DOMOV SENIORŮ Moravská Třebová

# JITŘENKA

Červenec 2018

Červenec je měsíc tepla, dovolených, koupání,
v lesích maliny se červenají,
klasy zrají na polích.
Vůně polí, lesa je tak podmanivá,
ta krása, to ticho, ten klid....
Jen včelka si na kvítek sedla,
jsem omámena a mohu sladce snít.

# Zápis ze společného setkání obyvatel

| | |
|---|---|
| Setkání konané dne: | **7.6.2018** |
| Místo setkání: | společenská místnost A3 |
| Přítomní pracovníci: | Mgr. Milan Janoušek – ředitel organizace |
| | Bc. Romana Holasová – zástupce ředitele, vedoucí úseku přímé péče a sociální pracovnice |
| | Iveta Cinková – vedoucí zdravotního úseku |
| Přítomní obyvatelé: | 34 klientů |

Pan ředitel klienty přivítal a poděkoval za hojnou účast

První informace se týkala rekonstrukce budovy D a C. Pan ředitel informoval, že rekonstrukce probíhá podle plánu, dokončena bude včas. Stěhování bude směřováno do prvních měsíců následujícího roku. Na budovu D se bude vracet nábytek, který tam byl původně. Některý nábytek bude použit také na vybavení budovy C. Klienti se do zrekonstruovaných prostor budou stěhovat pravděpodobně v březnu a dubnu 2019.

Paní Holasová požádala klienty o shovívavost a trpělivost během letních měsíců, kdy si pečovatelky/lé vybírají dovolené a na odděleních se budou pohybovat brigádníci. Pro klienty by toto období mělo znamenat pouze to,

že se budou potkávat s novými tvářemi, že se možná prodlouží doba provedení některých úkonů. V žádném případě by to ale nemělo mít dopad na provedení péče. Dokážeme zajistit veškerou potřebnou péči, ale ne vše najednou. Na něco bude potřeba více času. Pokud byste se ovšem setkali s nějakou neochotou, poprosím Vás, abyste mě ihned informovali. Děkuji Vám za Vaši vstřícnost a pochopení.

Dále paní Holasová požádala klienty, aby nevyhazovali ani nevylévali žádné věci a tekutiny z oken. Na odpadky slouží na každém pokoji odpadkový koš, na vylévání tekutin slouží umyvadla.

**Dotazy:**

- Tento týden se mi ztratily dvě trička v prádelně.
- Téma ztraceného prádla působí trošku jako Bermudský trojúhelník. Věci se ztrácí a naopak se nacházejí věci, které pro změnu nikomu nepatří a nikdo je nechce. Na každém oddělení je na pracovně pečovatelek sešit, určený k zápisu ztracených věcí. Pokud se Vám něco ztratí, nahlaste tuto skutečnost pečovatelkám, které do sešitu přesně zapíší, co se Vám ztratilo, podrobně věc popíší, aby byla snadněji dohledatelná.

- Proč tady musí být kočky? Nechceme tady ani psy.
- Máme jasně daná pravidla, za kterých mohou návštěvy do domova přijít se psem a tato pravidla se dodržují. Dále k nám chodí paní Jitka se svým pejskem v rámci canisterapie a ta chodí pouze za klienty, kteří si to přejí. Psi tady volně nepobíhají. Co se týká koček, víme o

problému se dvěma kočičkami, které sem přišli z budovy D. Přesto, že pečovatelky o kočičky pečují, kočičky si víceméně dělají, co chtějí, bez disciplíny ☺ Věříme, že pro někoho může být přítomnost volně se pohybujících kočiček nepříjemná. Někdo tu kočky chce, někdo ne. Uděláme tedy nějaké dotazníkové šetření, aby se mohli vyjádřit všichni klienti, a na základě výsledků tohoto šetření budeme postupovat dále.

- Mám rozbité žaluzie na okně, nešlo by to nějak opravit?
- Problém žaluzie je dlouhodobý a velmi těžko řešitelný. Najít firmu, která by se chtěla podílet pouze na opravách rozbitých žaluzií je nepředstavitelný problém. Pro firmy to není lukrativní práce. Přesto se stále snažíme najít někoho, kdo by nám dělal servis na žaluzie. Při manipulaci se žaluziemi je nutné si počínat velmi opatrně. Nedělat nic na sílu. Jsou to přeci jen křehké lamely spojené silonem a náchylné na rozbití.

