

**Z obsahu:** Představujeme paní Lenku Roučkovou a psa Dana | Se starostou na kafičko



## **SERIÁL NA POKRAČOVÁNÍ O VŠEM, CO BYSTE MĚLI VĚDĚT, NEŽ SE ROZHODNETE VYUŽÍT NAŠICH SLUŽEB**

V minulém čísle jsme došli až do situace, kdy je klientovi nabídnuto místo, potkáme se na sociálním šetření, máme dovybavený pokoj, nastěhované oblečení a osobní věci a je domluvený termín a čas stěhování klienta do našeho domova. Jak to celé bude probíhat dál?

### **Díl třetí: Stěhování do našeho Domova**

Nastupuje-li k nám klient z nemocniční péče, zpravidla jej přiveze sanitka. Ale čas přepravy neodkážeme nijak ovlivnit, pokud je to možné (dovolí-li to zdravotní stav klienta), je rozhodně lepší zajistit přepravu osobním autem rodiny. Stěhuje-li se klient do našeho Domova z domácího prostředí nebo z odlehčovací služby (či jiné sociální služby), musí jeho převoz zajistit rodina.

Opět, pokud to dovolí zdravotní stav klienta, je ideální, když jej rodina přiveze autem. Není-li převoz klienta osobním autem možný, může rodina zajistit převoz sanitkou Dopravní zdravotní služby Nemocnice Český Krumlov, za finanční úhradu.

Nástup do zařízení sociálních služeb je pro klienta velký krok do neznáma, který s největší pravděpodobností bude doprovázet strach a nejistota. Proto při nástupu do našeho Domova rodina svého blízkého pochopitelně doprovází. Poskytuje mu tak podporu nejen fyzickou, ale hlavně psychickou, citovou. A u nás se na klienta již všichni těšíme a uděláme vše pro to, aby se cítil dobře. Samotný nástup klienta je v našem Domově slavnostním rituálem. Máme již nachystanou kávu, bábovku, slavnostně prostřeno. Jako první klienta a jeho rodinu vítá pracovnice sociálního úseku a koordinátorka oddělení, které již společně byly u žadatele v domácím prostředí na sociálním šetření. Klienta i rodinu usadí, přivítají, nabídnou kávu a bábovku. Bábovka je takový symbol našeho nově vznikajícího vztahu, je to dárek od nás našemu novému klientovi a on se tak stává v tu chvíli naším hostitelem. A do tohoto milého, poklidného posezení se postupně přijde představit část vedení Domova – ředitelka, vedoucí zdravotního úseku, vedoucí pečovatelského úseku a vedoucí sociálního úseku. Všichni jdeme klienta pozdravit, představit se, přivítat a popřát mu v jeho novém Domově hodně spokojených dní. Poklidnou konverzaci se nám většinou podaří rozptýlit počáteční obavy a nejistotu klienta a možná i jeho rodiny. Teprve pak, v klidu, přistupujeme k administrativní části, k podpisům smluv, dohod a všech potřebných dokumentů. Následuje doprovod klienta a jeho rodiny na pokoj, představení a seznámení se spolubydlícím a doporučujeme rodině ještě nějaký čas strávit s klientem, než odjedou domů. Pochopitelně není to vždy stejné, musíme se přizpůsobit zdravotnímu stavu a možnostem klienta. A všimněte si prosím, že zde říkáme „musíme se přizpůsobit zdravotnímu stavu a možnostem klienta“. A tak to bude u nás vždy! Vždy se budeme přizpůsobovat klientovi, ne jeho rodině! Nemá-li rodina čas doprovodit svého blízkého do domova důchodců, vybavit pokoj, dovézt osobní věci předem, pak je nám líto, ale my nebudeme umět poskytnout službu, kterou hledáte, musíte se poptat jinde.

