

Z obsahu: Arteterapie – terapie uměním | Naše nabídka akcí a činností na rok 2024



Začátek kalendářního roku bývá pro nás ještě mnohem náročnější, než jeho konec. A letos tomu nebylo jinak. Právě z tohoto důvodu jsme nezvládli vydat samostatné první číslo čtvrtletníku, proto jsme stejně jako loni spojili číslo 1 a číslo 2 a vychází dnešní DVOJČÍSLO.

STŘÍPKY Z DOMOVA

Rekonstrukce hlavní spojovací chodby

V dubnu jsme se pustili do dlouho odkládané opravy naší hlavní spojovací chodby. V prostoru mezi recepcí, ordinací a všemi třemi hlavními směry na budovy A,B a C pokládáme nově místo koberce dlažbu. Jde o poměrně velmi náročnou stavební akci, prostor je středem našeho Domova, je to vlastně hlavní komunikační uzel. Pak Stoika, který nám dlažbu pokládá, dělá co může, ale potřebné technologické přestávky a i nutnost bouracích prací si vynutili plné uzavření chodby na jeden týden, další týden pak byla chodba uzavřena částečně. Ale rozhodně se to vyplatilo, povedlo se tento prostor udělat bezbariérově, nejsou nikde ani přechodové lišty, zkrátka jde o velmi komfortní úpravu ve vztahu k pohybu nás všech. Celá tato akce pokračuje pokládkou speciálních povrchu na šikmé spojovací chodby v přízemí a v prvním patře.



Při náročné rekonstrukci hlavní chodby staré koberce nahradila nová dlažba.

Během prvního čtvrtletí letošního roku jsme zavedli mnoho nových aktivit. Proto si pojdme některé z nich blíže představit. A s nimi pochopitelně představíme i jejich protagonisty, lidi, kteří neváhají a obětují svůj volný čas pro nás, abychom s nimi mohli strávit příjemné a užitečné chvíle.

Malba – terapie uměním

Jde pro nás o zcela novou formu aktivity, kterou našim klientům nabízíme. Terapie uměním je vlastně jeden ze základních proudů arteterapie, kde je kladen důraz na léčebný potenciál tvůrčí činnosti samotné a pracuje se zde s procesem výtvarné tvorby. Arteterapeutické postupy jsou zacíleny na léčebné kognitivní, motivační a emocionální aspekty: sebevyjádření, aktivizace, sebepoznání, osobnostní růst, podpora vývoje, změna stereotypů, zmírnění úzkosti, uvědomění, náhled, řešení problémů, odhalení nevědomého materiálu, katarze, zpracování konfliktů, podpora a rozvoj tvořivosti v rámci harmonizace osobnosti, adaptivnější zacházení s emocemi a kultivace obranných mechanismů.

Pro náš nápad nabídnout klientům i možnost terapie malbou jsme získali skvělého malíře a stejně tak i skvělého člověka, pana Bohumíra Nowaka. Mgr. Bohumír Nowak v současnosti působí jako pedagog na střední škole v Českých Budějovicích, jako učitel výtvarných předmětů. Své výtvarné tvorbě se věnuje ve svém ateliéru v Hamerském mlýně ve Starých Dobrkovicích nedaleko Českého Krumlova. Jeho obrazy jsou inspirovány místní krajinou,



krásou přírody a uměním. Tvoří nejrůznějšími technikami a styly. Věnuje se i dřevořezbě a tvorbě z keramické hlíny. Položili jsme tedy našemu malíři pár otázek, na které nám ochotně odpověděl.

Bohumíre, mohu se zeptat, co tě přivedlo ke spolupráci s Domovem důchodců Horní Planá?

Byl jsem pozván ke spolupráci a k vedení malířských kurzů v DD. Tuto nabídku jsem radostně přijal, proto že jsem již delší dobu chtěl svou nynější pedagogickou a výtvarnou činnost rozšířit o práci se seniory. Získávám touto spoluprací možnost obohatit se zkušenosti a náhled na svět této generace.

Vím, že jsi pedagog, učíš středoškoláky. Jak vnímáš práci se seniory, je to jiné než práce se studenty?