**Důležité připomenutí:** nenechávejte peníze volně ležet na pokoji. Pro uložení peněz slouží trezorky ve skříních nebo uzamykatelné noční stolky. Doporučujeme nechávat si peníze na osobním depozitním účtu zde v domově a vždy si vybrat jen takovou částku, kterou budete aktuálně potřebovat.

Pan ředitel na závěr ještě informoval, že se nám rozbil jeden ohřívač vody. To bude znamenat zásah do organizace koupání. Tento rozbitý ohřívač musíme nahradit a to bude spojeno s větším stavebním zásahem. Kotle jsou totiž umístěny v prostorách půdy a lze se k nim dostat pouze

střechou. Pro výměnu kotle musíme rozebrat část střechy. Je to velmi nešťastný způsob, ale jediný možný a nutný. Mimo všech těch stavebních strojů pohybujících se po areálu domova zde bude tedy ještě pracovat jeřáb a rozebírat část střechy na budově A.

V červnu nás čeká vystoupení dětí z MŠ Jiráskova, které nám přijdou ukázat program plný písniček, básniček a tanečků. Vystoupení je plánováno na 19.6. na 10:00 hodin.

20.6. ve 13:30 nám pan Dostál předvede svoji sbírku železničních mašinek a připojí i zajímavé vyprávění.

Zapsala: Erika Jarůšková

V Moravské Třebové dne 7.6.2018

# Společné setkání obyvatel ohledně stravy

**Dne: 13.6.2018**

Přítomni - počet klientů: 24

- zaměstnanci domova: Mgr. Milan Janoušek, Bc. Romana Holasová, Ilona Bednárová, Zuzana Kolářová, DiS.

**Zápis:**

Přivítání klientů

Pan ředitel informoval klienty, že pokud půjde vše jak má, tak bude naše kuchyně v provozu od pondělí 2.7.2018.

Paní Holasová připomněla klientům, že po dobu, kdy bereme stravu z kuchyně nemocnice, zůstává stravovací jednotka stejná, **nedošlo** k navýšení ceny za stravu.

**Dotaz:**

Proč máme stále hovězí maso?

- Jídelníček nesestavujeme my, vytváří ho nemocnice. Pro pacienty v nemocnici je hovězí maso nejlepší z důvodu, že obsahuje nejméně tuku, přispívá k léčbě. Protože kuchyně nemocnice nám vyšla vstříc a po dobu naší rekonstrukce vaří i pro nás, musíme se jejich složení jídelníčku přizpůsobit. Nemáme možnost do něho zasahovat.

Byly představeny jídelníčky na další týden.
Byly přečteny jídelníčky, které budou platné od 2.7.2018, kdy se již bude vařit v naší kuchyni. Byly klienty přijaty bez připomínek.

**Přání klientů:**

Bramboráky

Palačinky

Smažené žampiony

Lečo

Hanácké koláče

Zelná polévka

Bavorské vdolečky

Špenát

Hezký den a na shledanou za měsíc, příští setkání by mělo být 11.7.2018 ve 13.30

Zápis provedla:  Zuzana Kolářová, DiS.

## SVÁTKY – ČERVENEC

18.7. Drahomíra – Filipová

26.7. Anna – Illová, Klímová, Komprdová, Křivánková, Srncová, Šteffková

## NAROZENINY – ČERVENEC

2.7. Jarmila Sýkorová

8.7. Anna Komprdová, Anna Srncová

10.7. Libuše Kobelková, Katarina Savočková

14.7. Věra Loskotová

16.7. Irena Kladivová

19.7. Marie Fejlová, Jaroslav Klusák

20.7.Jiří Kaderka, Rosvita Neubauerová

Zdeněk Pálenský

21.7. Anna Klímová

27.7. Emilie Urbášková

**V měsíci červnu nastoupili do domova pro seniory:**

| | | |
|---|---|---|
| Věra Částková | z | Městečka Trnávky |
| Božena Wernerová | z | Jevíčka |
| Marie Ticháčková | z | Jevíčka |
| Jaroslav Vala | z | Moravské Třebové |
| Miluška Břeňová | ze | Svitav |