### Jak jsme si řekli již v prvním díle tohoto seriálu:

- když vašeho blízkého přijmeme, budeme o něj pečovat s láskou, úctou a respektem,
- k takové péči potřebujeme vždy spolupracující rodinu,
- převezmeme za vás většinu úkonů péče, administrativy, a i mnohé z lidského spolužití, pochopení, soucítění,
- ale rodina nejsme a nikdy být nemůžeme! Lásku rodiny nahradit neumíme, tu musíte dát svému blízkému vy. Tím, že budete trpěliví, budete jej navštěvovat a povídat si, budete cítit a chápat jeho pocity, smutky, strach, radosti a bolesti,
- pro nás je klientem váš blízký. Jeho přání pro nás bude vždy na prvním místě. Tedy prosím uvědomte si – bude-li chtít váš blízký ležet a odpočívat, je nám jedno, že vy chcete, aby tančil a zpíval, necháme jej ležet a odpočívat! Na tomto principu naše služby stojí, nekladte si prosím nereálné cíle a přání,

***Jedině spoluprací nás a vás dokážeme zajistit, aby poslední životní etapa vašeho blízkého byla klidná, spokojená, bez bolesti, stresu a podle jeho představ.***

***Tedy opakování – naše základní zásada: BEZ VÁS TO NEPŮJDE!***

Následující dny života vašeho blízkého u nás v Domově nazýváme dobou aklimatizace. Pokusíme se udělat vše, aby si náš klient u nás zvykl, aby se poznal a sprátelil s ostatními klienty, zaměstnanci, aby poznal zákoutí našeho Domova a zahrady. Postupně nového klienta představíme jeho spolubydlícím, ostatním klientům, necháme jej vybrat si místo na pravidelné jídlo, provedeme nebo provedeme jej celým Domovem a zahradou. V době aklimatizace klienta, která trvá většinou přibližně 3 měsíce, je mu věnována zvýšená pozornost tak, abychom si my zvykli na jeho potřeby, přání a zvyky a klient aby si zvykl na nový Domov, nové prostředí, nové lidi kolem sebe a přece jenom na nějaký zaběhlý chod Domova. Ano, snažíme se maximálně přizpůsobit individualitě klienta, ale nebudeme si nic nalhávat, jsme zařízení, ve kterém bydlí 100 klientů, určitý zaběhlý obecný rytmus prostě máme, máme také zvyklosti a pravidla.

Dál pak během času nastává běžný život klienta u nás. Pokud chce, zapojí se do nabízených aktivit, může svůj čas trávit dle svého přání a jak bude chtít – aktivně, procházkami a nebo i pasivně, na pokoji nebo sledováním televize. O běžném životě našich klientů najdete mnoho na našich www stránkách, ve fotogaleriích, na sociálních sítích.

Jsme rádi za funkční spolupráci rodin a moc vám za ni děkujeme. Ne vždy se to však podaří, ne vždy máme pocit, že je spolupráce s rodinou vzájemná. Tedy pojdme si říct i nepříjemné věci. Pokud jako rodina nejste s něčím spokojeni, přijďte to řešit s pracovníci sociálního úseku nebo s ředitelkou. Prosím nezvyšujte hlas na pracovnice přímé péče na odděleních, neúkolujte je a odpusťte si jízlivost a aroganci. Opravdu vše se dá v klidu vyřešit, na všem se dokážeme vzájemně domluvit. Někdy musíme my vám vysvětlit, proč to a ono děláme tak či onak. Jindy zase vy nám musíte vysvětlit, proč něco chcete či potřebujete jinak. Ale věříme, že vždy najdeme společnou cestu.

A také moc prosíme, uvědomte si i naši správnou pozici. Nejsme služky, jsme pečovatelé. Vašemu blízkému s úctou, láskou a ochotou pomůžeme, opečujeme jej, poskytneme vše, co potřebuje. Ale současně se snažíme do poslední chvíle zachovat jeho soběstačnost, zachovat jeho možnosti sebeobsluhy, jeho osobní kompetence. To znamená, že se snažíme, aby si drobné úkony, které ještě stále zvládne, udělal sám. Klidně pomalu, nikam nespěcháme, ale dokud si zvládne zapnout knoflíčky, donést jídlo lžící k ústům, podat si hrneček a sám se napít, dokud zvládne si říct, že chce červený svetr a ne modrý, podpoříme jej a pokusíme se tuto soběstačnost co nejdéle zachovat.

