympiády v Radkově Lhotě. Náš domov reprezentovali: paní Jarmila Laidorfová, paní Marie Hrabalová a pan Josef Líbal. Do týmu jsme dostali ještě dva žáky třetí třídy z Opatovic, kteří nám pomáhali dosáhnout vítězství.

Soutěžilo se v různých disciplínách. Od věšení a párování ponožek, skládání slov z dřevěných písmen, lesní kvíz až po střelbu z luku. Všichni soutěžící do toho dali maximum. Jejich úsilí se vyplatilo a donesli jsme domů stříbrné medaile a krásný pohár.

Bylo krásné počasí a den jsme si náramně užili.

Ještě jednou děkujeme našim vítězům.

Pospíšilová Zdeňka
Aktivizační pracovnice





Sportovní dopoledne

Začalo září, školáci znovu usedli do školních lavic a u nás v Domově pro seniory se začalo chystat sportovní dopoledne. Vymýšlely se sportovní disciplíny, vyráběly medaile, diplomy, balíčky pro vítěze. 10.9. se kvapem blížilo. Několik dnů před plánovaným termínem sportovního dopoledne nám počasí moc nepřálo, ale ráno 10. září vyšlo slunce a my jsme si mohli užít zábavný sportovní den.

Bylo připraveno šest stanovišť se šesti disciplínami. Soutěžící si na startu vyzvedli kartičky, kde se zapisovaly body. V cíli bylo vše spočítáno a bylo jasno o vítězích.

Na prvních místech se umístily ženy Jarmila Laidorfová, Marie Hezhybová. Na druhém místě pan Vilém Mucha, paní Helena Snášelová. Na třetím místě Olga Březinová a Marie Nečekalová. Protože není důležité vyhrát, ale zúčastnit se, dostali medaili všichni zúčastnění.

Den to byl vydařený. Gratulujeme vítězům, děkujeme zúčastněným a všem, kdo se na akci podíleli. Sportu zdar! 😊



Gabriela Tužinčinová
Aktivizační pracovnice







Domáci mátová limonáda

Vital

42



Teče voda teče, kampak před ní utečeme?

A je to tu zas. My starší si pamatujeme katastrofální povodně v roce 1997. Povodňová vlna, která téměř spláchla naše sousedy v Troubkách, nás opět postrašila. Troubky se v 97 staly jakýmsi symbolem povodní. Polovina domů se ve vodě rozpustila jako čokoláda a druhá polovina byla zaplavena. Mnoho občanů z Troubek tenkrát našlo útočiště u nás Tovačováků. Lidé se z toho dlouho vzpomínávali. Ale nevzdali se, postavili nové domy a život šel zase dál.

Proto většinu z nás, ať už jsme z Troubek nebo Tovačova, zasáhla předpověď hydrometeorologů, že se na Troubky opět žene záplava. V neděli 15. 9. byla vyhlášena evakuace Troubek, voda tam měla dle předběžných odhadů přijít v noci v 1 hodinu. Tovačov a Troubky jsou dědiny, které jsou velmi úzce spjaty. Z mládí si pamatuji, že na zábavách bylo nejvíce bitek mezi Tovačováky a Troubečáky. Ale také bývalo nejvíce sňatků uzavřených mezi rodáky z Troubek a Tovačova. Vím, že hodně občanů se evakovalo do Tovačova k rodinám. Byly nachystány prostory sportovní haly pro možné nocležníky. Náš domov seniorů se také do pomoci zapojil. Poskytl matrace pro evakuované občany a přechodně ubytoval 3 nejpotřebnější osoby. U nás na Revitale našli útočiště manželé Jan a Jarmila Gregovští.

Manželský pár 93 a 94 let. Bylo vidět, že paní je na manželovi velmi fixována, proto jsme je v rámci možností ubytovaly společně. Paní byla imobilní, celý den seděla v křesle. Pán byl, vzhledem k věku, velmi čiperný, celý den manželce posluhoval, bylo poznat, že je to jeho každodenní činnost. Pan Jan byl za naši pomoc vděčný, neustále děkoval, při loučení měl slzy v očích. Manželé strávili u nás v domově 2 dny.