**V měsíci červnu zemřeli:**

Pavel Chrpa

Božena Holešinská

Ivana Špačková

**Reakce zastánců koček v našem domově.**

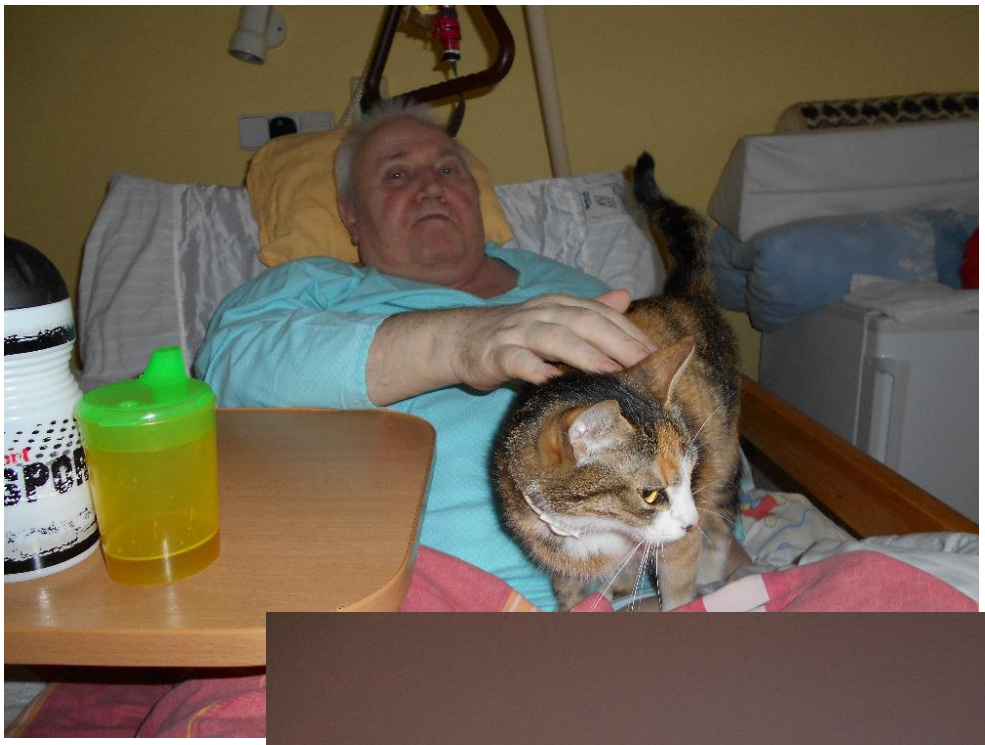
Po pondělním referendu na přítomnost koček v našem domově jsou někteří obyvatelé zneklidněni, že by měli přijít o zvířátka, která jim svou přítomností připomínají domov a zpříjemňují chvíle tady v našem zařízení.

Někteří ležící klienti jsou velice rádi, když jim přineseme kočku na pokoj a můžou si ji pohladit a pomazlit se s ní. Je to velice dobrá psychoterapie. Při hlazení se procvičuje jemná motorika. Klienti reagují velice dobře na přítomnost zvířete- usmívají se, jsou klidnější. Reagují slovně „Pojď ke mně kočičko“.“Jéé to jsem rád, že tě tady mám“. Apod.