Pracuji na střední škole v Českých Budějovicích na Waldorfském Lyceu. Jako pedagog výtvarných předmětů, zde mám mnoho vyžití. Vyučuji zde nejen výtvarnou výchovu, ale i řezbářství, práci s keramickou hlínou a kovářství. Práce s mladými lidmi je pro mě naplňující a velmi osvěžující. Pracuji s vnitřní motivací jednotlivých studentů a snažím se je k ní při práci vést pomocí vzájemného respektu.

Práce se skupinou seniorů je v tomto ohledu podobná. Snažím se navíc práci strukturovat tak, aby byla dobře srozumitelná. Podstatné je pro mne, aby výtvarná činnost přinášela jak radost z objevování něčeho nového, ale i z překonání obav z tvoření.

Bohumíre děkujeme za tvé odpovědi. A hlavně moc děkujeme za ochotu a vstřícnost, s jakou jsi náš nápad na spolupráci přijal.



A další nově zapojené aktivity a jejich protagonisty vám představíme v dalším čísle časopisu.

PŘEDSTAVUJEME

Poprvé v historii našeho Domova jsme rozšířili svůj tým o druhou aktivizační pracovníci. Nabízíme již tolik aktivit a akcí, že nebylo v silách naší Pavly vše zodpovědně stihnout. Proto vítáme v našich řadách posilu, Kristýnu Lorencovou. A něco o Kristýně:

Pracovní pozice: aktivizační pracovníce

Věk: 28 let

Vzdělání a práce: Po ukončení místní základní školy v Horní Plané jsem nastoupila na Střední školu obchodu, služeb a podnikání, kde jsem se vyučila kadeřnicí. Má cesta kadeřnice započala



v obchodním domě Mercury v Českých Budějovicích, konkrétně v kadeřnictví Klier. Poté jsem přestoupila do kadeřnictví Benedikt jako OSVČ, také v Českých Budějovicích, kde jsem několik let i bydlela. Také jsem si na pár měsíců vyzkoušela práci jako prodavačka v obchodě s oblečením – Cropp. Na následující 3 roky jsem se přestěhovala do Prahy, kde jsem nejprve pracovala ve firmě Holky úklidovky, která se zaměřuje na ekologický úklid, s minimálním dopadem na životní prostředí. Zároveň jsem dělala osobní asistentku a manažerku produkce ve firmě Lemarket, která podporuje české a slovenské designéry. Před odchodem z Prahy jsem se ještě zhruba rok starala o dvě děti. Díky životu ve velkoměstě jsem si uvědomila, že mi chybí klid, rodina a kamarádi, které mám právě v Horní Plané. Proto

jsem se rozhodla, vrátit se zpět. Má práce v Domově důchodců je zatím v začátcích, ale už teď mě naplňuje.

Rodina: Má rodina je s Horní Planou a jejím okolím spjatá velmi dlouho. Dětství jsem strávila s rodiči, starší sestrou, s babičkou a dědou. Máme však rodinu i v jiných koutech Česka, se kterou se často navštěvujeme. Naší oblíbenou akcí je „grilování kuřat“ na chatě v Hodňově, při které se vždy všichni sejdeme a povídáme si rodinné historky.

Co mě v životě baví a co mám ráda: Procházky v přírodě a čas strávený s přáteli je to, co mě nejvíce naplňuje. Okolí Horní Plané je pro tyto aktivity jako stvořené, ať už jsou to túry po kopcích či procházka na břehu Lipna. Jsem velmi společenská a každou volnou chvíli trávím s mými přáteli... a že jsem jich za svůj celkem ještě krátký život

potkala! Máme skvělou partu lidí, kde se známe všichni už od malička a i přesto, že už žijeme své „dospělácké“ životy a nemáme tolik času nazbyt, snažíme se využít každé příležitosti k setkání. A o to jsou pak naše společně strávené chvíle vzácnější. Už jako dítě jsem se účastnila všelijakých akcí pro děti, různých výletů, přespávacích či táborů. Moje nadšení mě neopustilo ani v pozdějším věku a stala jsem se vedoucím zájmového kroužku. Sice jsem kvůli svému pracovním povinnostem tuto moji zálibu poslední dobou opomíjela, ale věřím, že se k tomu jednou vrátím zase naplno.