Byli jsme všichni moc rádi, že se předpověď hydrometeorologů nevyplnila. Velkou zásluhu na tom měli hasiči a dobrovolníci, kteří celou noc zpevňovali provizorní hráz. Moc bych přála našim troubeckým přátelům, aby se téměř po 30 letech dočkali hráze, která by je chránila před velkou vodou.

Marcela Šugová
Revital



U nás v Domově pro seniory v Tovačově, pracujeme s moderní metodou, která nese název Biografie. Biografická péče je metoda, která se používá při práci se seniory, zejména těmi s Alzheimerovu chorobou. Biografická péče je založena na znalosti životního příběhu klienta, jeho zvyklostí, rituálů, zálib, dovedností a potřeb. Je zaměřena na podporu schopnosti sebezpěče klienta a na možnosti, jak co nejdéle tyto schopnosti zachovat a rozvíjet.

Pomocí rozhovorů se seniorem a jeho rodinou se shromažďují informace o jeho životě. Tyto informace jsou nezbytné pro další práci, neboť umožňují provázet seniora životem v domově. Všechny získané informace jsou pak zaznamenány do biografické knihy.

Biografická péče pomáhá s adaptací seniora v novém prostředí, buduje vztah s pečovatelským personálem, zachovává identitu klienta – kdo byl a kdo stále je, lepší porozumění klientovi, změnám jeho chování. Také možnost zapojení rodiny do péče o klienta (např. příprava pokoje, shromáždění fotografií a osobních předmětů), bližší spolupráci rodiny s personálem, sestavení biografické knihy, která může sloužit jako cenný zdroj vzpomínek i pro rodinu.

Měla jsem možnost zpracovat biografii klientovi. Bylo to pro mě velmi zajímavé a přínosné. Dozvěděla jsem se spousty nových věcí a cenných informací s kterými mohu pracovat.

Zemánková Romana

Elán 2



Podzim je barevně nejkrásnější roční období. Stromy se barví různými barvami, postupně ztrácí své listy. Příroda se chystá k zimnímu spánku. Farmáři sklízí to, co na jaře zaseli a zasadili. Ptáci odlétají do teplých krajin, dětem končí prázdniny a vrací se zpět do školních lavic, pouští draky, opékají špekáčky a užívají si podzimních radovánek venku, dokud se už neúprosně neochladí a nepřevzme svou vládu paní zima.

Známé i neznámé pranostiky:

Když na svatého Ondřeje sněží, sníh si dlouho poleží.

Když se v listopadu hvězdy třpytí, mrazy se brzo uchytí.

Zářijový déšť polím potrava, zářijové spršky pro víno otrava.

Svatý Jiljí jasný, podzim bude krásný.

Svatý Václav v slunci září, sklizeň řípy se vydaří.

Přijde Václav - kamna připrav.

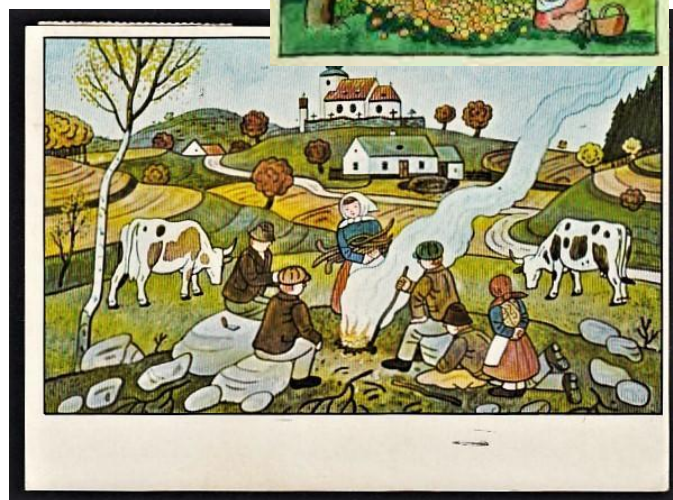
Na svatou Kateřinu schováme se pod peřinu.