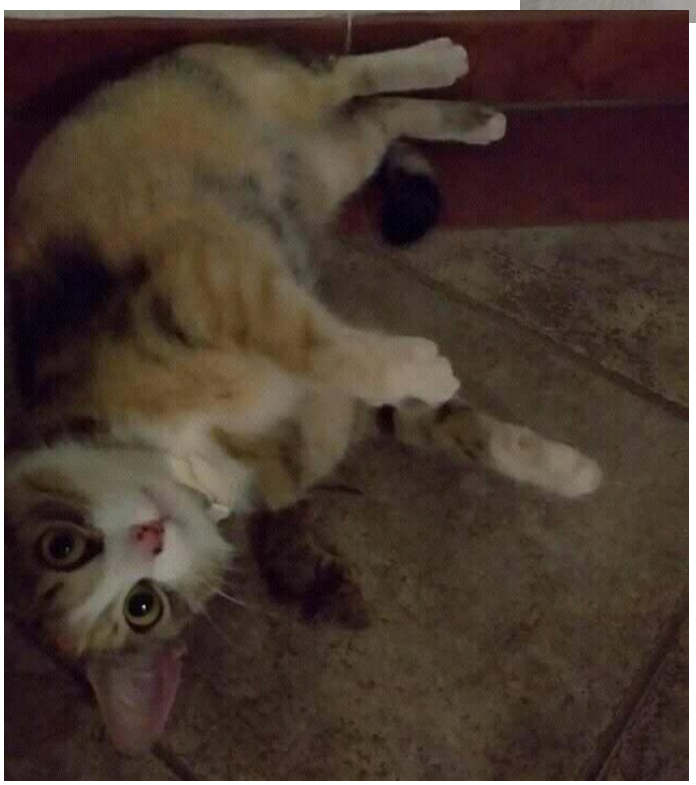
Přikládáme několik fotografií spokojených obyvatel, když mají u sebe zvířátko.

Dalším aspektem je i přítomnost hlodavců (myší i potkanů), kteří se i při největší snaze dost často dostanou do přízemních prostor zařízení (dokládáme další foto na důkaz, že kočky nežerou jen granule).

To, že někdy kočka znečistí podlahu, je reakce na neustálé změny, kterými tato zvířata procházejí. Nejdříve si museli zvyknout na to, že ,,žřádlo“ mají v jiné budově. Potom se jim opět stěhovaly misky z místa na místo. Zvířata nemají vůbec svoje zázemí, žádný pelíšek, ani půdu se senem, kam by se mohla v případě nepříznivého počasí schovat. Každý namítne, že kočka je venkovní zvíře, ale v našem areálu tyhle zvířata nemají šanci se nikam ukrýt. Žádná půda, žádná kůlna. Proto na takové změny reagují tak jak reagují Vzhledem k tomu, že granule musí být venku, stravujeme cizí kočky, potkany a ježky.



14.06.2018 19:26



Zkuste na čas nechat věci, ať se stanou
Zkuste na čas nechat věci, ať se stanou.
Nemluvte Vesmíru do jeho práce a odolejte pokušení o něco se snažit a vyvíjet tlak.
Vyberte si oblast života, kde se vám „nedaří“ a zkuste k ní přistoupit jinak.
Přijměte to, co je tak, jak to je.
Žádný spěch, žádná netrpělivost, žádná síla a žádný boj.
Prostě to udělejte jinak, než jste zvyklí.
Jen pozorujte, klidně dýchejte a nesnažte se vyvíjet přehnanou aktivitu.
Nechte se unášet proudem, tak jako plachetnice na vlnách.
Nemáte co ztratit - pokud jste vystříleli všechny náboje a stejně se nic nezměnilo, akorát to držíte
křečovitě „pod krkem“.
Nechte prostor Vesmíru - svému Zdroji, aby vše udělal za vás.
Udělá to nejlépe a tak, jak to má být.
Pusťte ruce z volantu a nechte to svému osudu.
Nebojte se - vše se srovná podle toho nejlepšího scénáře, který ani nemusíte znát. Vaše snaha je
kontraproduktivní a Vesmír jen čeká, až se vyčerpáte.
Potom stejně nastolí to, co má být.
Nechte věci proběhnout, uvolněte se a dejte si další kávu.
Udělejte to prostě jednou jinak - vypněte vaši snahu něco změnit a pozorujte jen, co se stane.
Tam, kde obvykle argumentujete, se ztište a nic neříkejte.
Tam, kde obvykle tlačíte, povolte stisk.
Tam, kde kontrolujete, přestaňte s tím a nechte to být.
Tam, kde plánujete, hoďte vaše plány do koše.
Znáte to pořekadlo: Chceš-li Boha rozesmát, řekni mu o svých plánech“.
Prostě to udělejte jinak.
Vnější sílu nahraďte vnitřní silou, která je mnohokrát větší.
Tak začne pozvolná transformace vašeho života.
Tak získáte zpět radost a chuť žít.
Tak se budete více bavit, protože budete vědět, že to Vesmír za vás zařídí.

J. Dušek

# Volnočasové aktivity

## 19.6.2018 Vystoupení dětí z MŠ Jiráskova

Taneční pásmo si pro nás nacvičili ti nejmenší. Program byl krátký, ale moc pěkný. Na závěr jsme si s dětmi zazpívali.