Velmi ráda také vymýšlím nové věci a aktivity, nemám ráda nudu. Snažím se žít upřímně a hlavně naplno, baví mě cestování, mám ráda dobré jídlo a nepohrdnu ani povedeným večírkem.

NAŠE NABÍDKA KULTURNÍCH A SPOLEČENSKÝCH AKCÍ A AKTIVIZAČNÍCH ČINNOSTÍ

Hodně jsme zapracovali na zpřehlednění nabídky našich aktivit a služeb. Pokusili jsme se je dát do jednoho dokumentu tak, abyste měli přehled, co všechno nabízíme, můžeme zprostředkovat nebo pomoci zařídit. Tento dokument v tištěné formě je vám k dispozici v zásobnících tiskovin na chodbách Domova. A jak ještě jinak nejlépe vás všechny informovat? Myslíme si, že právě zde je na to to správné místo.

Kulturních a společenských akce a aktivizační činnosti pro rok 2024

U některých aktivit, kde je nutné regulovat počet účastníků, je potřeba se přihlásit předem u Pavly Hrubé nebo u Kristýny Lorencové. Nabízené služby je možné poskytnout pouze v případě dostatku personálu, který služby zajišťuje, a v případě volných kapacit u soukromých podnikatelů, kteří služby nabízejí.

S vaším přáním se prosím obračejte na pracovnice sociálního úseku: Dvořáková Miroslava, Suchá Jitka (A), Matejková Zuzana (B), Mazáková Martina (C), Hrubá Pavla, Lorencová Kristýna.

Nabídka služeb péče o tělo:

- **Pedikúra, manikúra** – základní bezplatné ošetření nehtů provádějí pečovatelky v rámci pravidelné hygieny. Dále je možné využít nabídky profesionální pedikérky paní Ludmily Muchové. Paní Muchová dochází do našeho Domova, objednání k této pedikérce zajistí pečovatelky na jednotlivých odděleních. Tato služba je zpoplatněna ceníkem podnikatelky, klientům našeho Domova je poskytována sleva z běžných cen pedikérky.
- **Kosmetické služby** – je možné využít nabídky kosmetičky Jany Abrlové, dochází do našeho Domova zpravidla 1x měsíčně po domluvě, objednání zajistí pracovnice sociálního úseku Pavla Hrubá. Tato služba je zpoplatněna ceníkem podnikatelky, klientům našeho Domova je poskytována výrazná sleva z běžných cen podnikatelky. Dále je možné využít nabídky komerčních subjektů v okolí – Pojslová tel. 724 919 209, Dvořáková tel. 606 916 753. Tyto služby může na vaši žádost zprostředkovat pracovnice sociálního úseku, úhrada dle ceníku poskytovatele.
- **Kadeřnictví** – základní bezplatnou úpravu účesu (umytí a vyfoukání vlasů) provádějí pečovatelky v rámci pravidelné hygieny. Dále je v přízemí budovy C zřízeno kadeřnictví. Kadeřnické služby poskytují pracovnice našeho Domova, které jsou vyučené v oboru kadeřník. Služby poskytují zdarma, pouze za úhradu potřebného materiálu jako je barva, přeliv nebo

trvalá. Dále je možné využít komerční nabídky v okolí – například: Gabriela Cihlářová, Náměstí 8, Horní Planá, tel. 724 502 492, Čerklová Dana, Náměstí 45, Horní Planá, tel. 736 188 652, Kostínková tel. 774 654 735. Tyto služby může na vaši žádost zprostředkovat pracovnice sociálního úseku, úhrada dle ceníku poskytovatele.