A také od vás potřebujeme doprovody vašich blízkých k lékaři, doprovod naším personálem je v podstatě nemožný. Praktický lékař jezdí do našeho Domova každé pondělí a středu, lékař je na místě schopen i drobných chirurgických výkonů. A velmi upřímně – v současné době k nám dojíždějí ordinovat ti nejlepší lékaři, které si pro své blízké můžete přát! Jezdí k nám ordinovat i psychiatr a neurolog. Ale na vyšetření do nemocnice nebo ke specialistům musejí naši klienti dojíždět, někdy i do Českých Budějovic. Dokážeme klienty objednat, zařídit vyšetření, zajistit

sanitku, ale pokud to zdravotní stav vašeho blízkého vyžaduje, je potřeba vaší spolupráce. Stačí, když na svého blízkého počkáte v domluvený čas na domluveném místě a doprovodíte jej na vyšetření. Zpět opět pojedete sanitkou. Sestřičky z ordinace vám předem zavolají a podají přesné informace. A moc děkujeme, že to chápete a na svého blízkého si čas uděláte.

Tímto třetím dílem bychom byli vlastně u konce našeho povídání. Ale nejsme. V dalším díle nás čeká povídání nejnáročnější, povídání o konci života, o odcházení, doprovázení. Není to jednoduché téma, v naší společnosti je smrt stále tabu a málo se o tomto tématu mluví. Ale musíme, musíme si přiznat, že smrt opravdu potká každého z nás. Je dobře toto téma otevřít, je dobře si na myšlenku konečně zvyknout a přijmout ji jako realitu.

Ale o tom až v dalším čísle.

## PŘEDSTAVUJEME: PANÍ LENKA ROUČKOVÁ A JEJÍ DAN

I v dnešním čísle pokračujeme v představování zajímavých lidí, kteří s naším Domovem spolupracují. Lenka Roučková jezdí do našeho Domova již 7 let. Jejím oborem je canisterapie, tedy terapie se psy. Jezdila k nám i s morčetem nebo králíkem. Nicméně její specializace je canisterapie, a tak jezdí s na-

pravo úžasným černobílým parťákem Danem. Canisterapie je jednou z metod rehabilitace, která je prováděna formou individuální nebo skupinovou, kde pes je výborným společníkem, ale i výchovným prostředkem pro klienta. Canisterapie obsahuje psycho-rehabilitační, výchovné, vzdělávací a aktivační

činnosti, zprostředkovává kontakt se společenským prostředím, obsahuje sociálně terapeutické činnosti, relaxační a fyziorehabilitační techniky.

Pojem canisterapie znamená „canis“ – latinsky pes a „terapie“ – léčba, což představuje zapojení psa jako léčebného prostředku, který působí pozitivním vlivem



na zdraví člověka. Zjednodušeně řečeno „lčba psí láskou“. Hlavním aktérem těchto aktivitací je pro klienty pes Dan. Jde o psí plemeno Border kolie, které se řadí k nejinteligentnějším plemenům, je to učenlivý a pracovitý pes. Je to velmi živé, aktivní, pozorné a obratné plemeno. Border kolie je neagresivní plemeno, jsou to velmi citliví psi a potřebují jemné vedení, často jsou schopni předvídat povely předem. Pokud je Border kolie správně socializovaná a dostatečně zaměstnaná, je z ní nenahraditelný společník.

#### **Co o Danovi víme?**

„Dan se vlastně jmenuje Alfie Moutain from Wet Meadows, narodil se 20. 6. 2016 v Litvínovicích u Českých Budějovic. Je z deseti štěňat a jeho matka Angie je sestrou fenky Bony, která je součástí naší psí smečky. V té době jsem vůbec neuvažovala, že bychom měli tři psy. Mohla za to nevinná návštěva u kamarádky, která má fenku Angie (Danovo matka) a té se narodilo deset štěňat. Devět štěňat už mělo svého budoucího pánička a Dan ještě neměl. Bylo mi ho líto a doma jsem přednesla, že je to úžasný pejsek a bylo vymalováno. Daníčka jsem si přivezla domů mezi naše dvě fenky. Brzo se ukázalo, že má skvělou a klid-

nou povahu, proto ve svých dvou letech složil caniterapeutické zkoušky s výsledkem: prospěl na výbornou a mohl začít docházet do zařízení,“ říká o Danovi Lenka Roučková.

K nám do Domova důchodců v Horní Plané dochází Dan pravidelně a se svou paničkou Lenkou tvoří zkrátka výborný tým! To potvrzujeme, jejich návštěvy u nás jsou velmi žádané a radostně očekávané!

#### **A co víme o Lence Roučkové?**

Necháme na ní, aby nám o sobě něco řekla.