Na oplátku tento měsíc byla ve školce „babička“, která četla tak poutavě, že dětem nestačila pohádka jedna, „babička“ musela přečíst rovnou dvě!

## 20.6.2018 Beseda o mašinkách

Zajímavosti o lokomotivách nám vyprávěl a ukázal jednotlivé modely pan Dostál. Závěrem besedy nám pustil video o lokomotivách.

## Volnočasové aktivity

Věnujeme se individuální činnosti, tréninku paměti, tvořivému odpoledni a společenským hrám. V letních měsících se věnujeme procházkám kolem muzea.

## 22.6.2018 II. Sportovní den - Soběsuky

3 –členné soutěžní družstvo z našeho domova se zúčastnilo sportovního dne v Soběsukách a obsadilo 3. místo ve složení paní Kubátová Alena, paní Savočková Katarina a pan Horký Bohumil.

## *K 5. a 6. červenci.*

*Žitko krásné, bude chleba,*

*žehnej Pánbůh je ho třeba.*

*Ať ho hojně tímto létem*

*je ho přáno našim dětem.*

*Kéž máme všichni  a všem je ho dost,*

*Boží ten dárek a spokojenost!*

*Tak přeje bard náš český národní,*

*Smetana Bedřich. – Mocné dojetí*

*skýtá stále jeho Prodaná,*

*do světa umění dávno zapsaná,*

*když Jeník si po mnoha úskalích bere milou svou,*

*drahou Mařenku, navždy – poctivou.*

*Tak Čechové vždy dobře žili,*

*usilovnou prací jak Baťa vlast svou proslavili,*

*leč nepřátelé naše jméno pošpinili,*

*zloděje, lumpy a vrahy před světem z nás učinili.*

*Již povstaň, český lve,*

*a znovu navrať dobré jméno své*

*vlasti naší, by opět probudila*

*a svou pověst nově očistila*

*příkladem otců, předků, z věků toku!*

*Libuše, pozvedni svou věštčí ruku,*

*ať český národ v světě zloby, mamonu,*

*neřestí neskoná,*

*ale víru, naději a lásku*

*stále pevně zachová!*

*Výtahy z děl B. Smetany*

*Marie Krčilová*

**Když já se tak rád toulal…**

**po světě i doma…**

**To všechno odnéés čas!!**

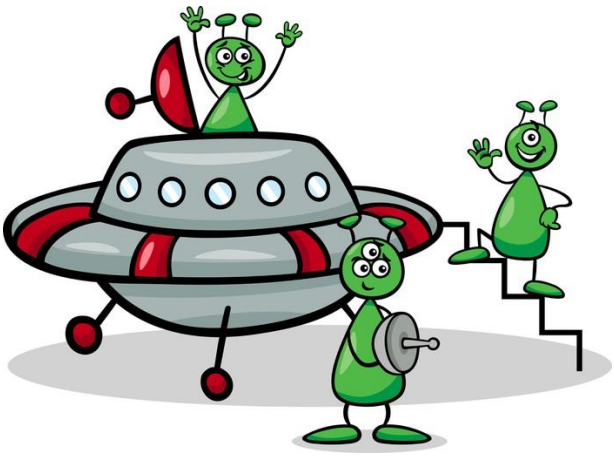
Někdy se tak prohrabuji šuplíkem ve svém psacím stole. Je plný fotek, průvodců a podobných vzpomínkových zbytečností z těch couraček po vlastech českých i jinde po Evropě a nakonec si řeknu ,,Ty starý troubu! Kdybys byl mladší, tak snad by sis oprášil vzpomínky ale teď?“ A vzpomenu si na to jak mne přivítal bráška, když jsem po celonočním trmácením autobusem z Chorvatska vypotácel ve Svitavách z autobusu a kdyby mne nezachytil, tak jsem asi upadl. Když mne nacpal do auta a vlezl za volant vypadla z něj výčitka na kterou asi v životě nezapomenu: Máš roky? Máš! Máš zdraví? Nemáš! Máš rozum? Asi ne, jinak bys to nedělal! Nad tím jsem se musel zamyslet. A uvědomil jsem si, že on ten kluk má pravdu! Proč já trouba se pořád někam honím? Už je přes osmdesát, do klukovských let pořád někam cestuji a vždycky je to stejné: Haldy turistů, průvodci, kteří kecají to co si můžu přečíst v tištěných materiálech, (navíc můj sluch už není tak docela na výši), bolavé nohy, člověk by si nejraději někam sednul! Tak jsem si řekl: Končit! Nejvýš jeden zájezd za rok, taková co pořádá radnice pro pamětníky: letos Rájec – Jestřebí, nějaký zámek o kterém jsem ani neslyšel, pak Boskovice a domů! Bude to parádní zakončení mojí celoživotní cesty po Evropě. A abych nezapomněl. Doufám, že mi příští rok zdraví dovolí a místní Skauti oslavovat padesátku Kvíčalky! O dopravu se mi bude muset postarat bráška – sám už bych tam těžko dolezl, je to pro mne trochu z ruky. Po smrti Káji Metyše jsme asi s Mílou Kužílkem poslední z těch co tam v rybníčku řečeném „ Bahňák“ káceli olše. Bože, vždyť ono to už bude padesát let. No jo lidičky, chtěl jsem, vám vyprávět, proč jsem se rozhodl nechat věčných výletů a co z toho vylezlo? Fňukám tady jak zbitý pes! No co nadělám, lepší je, že jsem si svoje v životě užil a teď už můžu odpočívat. Však ona se i pro mne nějaká zábava najde.