- **Masáže** – je možné využít nabídky masérských služeb paní Lucie Štěpánkové. Paní Štěpánková dochází do našeho Domova, poskytuje masáže přímo na pokoji klienta nebo v prostorách „rehabilitace“ našeho Domova. Objednání k této masérce zajistí pečovatelky na jednotlivých odděleních. Tato služba je zpoplatněna ceníkem podnikatelky, klientům našeho Domova je poskytována sleva z běžných cen masérky. Dále je možné využít komerční nabídky v okolí, například: masážní studio Relaxa - Zabilková, Náměstí 45, Horní Planá, tel. 603 761 256, Marie Nedvědová, Náměstí 45, Horní Planá, tel. 724 505 417, Harmonie zdraví – pan David Palkovič, tel. 777 885 988. Tyto služby může na vaši žádost zprostředkovat pracovnice sociálního úseku, úhrada dle ceníku poskytovatele.
- **Cvičení** – v rámci bezplatných aktivit poskytujeme pravidelnou možnost cvičení s overballem, s malými masážními míčky, s odporovou gumou, celkové protažení těla, cvičení na židlích a jiné cvičení vhodné pro seniory. Aktuální informace najdete vždy na nástěnkách nebo vám budou nabídnuty ráno při podání denních informací u snídaně.
- **Motomed** – v prostorách „rehabilitace“ našeho Domova nabízíme zdarma možnost cvičení pohybu nohou a rukou na přístroji Motomed.
- **Masážní křeslo** – v prostorách „rehabilitace“ našeho Domova nabízíme zdarma možnost masáže na masážních podložkách v křesle.
- **Nácvik chůze ve vysokém chodítku** – nabízíme zdarma nácvik chůze ve vysokém chodítku.

Výuka dovedností:

- Vždy první pátek v měsíci (po křesle s ředitelkou) je od 13,30 do 14,00 na recepci k dispozici Miroslava Dvořáková, která vám pomůže se základním ovládním nebo nastavením chytrého telefonu nebo tabletu a jinými technickými problémy.
- Základní dovednosti ovládní počítače, tabletu a chytrého telefonu – dle vašeho zájmu zajistíme komerčním subjektem výuku počítačových dovedností, základní ovládní počítače, telefonu, tabletu.
- Vzdělávání v oblasti bezpečnosti v počítačovém světě – dle vašeho zájmu zajistíme přednášku o základní bezpečnosti na sítích a ve virtuálním světě.
- Počítač s internetem – je volně přístupný na zimní zahradě. Internet je zavedený na každém pokoj.
- Veřejná WIFI síť volně přístupná v celém prostoru domova, heslo: DDHP2017.

FOTKY Z NAŠICH AKCÍ



Doprava – služby:

- **Skupinová doprava** – na výlety organizované naším Domovem je nabízena zdarma.
- **Individuální doprava – po Horní Plané** (nákup, převoz, autobusová nebo vlaková zastávka) – poskytována naším Domovem zdarma, první hodina čekací doby zdarma, každá další započatá hodina čekací doby zpoplatněna 200 Kč.
- **Individuální doprava – do 20 km od Horní Plané** – poskytována naším Domovem zdarma, 200 Kč za každou započatou hodinu čekací doby.
- **Donášková služba** – nákupy v obchodech v Horní Plané, poskytována naším Domovem 1x týdně zdarma.
- **Taxi** – zprostředkování dopravy poskytovatelem dopravy – v případě vašeho zájmu vám pracovnice sociálního úseku zprostředkuje dopravu komerčním poskytovatelem této služby, hradíte plně dle komerčního ceníku daného poskytovatele. Například: AAA taxi tel. 606 424 242.
- **Dobrovolníci – zprostředkování dopravy dobrovolníky** – pracovnice sociálního úseku zprostředkuje dopravu dobrovolníky, pouze v případě, že tuto službu nabízejí, doprava může být zdarma nebo za smluvní úhradu poskytovatelem dopravy.