„Narodila jsem se v Táboře, ale od dětství bydlím v Prachaticích, kde mám svou rodinu. Mám dvě už dospělé děti, dceru Alču (24 let) a syna Martina (19 let). Vyučila jsem se dámskou krejčovou s nástavbovým studiem ukončený maturitou. Od roku 1995–2008 jsem pracovala jako městský strážník v Prachaticích, po druhé mateřské dovolené jsem začala soukromě podnikat v oboru zakázkové krejčovství. V této době jsem se rozhodla, že si pořídím psa. Vyhrálo plemeno Border kolie pro svou učenlivost, temperament a milou povahu. Fenka Mia se stala součástí naší rodiny, je moc přátelská, učenlivá a ve dvou letech složila základní zkoušky z poslušnosti.

V roce 2014 jsem dostala



nabídku od ředitelky Hany Vojtové z Domova seniorů Mistra Křišťana v Prachaticích si vyzkoušet s Miou canisterapii. Poté jsem s Miou absolvovala kurz a zkoušky a stal se z nás plnohodnotný canisterapeutický tým. V té době jsem navštěvovala dvě zařízení – Domov pro seniory Mistra Křišťana v Prachaticích, kde jsem působila v pracovní pozici pečovatelka v přímé obslužné péči a Domov se zvláštním režimem Pomněnka v Protivíně, kam jezdím i v současné době. Mezi tím jsem si pořídila druhého psa, fenku Bony, která začínala po absolvování canisterapeutického výcviku ve vašem Domově důchodců v Horní Plané. V současné době navštěvuji tři zařízení, a to váš Domov důchodců v Horní Plané, Domov se zvláštním režimem Pomněnka Protivín a Domov pro seniory Pohoda Netolice. Do těchto zařízení docházím se psem Danem, jelikož je velice klidný a má rád společnost starších lidí. Fenka Mia je už psí senior a fenka Bony občas zavítá do předškolního nebo školního zařízení, má velkou trpělivost s dětmi.“

**Lenko, můžu se Vás zeptat, jak jste se k této zajímavé práci dostala? Je canisterapie Vaším zaměstnáním nebo koníčkem?**



„Vnímám, že canisterapie nemůže být jen zaměstnání, ale hlavně koníček. Vidíte, jak pozitivní vliv má pes na klienty. Pes jim přináší radost, těší se z jeho přítomnosti. Proto mohu canisterapii praktikovat jako můj koníček, jelikož mi to umožňuje moje současné zaměstnání.“

**A jak moc náročná práce se zvířaty je?**

„Od dětství miluji zvířata, mám ráda jejich přítomnost, baví mě si s nimi hrát a učit je novým trikům. Je to sice časově náročné, ale pokud jsou zvířata součástí vašeho života, tak to nevnímáte. Celý svůj život jsem obklopena zvířaty, ať to byl křeček, králík, morče, kočka nebo pes. Pokaždé zvířata dostanou potřebnou péči a lásku, proto s nimi není náročné pracovat a učit. Někdy se mě lidi

ptají, jak jste to toho psa naučila? Většinou odpovídám, že ani nevím, že to šlo samo.

V současné době mám tři psy, nestarší je fenka Mia (12 let), která vše odstartovala, fenka Bony (10 let), se kterou jsem začínala v Domově důchodců v Horní Plané, a pes Dan (7 let), který v současné době navštěvuje tři zařízení sociální služby.“

**Řekne nám o sobě ještě něco zajímavého? Víte, že jste právě dokončila studium vysoké školy. Můžu se zeptat, jaký obor jste studovala a co Vás k tomu vedlo? Jak jde studium vysoké školy skloubit s rodinou a zaměstnáním?**

„Nedovedla jsem si představit, že bych mohla mít vystudovanou vysokou školu, byl to pro mne nedosažitelný cíl, ale nemožné se může stát skutečností. Vše začalo na třídní schůzce dcery, kde se řešilo, zda bude dcera pokračovat ve studiu na vysoké škole a na jaké vysoké škole. Dcera si vybrala vysokou školu v Příbrami, obor všeobecná sestra. S třídní učitelkou jsme si povídaly také o mé práci v domovech pro seniory a při tom jsem zjistila, že v Příbrami je i obor sociální práce. Třídní učitelka mě přivedla na nápad, abych to také zkusila, že se navzájem budeme