Básnička:

Vlaštovičko, leť,
už je na tě čas,
listí žloutne, poletuje,
po strništích vítr duje,
bude brzo mráz.

Moje oblíbená básnička z dětství:

Foukej, foukej, větříčku,
shoď mi jednu hruštičku,
shoď mi jednu nebo dvě,
budou sladké obě dvě.



Anna Lindnerová
Vital A

Krajské a senátní volby 2024:

Ve dnech 20. a 21. září 2024 se v České republice uskutečnily krajské a senátní volby. Město Tovačov se v tomto roce účastnilo jak krajských voleb v Olomouckém kraji, tak i voleb senátních v rámci volebního obvodu č. 62, Prostějov.

V našem zařízení byla zřízena volební místnost v kavárně. Z oddělení Vital 1 využili možnost vyjádření volebního práva čtyři klienti, kteří byli doprovázeni pečovatelkami a aktivizační pracovnící.

Tato událost je pro klienty pravidelnou možností pro sebevyjádření a podílení se na veřejném životě. Při cestě do volební místnosti si klienti zavzpomínali na předešlé volby, kterých se pravidelně účastnili i se svými životními partnery. Na závěr pak také projevíli radost ze své letošní účasti a dle svých slov byli vděční za možnost využití volební místnosti přímo v prostorách Domova.

Larysa Chmelařová
Vital 1



Září jsme zakončili hodovým posezením k příležitosti oslav svátku sv. Václava, který je patronem tovačovské farnosti a města Tovačova. Pan Kaplan nám přiblížil, jaká byla životní cesta knížete Václava. Vyslechli jsme si svatováclavský chorál. Hudebním vystoupením nás prováděli pánové Petr a Honza. Zaspívali jsme si známé písně, při doprovodu harmoniky a kytary. Akce spojené s hudbou a zpěvem se u nás těší velké oblibě, a proto mělo příjemnou atmosféru i naše společné zpívání.

Andrea Klimešová
aktivizační pracovnice



Začíná podzim

Podzim je období, kdy příroda začíná přecházet do žlutých, oranžových a červených tónů, což vytváří nádhernou krajinu plnou teplých barev. Chladnější rána nám připomínají, že zima se blíží, ale zároveň podzim nabízí útulnost a možnost si užít teplé nápoje a procházky v šumu opadávajících listů. Je to čas sklizně, kdy se lidé radují z úrody a přípravy na dlouhé zimní večery. Podzim má něco magického, co nás přitahuje k tomu, abychom si užili krásu změn a klidnější tempo života.

Natálie Kučerová
Vital A



Smyslová aktivizace na oddělení Vital A - téma podzim

50



Tipy na podzimní tvoření

Tipy na podzimní tvoření

Podzim je ideálním obdobím pro kreativní tvoření, kdy můžeme využít přírodní materiály a proměnit je v krásné dekorace. Zde je několik tipů na podzimní tvoření, které vám přinesou radost a zároveň vám umožní užít si kouzlo tohoto ročního období.

1. Podzimní věnec na dveře

Vytvořte si vlastní podzimní věnec z přírodních materiálů, které najdete během procházky v parku nebo lese. Nasbírejte větvičky, šišky, sušené listy, žaludy nebo kaštiny. Můžete přidat i malé dýně nebo sušené květy. Vše připevněte na kruhový základ (např. z proutí nebo polystyrenu) a zavěste na dveře. Věnec vám bude krásně vítat podzimní návštěvy.