Terapie:

- **Smyslová aktivizace** – tento koncept je základním nosným konceptem v našem Domově. V celém chodu Domova jsou plně aplikovány a uplatňovány základní prvky konceptu. Jednotlivé aktivizace jsou realizovány proškolenými zaměstnanci s klienty tak, aby byla naplněna základní myšlenka konceptu. Aktivizace poskytujeme zdarma.
- **Bazální stimulace** – tento koncept je druhým základním konceptem v našem Domově. Jednotlivé aktivizace jsou realizovány proškolenými zaměstnanci s klienty tak, aby byla naplněna základní myšlenka konceptu. Aktivizace poskytujeme zdarma.
- **Arteterapie – terapie uměním** – nabízíme možnost pravidelného setkávání s učitelem umění pro umělecké školy a zároveň profesionálním malířem Mgr. Bohumírem Nowakem. Setkání se konají dle rozpisu termínu zveřejněném na nástěnkách našeho Domova, objednat se na tuto aktivitu u Pavly Hrubé. Máte možnost vyzkoušet a naučit se různé výtvarné techniky, popovídat si o umění a nahlédnout do tvorby tohoto velmi zajímavého umělce. Tato aktivita je pro klienty našeho Domova zdarma.
- **Ergoterapie** – nabízejí zdarma v rámci aktivizací pracovnice našeho Domova, které prošly základním kurzem.
- **Ergoterapie** – je možné využít nabídky soukromého provozovatele ergoterapie – Nestátní zdravotnické zařízení Mgr. Marcela Kryski, www.ergoterapie-ck.cz, email: kryski@cbox.cz, tel. 606 129 600. Cena dle ceníku poskytovatele, objednání zajistí pracovnice sociálního úseku.

- **Aromaterapie** – našim klientům nabízíme zdarma 1x měsíčně skupinovou terapii s paní Michaelou Fučíkovou, certifikovaným odborným aromaterapeutem. Terapie se konají dle rozpisu zveřejněného na nástěnkách Domova, přihlásit se na ně můžete u Pavky Hrubé. Tato certifikovaná aromaterapeutka nabízí také individuální aromaterapeutické masáže, hrazené dle ceníku podnikatelky, objednání zprostředkuje pracovnice sociálního úseku našeho Domova.



- **Zooterapie** – nabízíme zdarma kuniterapii (terapie s králíky) skupinovou, zpravidla 1x měsíčně. Termíny setkání jsou vždy zveřejněny na nástěnkách, přihlásit se je možné u Pavly Hrubé. V případě zájmu mohou pracovnice sociálního úseku domluvit zooterapii individuální s králíky, poskytovatel Bára Kroupová, cena dle ceníku poskytovatele.
- **Canisterapie** – tato služba je nabízena canisterapeutickým týmem paní Lenkou Roučkovou a psem Danem. Služba je poskytována pro klienty našeho Domova zdarma, dle časové nabídky paní Roučkové, zpravidla 1x měsíčně. Termíny setkání jsou vždy zveřejněny na nástěnkách.
- **Hiporehabilitace** – nabízíme zdarma hiporehabilitaci skupinovou, zpravidla 1x měsíčně. Termíny setkání jsou vždy zveřejněny na nástěnkách, přihlásit se je možné u Pavly Hrubé. V případě zájmu mohou pracovnice sociálního úseku domluvit hiporehabilitaci individuální, poskytovatel Centrum Pepíno v Pyramidě z.s., cena dle ceníku poskytovatele.
- **Tvořivá dílna** – dílna je k dispozici klientům našeho Domova denně bez omezení. Pravidelně 1x měsíčně pak v dílně probíhá společná výroba výrobků pod vedením našich údržbářů, rozpis termínů na nástěnce, přihlásit se je možné u Pavly Hrubé.

- **Dle aktuální nabídky** – nabízíme zdarma i mnoho dalších aktivit od pečení, vaření, pletení, malování pískem, různé výtvarné techniky – vždy dle aktuální nabídky.