s dcerou podporovat. Obor sociální práce mě oslovil, jelikož mám zkušenosti s mentálně postiženými, seniory, v charitě v sociální oblasti a chtěla bych se tomuto oboru v budoucnosti věnovat. Na tento podnět jsem si také podala přihlášku jako dcera na vysokou školu v Příbrami, ale na obor sociální práce. Po dobu studia na vysoké škole to bylo dost náročné. V zaměstnání mi vyšli vstříc,

pracuji v Prachaticích jako městský strážník na směny a bylo tak snažší si plánovat volno na školu. Možná jsem to měla trochu jednodušší, než některé spolužačky, protože mám dospělé děti a bylo více času na učení. Naproti tomu bylo zase těžší se učit, nešlo to tak dobře jako v mladším věku. Rodina mě po dobu studia opravdu hodně podporovala a pomáhala, hlavně v období zkoušek.

Sen se stal skutečností, právě jsem dokončila bakalářské studium na VŠZaSP sv. Alžběty – Ústav sv. Jana Nepomuka Neumanna v Příbrami v oboru Sociální práce. V budoucnu bych ráda pracovala v sociální oblasti a našla uplatnění.“

Moc Vám děkuji za rozhovor. A hlavně děkuji za to, že k nám jezdíte dávat lidem radost a krásné zážitky!



## Na kafičko se starostou

***Koncem srpna jsme měli krásnou a jedinečnou možnost potkat se se starostou Města Větrní Mgr. Antonínem Krákem. Jeho nápad pozvat občany svého města na kafičko a dortík nás všechny potěšil a jednoznačně jsme ocenili jeho originalitu!***



Někteří starostové jezdí za svými občany pravidelně na Vánoce, to ano, pan starosta Krák také. A právě o Vánocích měl nápad, že by se mohli potkat i jindy než na Vánoce, třeba v létě. Časově se podařilo toto setkání uskutečnit v srpnu, vzhledem k nadprůměrným teplotám letošního léta jsme se před horkem a sluncem ukryli v prostorách naší zimní zahrady.

Setkání bylo moc milé, klienty navštívil pan starosta Mgr. Antonín Krák, pan místostarosta MUDr. Jaroslav Vojtíšek a vedoucí odboru vnitřních a sociálních věcí Bc. Kateřina Šustrová. Poseděli jsme, popovídali, probrali co je ve Větrní nového. Návštěva přivezla svým občanům drobné dárečky a výborné občerstvení.

Moc děkujeme a těšíme se

na další shledání. Je to fajn nápad a možná také námět pro ostatní starosty.

Když budete potřebovat utéct od té obrovské kopice práce a odpovědnosti a na chvilku se schovat v prostředí, kde vládne úplně jiné starosti, přijďte k nám si popovídat se svými občany, přijďte na kafičko!



## PÉČE O NAŠ SKVOST, NAŠI ZAHRADU

Nás Domov se pyšní nádhernou a velkou zahradou. Máme opravdu na co být hrdí, zahrada je skutečnou oázou klidu, pohody, přírody a krásy. O zahradu se velmi pečlivě starají všichni naši pracovníci z úseku údržby, ruku k dílu přiloží i pečovatelky s klienty a velkou část péče o zahradu převzala i naše aktivizační pracovnice Pavla Hrubá. Ale jednou za pár let musíme i u nás povolát profesionály a nechat bujnou vegetaci prořezat a prostříhat odborníky. Již podruhé se této práce ujalo zahradnictví Jaroslav Oupic z Českých Budějovic. Moc děkujeme za citlivou, ale důraznou úpravu zahrady. Je pravda, že šest pořádných chlapů mělo co dělat několik dní. A odvezený materiál, prořezané větve, vydal na několik nákladních aut. Zahrada nám bude dělat radost i do dalších let, po zimním odpočinku ještě musíme ošetřit ovocné stromy a keře a těšíme se na příští úrodu.

Součástí zahrady jsou také tři skleníky, kde klienti za podpory pečujících pěstují zeleninu – rajčata, okurky, papriky. Z úrody mají vždy radost a další radostí je pak společné zpracování a konzumace vlastní vypěstované zeleniny.





A nedílnou součástí naší zahrady je i „lesoviště“. V okolí velké borovice vytvořili naši údržbáři před několika lety kus divoké přírody, zkrátka neudržovaný les. Rostou nám tady lesní maliny, borůvky, někdy i houby, povaluje se zde paroží. I takový kus zahrady je potřeba, abychom si připomenuli, jak to vlastně v lese vypadá. Abychom si mohli sami utrhnout zralou malinu, ochutnat utrženou borůvku.