2. Malování na kameny

Během procházek můžete nasbírat hladké kamínky, které se skvěle hodí k malování podzimních motivů. Pomocí akrylových barev nebo fixů na kameny vytvořte různé vzory – dýně, stromy, listy nebo podzimní zvířátka. Kameny pak můžete použít jako dekorace do interiéru nebo je darovat přátelům.



3. Větrníky z barevných listů

Nasbírané listy různých velikostí a barev můžete snadno proměnit ve větrníky. Potřebujete pouze drátek, který provléknete středem listů a svážete je do tvaru větrníku. Hotové větrníky můžete použít jako dekoraci do květináče nebo je zavěsit na balkon či okno.

4. Podzimní lucerny

Vytvořte si krásné podzimní lucerny z prázdných sklenic od zavařenin. Stačí nasbírat barevné listy, které přilepíte na vnější stranu sklenice pomocí lepidla na decoupage. Jakmile lepidlo zaschne, vložte do sklenice čajovou svíčku. Lucerny vytvoří příjemnou atmosféru, když je večer rozsvítíte.

5. Dekorace z dýní

Malé okrasné dýně můžete použít jako základ pro různé podzimní aranžmá. Dýně lze malovat nebo ozdobit různými materiály, jako jsou stuhy, krajky nebo sušené květy. Takto ozdobené dýně můžete naaranžovat na stůl, parapet nebo na v



6. Podzimní váza

Zkuste vytvořit vázu z dýně! Vyberte si větší dýni, odřízněte vršek a vydlabejte vnitřek. Do dýně pak vložte sklenici s vodou a do ní čerstvé květiny nebo větvičky s barevnými listy. Taková přírodní váza bude krásným centrem podzimní výzdoby vašeho domova.

7. Větev se zavěšenými listy

Zajímavou dekorací může být i jednoduchá větev s připevněnými sušenými listy. Nasbírejte různé listy, nechte je zaschnout a poté je provázky přivažte k větvi. Větev můžete zavěsit na stěnu nebo do okna a vytvořit tak přírodní mobil, který dodá interiéru útulnou podzimní atmosféru.

Podzimní tvoření nabízí nekonečné možnosti, jak se kreativně vyjádřit a zpříjemnit si dny v chladnějším období.

Nezapomeňte zapojit fantazii, a hlavně si tvoření užijte!

Lenka Šenková
ředitelka



Zdravím vás přátelé.

Podzim už je zde a v liturgickém kalendáři si budeme připomínat světce, kterého určitě všichni známe. Je jím papež svatý Jan Pavel II. Tohoto světce si připomínáme v kalendáři 22. října jako nezávaznou památku.

Připomeňme si život sv. Jana Pavla II. Vlastním jménem Karol Wojtyła se narodil v sousedním Polsku 18. května 1920. Na kněze byl vysvěcen 1. listopadu 1946. Po ukončení studia teologie získal doktorát a nastoupil v roce 1948 jako kaplan do malé vesnice Niegowice. Za rok byl přeložen do farnosti v Krakově.

Ve svých 38 letech v roce 1958 Karol Wojtyła přijal biskupské svěcení a stal se pomocným biskupem v Krakově. Po šesti letech se stal arcibiskupem a papež Pavel VI. ho jmenoval poradcem Papežské rady. V roce 1967 ve svých 47 letech se stal kardinálem.

Po smrti papeže Jana Pavla I., který měl dobu pontifikátu pouhých třicet tři dní, byl 16. 10. 1978 ve svých 58 letech zvolen 265. nástupcem apoštola Petra a přijal jméno Jan Pavel II. Jako své papežské heslo vyhlásil: „Totus Tuus“ to znamená „Celý Tvůj“.

Zajímavostí je, že od roku 1523 byl prvním papežem neitalské národnosti.

Jan Pavel II. za dobu svého pontifikátu přežil dva pokusy o atentát. První pokus byl v roce 1981, kdy byl postřelený a druhý pokus proběhl v roce 1982, kdy se ho atentátník pokusil probodnout bajonetem.