Duchovní služby:

- **Pravidelná mše** – každý pátek od 14 hodin se koná pravidelná bohoslužba v naší kapli. Tato kaple je zařazena Římskokatolickou farností Horní Planá jako pravidelné místo bohoslužeb. Bohoslužbu slouží pater Mgr. Ing. Jan Špaček, dr. h. c.. Zde je i možnost ke svaté zpovědi, pomazání nemocných. Kontakty: tel. 604 322 396, osobní e-mail: pater.spacek@seznam.cz, služební e-mail: farnosti-na-lipne@seznam.cz
- **Pastorační služby** – jsou nabízeny v prostorách kaple v našem Domově, každou středu od 9 do 12 hodin. Služby poskytuje Mgr. Gabriela Krejzová, jsou poskytovány klientům našeho Domova zdarma. Současně paní Krejzová může v případě zájmu individuálně navštívit klienta na jeho pokoji.
- **Duchovní literatura** – k dispozici je knihovna duchovní literatury, umístěná v chodbě u kaple, knihy je možné si zapůjčit zdarma. Dále je možnost návštěvy místní knihovny nebo po domluvě objednání zapůjčení knih z veřejných knihoven.
- **Jiné církve** – dle vašeho přání můžeme zajistit i pravidelná setkání s představiteli jiných církví.
- **Sanitka přání** – můžeme zajistit spolupráci s projektem Sanitka přání, jehož posláním je poskytnout imobilnímu pacientovi v terminálním stadiu nemoci možnost rozloučit se s lidmi nebo místem, které se pro něho stalo díky nemoci nedostupné. Zprostředkují pracovnice sociálního úseku.

Ostatní:

- **Kantýna v Domově důchodců** – možnost běžného nákupu za zvýhodněné ceny, možnost nákupu lahůdek (zákusky, chlebíčky, utopenci, mražené nanuky a zmrzliny), kantýna provozovaná soukromým subjektem, ceny dle ceníku provozovatele.

- **Seniorský klub HP** – nabízíme možnost návštěv akcí Seniorského klubu Horní Planá. V případě vašeho zájmu zprostředkují pracovnice sociálního úseku. Navštěvované akce jsou zpoplatněny dle pravidel pořadatele.
- **Děti ZŠ** – nabízíme pravidelné návštěvy dětí ze Základní školy Horní Planá. Tato spolupráce je realizována již mnoho let, děti pravidelně 2x měsíčně navštěvují náš Domov a účastní se aktivit s našimi klienty. Aktivita je poskytována zdarma.
- **Děti DD** – nabízíme pravidelné návštěvy dětí ze Dětského domova Horní Planá. Tato spolupráce je realizována již mnoho let, děti pravidelně 2x měsíčně navštěvují náš Domov a účastní se aktivit s našimi klienty. Aktivita je poskytována zdarma.
- **Knihovna** – nabízíme návštěvu místní knihovny – specificky pořádané akce pro seniory, návštěva k vypůjčení knih. Akce pro seniory jsou zpoplatněny ceníkem pořadatele, výpůjčka knih je zdarma. Zprostředkujeme i donášku knih z místní knihovny či objednání zapůjčení knih ze sítě knihoven.
- **Dobrovolnické centrum CK** – spolupracujeme s Dobrovolnickým centrem Český Krumlov, ICOS s.r.o. Skupinové výlety s dobrovolníky probíhají zpravidla 4x ročně a nejsou pro klienty našeho Domova nijak zpoplatněny.
- **Dobrovolníci** – pravidelně nás navštěvují v současné době dva dobrovolníci – pan Činátl, každý čtvrtek od 13,30 na zimní zahradě čtení a povídání o Šumavě včetně fofografické dokumentace. Paní Zemková individuální čtení 1x za dva týdny. Aktuální informace vždy podá Pavla Hrubá.
- **Nabídka fotografických služeb** – můžeme zprostředkovat fotografické služby FOTOKASAL – www.tomaskasal.cz. Službu zprostředkují pracovnice sociálního úseku, ceny dle ceníku podnikatele.



V našem okolí doporučujeme:

- **Kavárna U tří koček** – v dochozí vzdálenosti po rovině, skvělé posezení, výborné zákusky a chlebičky, prodej květin a upomínkových předmětů, pohodová atmosféra.
- **Bistro Kynutá Buchtá** – v dochozí vzdálenosti, skvělé posezení, výborné zákusky a chlebičky, polévky, bagety, pohodová atmosféra.
- **Prodejna Jednoty** – na náměstí v Horní Plané, možnost běžného nákupu.
- **Prodejna Flop** – vedle Městského úřadu v Horní Plané, možnost běžného nákupu.
- **Nákup textilu** – možný ve dvou prodejnách vietnamců na náměstí.
- **Kateřina zahradnice** – prodejna květin hrnkových, řezaných, květinové vazby – soukromý podnikatel, Švermova 159, Horní Planá.
- **Bankomat GE Money Bank** – umístěn na náměstí v Horní Plané.
- **Směnárna** – penzion U Pešků na náměstí – směnárna, rybářské potřeby, keramika.
- **Pošta Horní Planá** – klasické poštovní služby, Jiráskova 169, Horní Planá.