Tak zahrado, děkujeme za krásné chvíle a přejeme pěkný zimní odpočinek. Těšíme se na jaro a na další zahradní sezónu.



## CO ZAJÍMAVÉHO JSME V PŘEDCHÁZEJÍCÍCH MĚSÍCÍCH PODNIKALI?

Během celého léta pravidelně pokračují **odpoledne se zmrzlinou od Drobečka** a také pravidelné **povídání o Šumavě s panem Činátlem z Kájova**.



Léto bylo ve znamení akcí a zábavy. Uskutečnil se tolik očekávaný **výlet do Prachatic**, kterého se zúčastnilo deset klientů a tři zaměstnanci jako doprovod. V Hospici sv. Jana Neumanna jsme si prohlédli zahrady. Odtamtud jsme se pomalu přesunuli na prachatické náměstí, kde jsme se u kašny osvěžili a pak jsme již spěchali na něco dobrého do cukrárny.

Tento výlet se mohl uskutečnit díky projektu Ježíškova vnoučata a umožnil nám ho pan Petr Zahradník s panem Měchurou, kteří nás svými auty na výlet vyvezli. Ještě s nimi v říjnu plánujeme výlet do Českého Krumlova do zámecké zahrady.

***Oběma moc děkujeme za jejich ochotu a vstřícnost!***



V srpnu nás velmi překvapilo a pobavilo krásné **vystoupení pana Radka Jareše a jeho papoušků**. Skutečných, živých, krásně barevných papoušků. Radek Jareš si pro nás připravil zajímavou přednášku spojenou s ukázkou exotických papoušků. Chová jich asi 70, navíc má doma například i několik opiček. Naši klienti se mohli seznámit s papoušky ara, žako kong, korelou chocholatou

a dalšími. Papoušci byli představeni a následně ukázali něco ze svých obdivuhodných akrobatických kousků. Kdo chtěl, mohl se s papoušky samozřejmě i vyfotografovat na památku.



Koncem srpna se měly konat již tradiční sportovní hry a odpolední grilování. Protože nám počasí nepřálo, místo sportovních her se uskutečnily **Lesní hry s paní Heřmánkovou** z Vojenských lesů. Ta měla připravené různé poznávačky a skládačky se zvířaty, vyráběli jsme dřevěné medaile. Odpoledne nám na jídelně pro dobrou náladu zahráli a zazpívali manželé Libertinovi, kteří vystupují pod zvukným názvem Duo JZD.

Plánované **grilování** jsme s ohledem na počasí museli odložit na začátek září. Ale to už bylo opravdové babí léto a tak jsme si to krásně užili, seděli jsme na terase, pili pivo a jedli klobásy. Hrála nám reprodukováná hudba a bylo dobře.



V letošním létě také začala naše nová **spolupráce s knihovnou v Horní Plané**. Od půlky září chodíme do místní knihovny, kde máme možnost si půjčit knížky i časopisy. Paní knihovnice Dita Šárová nám vždy pomůže s výběrem knih, ochotně poradí. O některých vybraných knihách si také povídáme, naposledy jsme zavzpomínali na školní četbu knihou Babička.

A i literární kvízy nás baví, rádi bystríme a procvičujeme paměť. V knihovně, je vždy dobrá atmosféra. Z knihovny si zajdeme ve městě do cukrárny nebo v Kulturním a informačním centru o patro výše na výstavu, která se tam často obměňuje.



A jedním z nejkrásnějších zážitků za poslední dobu se pro nás stal **výlet po Lipně parníkem**. V rámci projektu Ježíškova vnoučata nás o Vánocích oslovila poslankyně Poslanecké sněmovny ČR paní Pavla Pivoňka Vaňková. Tehdy nám splnila jedno z největších přání – darovala nám voucher na výlet parníkem po Lipně. A své slovo splnila do puntíku! Jedinečný výlet se uskutečnil v neděli 1. října na Mezinárodní den seniorů. Na výlet parníkem jelo 26 klientů a 13 zaměstnanců jako doprovod. Paní poslankyně Pavla Pivoňka Vaňková a její tým nám připravili spolu se společností Lipno-Line krásnou, téměř hodinu a půl dlouhou plavbu po Lipenském jezeře. Bylo na co se dívat, co obdivovat, břeh je z pohledu z vody zase úplně jiný. Paní poslankyně si popovídala se všemi klienty, zajímala se o jejich život, ptala se, jak jsou v Domově spokojeni, jak se jim žije. A co víc, nezapomněla na svůj slib z Vánoc! Panu Vačkářovi přivezla CD od skupiny Babouci s vlastnoručními podpisy členů skupiny! To byla opravdu velká radost! Sliby se mají plnit nejen o Vánocích 😊. Výlet byl skvělý, přestože byl opravdu fyzicky náročný pro všechny, užili jsme si jej společně a vesele.

