

D - magazín



Číslo 2/ červenec-září 2016



D-magazín
je vydáván pro
vnitřní potřebu
Domova pro seniory
Světlo

Sídlo zařízení:
Drhovle 44, 397 01,
Písek
IČO: 708 69 812
Tel: 382 789 611 Písek
(recepcce)

www.dps-svetlo.cz

číslo účtu:

3723271/0100

redakční mail:

social@dps-svetlo.cz

odpovědná osoba pro
vydávání a obsah

D-magazínu:

Bc. Martina
Kolářiková, DiS.

Distribuce: zdarma do
dílen, na nástěnky,
klubovny a veřejné
prostory domova.

NA VĚDOMOST SE DÁVÁ ...

**DNE 10. 9. 2016 POŘÁDÁ DOMOV PRO SENIORY SVĚTLO
V DRHOVLI**



**XIII. ročník ZÁMECKÉ SLAVNOSTI
VŠICHNI JSOU SRDEČNĚ ZVÁNI**



Vážení čtenáři,

do rukou se Vám dostává nové číslo našeho D – magazínu. Časopisu, prostřednictvím kterého Vás informujeme o dění v domově. Čas neúprosně letí, a tak, jakmile dopíšeme jedno číslo, již připravujeme materiál pro další výtisk.

V tomto čísle se dočtete o novém projektu „Senioři dětem“, o zahradní terapii, o canisterapii v Drhovli, o výletě do ZOO,... Obsahuje však také další čtení, které Vás, věřím, nejen informuje ale i potěší.

Dovoluji se vám představit, jmenuji se Soňa Lovásová, časopis jsem převzala po Klárce a doufám, že nám i nadále zachováte přízeň. Dovolte mi, popřát Vám krásné prožití léta, hodně slunečných dní a pevné zdraví.

Soňa Lovásová, DiS.

Aktivizační pracovnice DS Světlo v Drhovli

Pranostiky červenec - září:

Co červenec neuvaří, srpen nedopeče.

Když je v srpnu ráno hodně rosy, mají z toho radost vosy.

Když v srpnu moc hřímá, bude na sních bohatá zima.



Zajímavosti...

Mezinárodní den objetí zdarma 5. 7.

"Mezinárodní den objetí zdarma, který 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. On se ale neměl s kým obejmout. Vyrobil si tedy transparent s nápisem ""Free hugs"" (objetí zdarma), postupně k němu začali chodit lidé a objímat ho.

Mezinárodní den šachu 20. 7.

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.

SPOLEČENSKÁ RUBRIKA DS PÍSEK

V měsících duben- červen rozšířili naše řady:

Hnídková Blanka
 Stocká Ludmila
 Valvoda Jindřich
 Ordeltová Jarmila
 Kotlínová Marie
 Ranná Jiřina
 Hrubý Pavel
 Pletková Helena

Všechny výše jmenované mezi námi srdečně vítáme!!!

V měsících duben – červen nás navždy opustili:

Engl Jaroslav, Ing.
 Piroutková Helena
 Kotlínová Marie



Uctěte, prosím, v tichosti jejich památku.

V měsících červenec-září narozeniny oslaví:

1.7. Krejčová Marta	19. 8. Hlaváčková Milada
10.7. Vlášková Libuše	25. 8. Marková Vladimíra
12.7. Budková Růžena	
15.7. Plívová Marta	2. 9. Piroutek Milan
18.7. Ptáček Josef	5. 9. Svatošová Jana
20.7. Sobolíková Anna	6. 9. Jarošová Eliška
	12. 9. Somr Jaroslav
5. 8. Ranná Jiřina	18. 9. Vlčková Věra
8. 8. Nohejlová Růžena	19. 9. Petříková Marie
16. 8. Stehlíková Anna	21. 9. Vomáčková Marta
17. 8. Pletková Helena	

**Blahopřejeme Vám a přejeme hodně zdraví,
 štěstí a spokojenosti do dalších let.**



SPOLEČENSKÁ RUBRIKA DS DRHOVLE

V měsících duben - červen rozšířili naše řady:

Neužilová Marie
Stropnická Markéta
Šálek Josef
Bašta Josef

Všechny výše jmenované mezi námi srdečně vítáme!!!

V měsících duben – červen nás navždy opustili:

Pfefferová Marie
Kaisrová Jiřina
Pánková Zdeňka
Kvanková Helena



Uctěte, prosím, v tichosti jejich památku.