O všech aktivitách a nabídkách najdete aktuální informace na nástěnkách v Domově. Stejně tak na těchto nástěnkách najdete informace o dalších aktivitách, které nabízíme.

Sudoku pro pobavení

9		6			1		4	
7		1	2	9			6	
4		2	8		6	3		
				2		9	8	
6								2
	9	4		8				
		3	7		8	4		9
	4			1	3	7		6
	6		9			1		8

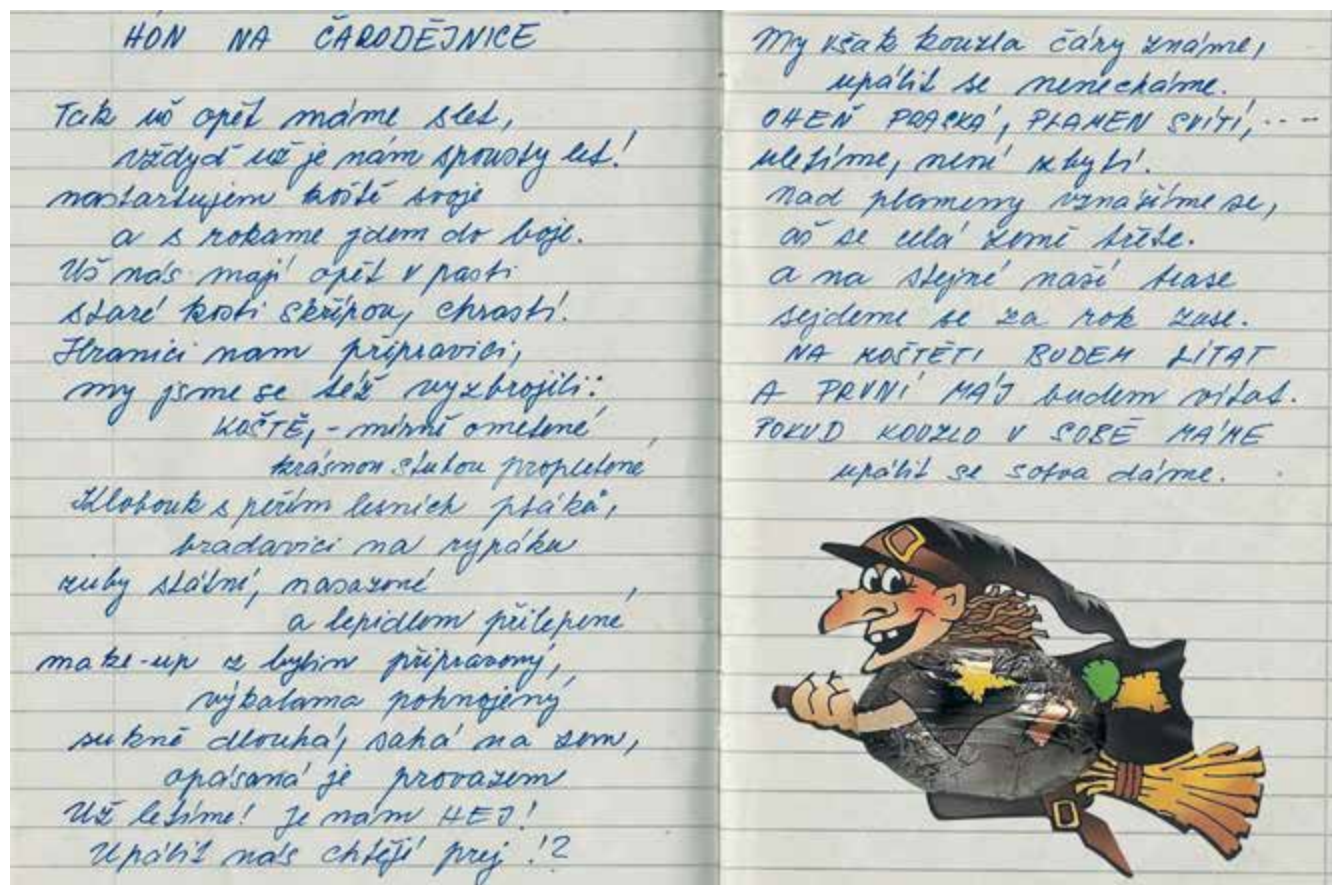
9		6			1		4	
7		1	2	9			6	
4		2	8		6	3		
				2		9	8	
6								2
	9	4		8				
		3	7		8	4		9
	4			1	3	7		6
	6		9			1		8