Děkujeme a těšíme se na další společné zážitky.



## DALŠÍ FOTKY Z NAŠICH AKCÍ





## KAŽDOROČNÍ HODNOCENÍ SLUŽBY

Jako tradičně každý rok se i letos uskutečnilo **dotazníkové šetření**, týkajícího se spokojenosti s námi poskytovanou službou. Anonymním dotazníkem byli osloveni jak klienti naší služby, tak jejich rodiny. Za všechny odpovědi a podněty děkujeme jak našim klientům, tak jejich rodinám! Tato zpětná vazba je pro nás velmi důležitá, jsme rádi, když víme, zda jsou naši klienti a jejich rodiny s naší službou spokojeni. A jsme i rádi za konkrétní připomínky a náměty, vždy se snažíme se jim věnovat a řešit je. Výsledky dotazníkového šetření jsou zveřejněny na našich stránkách a v prostorách recepce Domova.

## NA CO SE MŮŽEME V NADCHÁZEJÍCÍM ČASE TĚŠIT?

### Přichází zima, blíží se čas adventu, čas Vánoc.

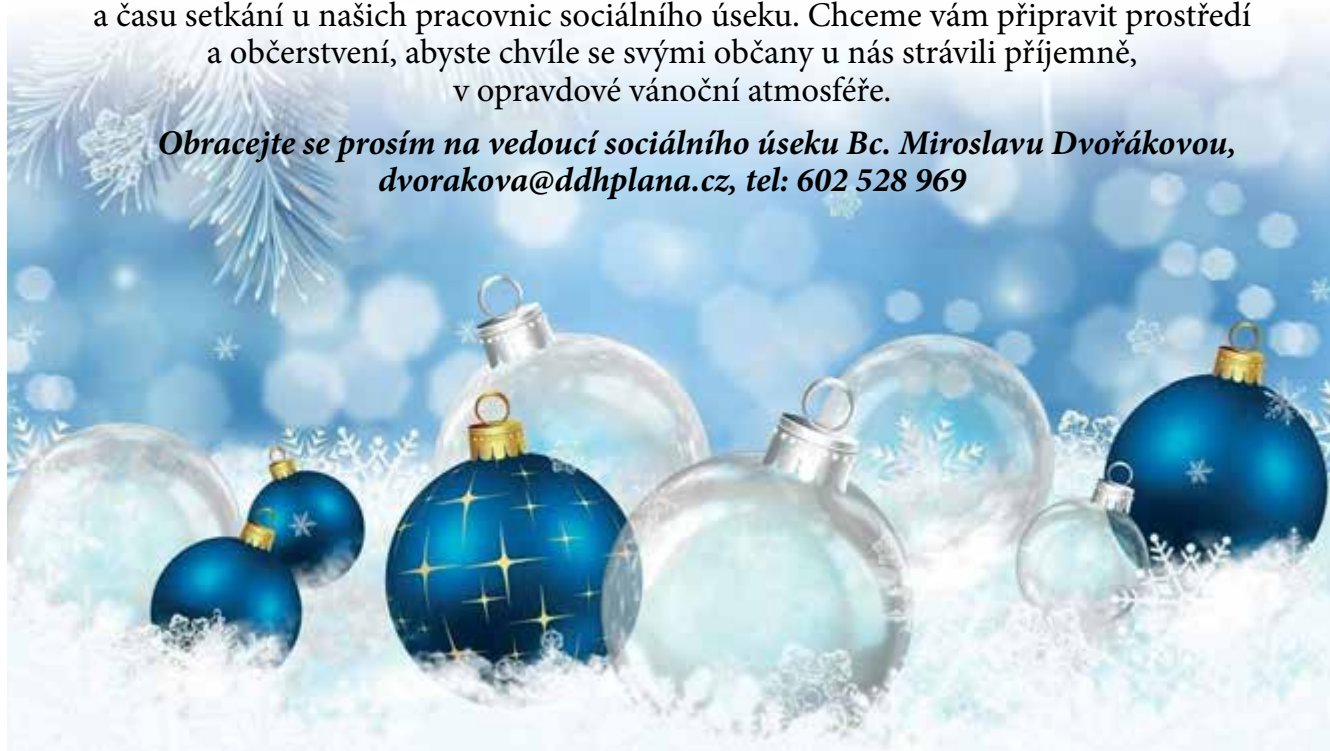
*Plánujeme, jako každý rok, mnoho zajímavých akcí, na které se jistě všichni těšíme.  
Tady je krátký přehled těch již pevně naplánovaných:*