Z toho plyne: **nemůžeš–li dělat to, co máš rád, na co ti síly nestačí, najdi si něco, na co stačíš, ale nefňukej.**

To ti ze srdce přeje Láďa Švanda Dostál

# Významné a mezinárodní dny v červenci

**2.7. – Světový den UFO –** k tomuto dni se váže příběh odehraný roku 1947. Kdy farmář William Mac Brazel na ranči Foster se svým synem našel po velikém úderu do země, který slyšel předchozí den, úlomky neznámého kovu, plechu či pásky. Dodnes není známé, co to přesně bylo. Armádní vědci se domnívají, že to byl létající talíř - UFO - čili neindetifikovatelný létající předmět.



**5.7. – Mezinárodní den objetí zdarma -** je v angličtině znám pod pojmenováním Free hugs, je dnem kdy se po celém světě lidé na ulici objímají. Tato tradice se začala rozvíjet i u nás v ČR. Tomuto dni dal vzniknout Juan Mann, který při příletu do Sydney na letišti viděl, jak se všichni objímají a vítají se svými blízkými, ale on se neměl s kým obejmout. Vyrobil si transparent s nápisem ""Free hugs"" (objetí zdarma), postupně k němu začali chodit lidé a objímat ho.

**6.7. – Světový den polibku** - polibek je pro nás zdravotně "důležitý", neboť napomáhá ke snížení stresu. Říká se, že při líbání se dokonce spalují kalorie, snižuje vysoký krevní tlak a navíc je velice příjemné.

**9.7. – Světový den veterinárních lékařů** - se nezaměřuje jen na veterináře samotné, ale hlavním záměrem tohoto dne je seznámení lidí s prací veterinárních lékařů, jak pomáhají zvířatům, našim mazlíčkům a jak my sami jim můžeme pomoci.

**11.7. – Světový den populace** - roku 1987 byl na planetě Zemi zaznamenám přesný počet obyvatel a to 5 miliard přesně. Což byl jeden z prvních důvodů vzniku pro Světový den populace, dalšími důvody byly jevy populaci zasahující, například zaměření a jiné katastrofy a samozřejmě se tento den věnovaný nám lidem zaměřuje na růst a pokles úmrtnosti, počet zdravých a nemocných lidí a vývojových trendů populace jako celku, tak i jejích dílčích částí. Vědci předpokládají, že v roce 2018 bude na Zemi žít 7,5 miliardy lidí.

**20.7. – Mezinárodní den šachu** - šach neboli šachy je velmi oblíbená společenská desková hra, určená pro dva hráče. Jako jedna z mála deskových her jsou šachy celosvětově uznávány i jako sport. Pro velkou oblibu šachového sportu byl pro jeho hráče a příznivce ustanoven právě dnešní den jako Mezinárodní den šachu.

Zdroj: internet