ČARODĚJNICKÝ REJ A STAVĚNÍ MÁJKY

Rozloučili jsme se s měsícem dubnem a přivítali květen, jaro, slunce a naději. A jak jinak, než tradičně. Noc z 30. dubna na 1. května se nazývá filipojakubská noc. Je to lidový zvyk, spojený s pálením ohňů a vírou v čarodějnice. Lidové tradice se v čase mění, ale například zvyk upalovat figurínu čarodějnice trvá až do současné doby. Stejně tak trvají čarodějnické průvody masek, oslavy přicházejícího jara u hořících ohňů, zpěv a veselí. I naším Domovem se prohnal rej čarodějnic a bylo opravdu veselo! Moc to všem slušelo.



A na téma čarodějnic přinášíme první autentickou ukázkou z tvorby paní Heleny Douškové.



Rozhuda – tradiční tvarohová pomazánka s pažitkou

Tuhle pomazánku mazaly svým dětem a vnukům už naše prababičky a není důvod, proč by rozhuda neměla být na našich stolech i dnes. V jednoduchosti je síla a tohle spojení tvarohu s čerstvou pažitkou a štiplavou cibulí je zkrátka dokonalé.

- Suroviny:**
- měkký tvaroh 250 g
 - máslo 75 g
 - smetana (nebo mléko) 2–3 lžíce
 - cukr 1/2 lžičky
 - drcený kmín 1 lžička
 - pažitka (nasekaná) 2–3 lžíce
 - cibule 1/2 ks
 - sůl



Postup přípravy: Máslo utřete do pěny. Přimíchejte tvaroh a podle potřeby pomazánku zředte smetanou nebo mlékem do požadované konzistence. Dochutěte solí, cukrem a drceným kmínem. a nakonec vmíchejte nejemno nakrájenou cibuli a nasekanou čerstvou pažitku.

VÝLET PARNÍKEM

Hned na začátku měsíce května jsme měli možnost krásného výletu parníkem. Moc za tento výlet děkujeme projektu Ježíškova vnoučata, jehož prostřednictvím nás obdarovala společnost DeVerit s.r.o. a za organizaci výletu patří poděkování paní Ludmile Crdlíkové.

Velké poděkování patří všem zaměstnancům, kteří přiložili ruku k dílu a pomohli. Všichni jsme si výlet užili a ani nepřízeň počasí nám to nezkazila.





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

V předchozích číslech našeho časopisu vycházel seriál na pokračování o všem, co byste měli vědět, než se rozhodnete využít našich služeb. Předchozím třetím dílem bychom byli vlastně u konce našeho povídání, ale jak jsme si řekli, nejsme. Mělo by nás čekat 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.

Ačkoli se paliativním přístupem v našem Domově zabýváme již delší dobu, musím se přiznat, že téma o odcházení a posledních věcech života je i pro nás velmi náročné. A v současné době zkrátka nemám dost sil o tomto tématu psát. Slibuji, že se k němu někdy vrátím, moc ráda bych. Ale v současné době považuji „Seriál na pokračování o všem, co byste měli vědět, než se rozhodnete využít našich služeb“, za ukončený.

Děkuji za pochopení

Renata Březinová