V měsících červenec-září narozeniny oslaví:

4. 7.	Kalianková Marie	15. 8.	Bicanová Alena
8. 7.	Nechutná Marta	16. 8.	Kuča Ludovít
12. 7.	Krejčířiková Marta	16. 8.	Štérová Marie
12. 7.	Novák Vojtech	17. 8.	Keclík František
13. 7.	Gareisová Jiřina	22. 8.	Štěpánek Ladislav
20. 7.	Velát Pavel	4. 9.	Matysová Josefa
22. 7.	Jarošová Dana	13. 9.	Blizničenkova Margita
22. 7.	Šubrt Bohumil	16. 9.	Fuková Anna
24. 7.	Lněničková Ilona	21. 9.	Zobal František
27. 7.	Pasauer Karel	24. 9.	Lišková Božena
31. 7.	Šálek Josef	26. 9.	Oračko Juraj
6. 8.	Kolínský Jaromír	29. 9.	Soukupová Lýdie
13. 8.	Brejcha Milan		
14. 8.	Čipera Václav		

**Blahopřejeme Vám a přejeme hodně zdraví, štěstí
a spokojenosti do dalších let.**



Děni v Domově pro seniory Světlo: duben - červen

Oslava narozenin v Drhovli

Každý měsíc probíhá společná oslava těch klientů, kteří mají v daném měsíci narozeniny. Společně s paní Trázníkovou jsme oslavili její kulaté životní jubileum.

Pochutnali jsme si na dortu, který oslavenkyně nabídla všem. Při společné oslavě jsme si zazpívali lidové písničky.

Přejeme oslavenkyni hlavně pevné zdraví a mnoho spokojenosti do dalších let!



AKTIVIZAČNÍ ČINNOST V DS SVĚTLO V DRHOVLI

Cvičení	PO, ST, PÁ od 9.15 hod.
Dílna	PO-PÁ 9.00 – 11.30, 13.30 – 15.00 hod.
Canisterapie	PO 10.00 - 11.00 hod.
Čtení na pokračování	PO od 14.00 hod.
Kulinářský koutek	ÚT od 9.00 hod.
Čtení na přání	ST od 10.00 hod.
Hrátky a povídačky	ČT a PÁ od 9.15 hod.
Filmový koutek	PÁ od 13.30 hod.



Individuální a skupinové aktivizace dle domluvy s aktivizačními pracovníci

Narozeninový den 1x měsíčně u občůdku od 13.30 hod

Knihovna PO, ST 10.00 – 11.00 hod. (nebo dle domluvy)

Bohoslužby SO od 16.00 hod v kapli (1x za 14 dní)

Společné akce – informace na nástěnkách

Jaké akce nás čekají v následujících měsících?

DS Světlo, Drhovle:

Street workout, Písek

Pootavští trubači, Strakonice

19.7. Narozeninový den

20.7. Folkové duo Přiměřeně

27.7. Pout'ová zábava

16.8. Narozeninový den

19.8. Folklórní festival

28.8. Divadelní představení „Bylo nás pět“

září – srpen Taneční škola ARTE DANCE, Písek

10.9. Zámecká slavnost



První jarní výlet do Drhověle

Jarní sluníčko, představa příjemně stráveného dopoledne a sociální pracovnice Veronika Trykarová nás doslova vylákali na výlet do nedaleké Drhověle.

5. 4. 2016 v 9. 30 hodin byl hromadný odchod od našeho krásného zámku. Někteří šli pěšky, někteří se vezli, ale nejdůležitější bylo nadšení a chuť na společnou „túru“. U výklenkové kaple, zasvěcené svatému Janu Nepomuckému, která se nachází u zadního vchodu do zámku, jsme si zdokumentovali účastníky naší výpravy.

Třešňovou alejí, která vede od rozcestí, jsme došli téměř až do cíle naší cesty, malebné



jihocheské vesničky. Na návsi jsme obdivovali rybník s kapry, ale i rozkvetlé zahrádky místních patriotů a kapli z roku 1900, která je také zasvěcená svatému Janu Nepomuckému. Procházka se klientům i

pracovníkům líbila, snad již brzy vyrazíme na další... třeba do národní kulturní památky Lipové aleje v Drhověli

Exkurze do Měšťanského pivovaru Strakonice

7. 4. 2016 jsme s klienty z drhovelského domova podnikli výlet do Strakonice. Cílem byla prohlídka Měšťanského pivovaru, jehož vlastníkem je Město Strakonice.

A jaké pivo se v pivovaru vaří? Jde výhradně o nepasterované pivo, a to hned několik druhů - např. pivo Švanda, světlý ležák Klostermann, Sklepák 11% i v současné době tolik



oblíbený míchaný nápoj s příchutí grepu – Zlat'ák.