Papež Jan Pavel II. měl vřelý vztah k mládeži, a proto od roku 1985 vyhlásil několikadenní Světový den mládeže. Ten také začíná v tomtéž roce v Římě. Toto setkávání trvá dodnes a je vždy uskutečněn po čtyřech letech. V roce 2023 bylo setkání v Lisabonu a další bude v roce 2027 v Soulu.

Tento papež měl také snahu o prohlubování dialogu se Židy i jinými představiteli náboženství. Spolu se také setkávali a společně se modlili za mír.

Také mnoho cestoval. Od začátku svého pontifikátu vykonal 104 cest do zahraničí, 146 po Itálii a 748 po římské diecézi. Na cestách mimo Itálii urazil 1,25 milionu kilometrů a navštívil 129 zemí. V Česku byl celkem 3x a to v roce 1990, 1995 a 1997. Při druhé návštěvě zavítal papež do Olomouce a na Svatý Kopeček. Kdo jste tam byli, tak si vzpomenete na skandování: „Otče, Svatý Kopeček plný je tvých oveček!“.

Za svého života vydal papež 14 encyklik, 13 apoštolských exhortací, 11 apoštolských ustanovení a 45 apoštolských dopisů a napsal také 5 knih. Jan Pavel II. umírá 2. dubna 2005 ve svých nedožitých 85 letech a 26 letech svého pontifikátu. Stává se třetím papežem s nejdelším pontifikátem.

Blahořečen byl 1. května 2011 a za svatého byl prohlášen současným papežem Františkem 27. dubna 2014. Zvláštnost a jedinečnost svatořečení byla v tom, že byl svatořečen spolu s papežem Janem XXIII. Svatořečil ho papež František a přítomný byl i emeritní, již zemřelý papež Benedikt XI.

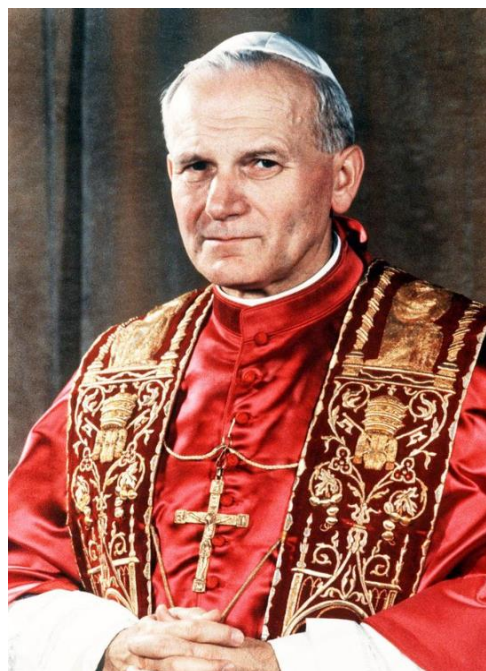
Máme přímluvce v nebi, který se nám lidsky přiblížil. Nesl, naslouchal a prožíval naše starosti, bolesti i radosti a také teď ho můžeme prosit, aby se za nás přimlouval.

„Bože, bohatý ve svém milosrdenství, tys povolal svatého papeže Jana Pavla II, aby vedl celou tvou církev; dej, ať podle jeho učení s důvěrou otevíráme svá srdce spásonosné milosti Krista, jediného Vykupitele člověka. Prosíme o to skrze tvého Syna Ježíše Krista, našeho Pána, neboť on s tebou v jednotě Ducha Svatého žije a kraluje po všechny věky věků.“

Závěrečná modlitba z breviáře.

Přeji vám požehnaný podzimní čas a těším se na setkávání s vámi.

Roman Nehera
váš kaplan





Na přípravě tohoto čísla občasníku se podíleli:

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

Pracovnice přímé péče - příspěvky

Aktivizační pracovnice - články z konaných akcí v DS

Ředitelka - úvodní slovo, tipy na podzimní tvoření

Kaplan - slovo kaplana