- 2. prosince** – Vánoční jarmark u A. Stiftera, Město Horní Planá
- 7. prosince** – druhý Vánoční jarmark Domova důchodců Horní Planá – na terase DD, pro klienty od 13 hodin, pro veřejnost od 15 do 17 hodin
- 12. prosince** – koncert skupiny Bonsai č. 3 – jídelna Domova důchodců, není určeno pro veřejnost
- 13. prosince** – Česko zpívá koledy, jídelna DD od 18 hodin, určeno i pro veřejnost
- 19. prosince** – koncert sboru Krumlovští pištcí – jídelna Domova důchodců, není určeno pro veřejnost
- 21. prosince** – VÁNOCE NA NEČISTO S ŽIVÝM BETLÉMEM, není určeno pro veřejnost

**A během celého prosince budou probíhat návštěvy starostů a představitelů obecních samospráv u svých občanů, klientů našeho Domova.**

Prosíme všechny obce o včasnou registraci termínu a času setkání u našich pracovníků sociálního úseku. Chceme vám připravit prostředí a občerstvení, abyste chvíle se svými občany u nás strávili příjemně, v opravdové vánoční atmosféře.

***Obracejte se prosím na vedoucí sociálního úseku Bc. Miroslavu Dvořákovou, [dvorakova@ddhplana.cz](mailto:dvorakova@ddhplana.cz), tel: 602 528 969***



## NÁŠ RECEPT

### *Jedním z typických podzimních jídel je bezesporu dýňová polévka.*

**Ingredience:**

650 g dýně Hokaido (bez semínek)  
1 střední brambora  
1 mrkev  
1 cibule  
500 ml kuřecího vývaru  
700 ml vody  
1 lžice másla  
2 lžice smetany ke šlehání  
mletý zázvor, muškátový oříšek  
pepř, sůl

**Na ozdobu:**

zakysaná smetana  
dýňová semínka, dýňový olej

**Postup:**

Nejoblíbenější příprava dýně Hokaido je pečení. Vynikne tak více její vůně a navíc pokud máme dýně větší množství, než na recept potřebujeme, můžeme pak jednoduchým rozmixováním pečené dýně a přidáním vody připravit dýňové pyré, které lze uchovávat v mrazáku. Výhodou dýně Hokaido je to, že se nemusí loupat, čímž velmi usnadní její přípravu.

Dýni zbavíme semínek a i se slupkou nakrájíme na větší kousky, které rozložíme na plech s pečicím papírem a pečeme při 200 °C cca 40 minut. Dýně musí být na konci krásně měkká.

V hrnci si na lžici másla orestujeme najemno nakrájenou cibulku a kolečka mrkve. Přidáme trochu mletého zázvoru a zalijeme vývarem a vodou. Vše osolíme, opepříme a přidáme na malé kostičky nakrájenou bramboru. Vaříme mírným varem pod pokličkou 15 minut a následně přidáme pečenou dýni, 2 lžice smetany a dalších 5 minut povaříme. Polévku nakonec rozmixujeme dohladka tyčovým mixérem, dochutíme muškátovým oříškem a dle potřeby ještě dosolíme. Pokud máte rádi polévku méně hustou, naředte trochou horké vody.

Servírujeme s kopečkem zakysané smetany a slanými dýňovými semínky, které si můžete připravit sami doma v troubě, nebo koupit v kterémkoliv supermarketu.

Polévku je možné také dochutit kapkou dýňového oleje, který má opravdu výraznou aromatickou chuť.