Pivovarem nás provázel Ing. Vlastimil Matej, který nám ukázal a vysvětlil celý postup výroby piva. A co bylo na exkurzi nejzajímavější? Jak jinak, než degustace nefiltrovaného piva přímo z tanku, které jsme ochutnávali a ochutnávali... A kdyby náš průvodce nemusel domů, ochutnáváme ještě teď. Prohlídka nás velmi zaujala, a pokud nás do pivovaru ještě pozvou, rádi přijedeme.

Klobouková párty v Písku

V úterý 12.4. se naši klienti sešli v sále DS na kloboukové párty. Tato akce byla laděna jako vzpomínková a v tomto duchu jsme ji pořádali poprvé. Každý účastník si mohl vybrat z připravených klobouků, některé byly zapůjčené, některé jsme vyrobili v rámci ergoterapie. Připomněli jsme si historii a výrobu klobouků, k nahlédnutí byly i obrázky. K dobré pohodě hrála reprodukováná hudba, podávala se káva, čaj a sušenky. Všem se akce líbila a těšíme se na další posezení s novým tématem.

Čtení Starého a Nového zákona v Drhovli

Když naši klienti projevili přání o předčítání biblických příběhů, bylo jim to umožněno prostřednictvím aktivizační pracovnice Kláry Voskové. Klientům postupně předčítala kapitoly Starého a Nového zákona. Čtení příběhů přitahovalo stále větší část posluchačů a není divu, protože Bible je nejrozšířenější knihou na světě a je žánrově velmi pestrá. Pro věřící představuje Bible zdroj víry. Pro ostatní je souborem historických a literárních textů. V každém případě má čtenář volbu výběru.



Poté, co se „naše Klárka“, (jak ji většina klientů důvěrně oslovuje) rozhodla ukončit práci v domově, přáli si klienti ve čtení dále pokračovat. Proto se Klárka nabídla, že do domova bude nadále ve svém volném čase dojíždět a ve společném čtení s klienty pokračovat.

Dnešní den 13. 4. 2016 byl jako malovaný. Svítalo sluníčko a lavičky v našem rozlehlém areálu vybízely k příjemnému posezení. I přesto, že se občas sluníčko nakonec schovalo za mraky, usedla Klárka venku společně se svými posluchači, kteří byli mnozí zachumlaní v dece, ale spokojení. Podávala se káva, limonáda a čaj. Bylo to příjemně strávené odpoledne v jarně se probouzející přírodě a „naše Klárka“ četla klientům letité moudrosti biblických příběhů.



Dubnové opékání špekáčků v Písku

S koncem dubna se blíží svátek stavění májek, opékání špekáčků a pálení čarodějnic. Ani v našem domově jsme na tuto tradici nezapomněli a ve čtvrtek 28. 4. jsme v odpoledních hodinách společně s klienty opékali špekáčky. Vzhledem k nepřízní počasí se celá akce uskutečnila v sále DS. Každý klient dostal pivo, limo a opečeného buřta. K poslechu hrála reprodukováná hudba. Všichni si pochutnávali a akce se líbila.



KURZ PLSTĚNÍ OVČÍ VLNY

Už jste někdy plstili ovčí vlnu? Naším klientkám jsme umožnili návštěvu paní Petry Janouškové, která pořádá kurzy plstění ovčí vlny, sama stříž pere, češe a následně z ní tvoří. Vlnu barví potravinářskými a přírodními barvivy.

V 9 hodin 13. 4. 2016 byl kurz zahájen lektorkou kurzu. Účastnice se sesedly u jednoho dlouhého stolu, dostaly molitanovou podložku, plstící jehlu a různě barevné vlny. Účelem kurzu bylo zvládnout základy suchého plstění, což je vytvoření kuličky z vlny. Všichni se velmi snažili, projevila se jejich zručnost a z velké části i vytrvalost. Panovala dobrá nálada, vyprávělo se a zpívalo a některým plstění připomnělo draní perí. Vzpomněly si i na větu, kterou slýchávaly od svých rodičů a babiček „Hlavně nekýchat“.

Jarní vrbová větvička ozdobená vytvořenými dekoracemi z vlny, kterou si klientky odnesly na svůj pokoj, byla výsledkem dnešního dne.

Kurz je úžasnou příležitostí, jak poznat vlnu a její vlastnosti.



SETKÁNÍ SENIORŮ NA DUBÍ HOŘE

Na setkání seniorů na Dubí Hoře se naši klienti velmi těší. Přípravy na tuto akci, kam nás každoročně zve obec Drhovle, jsou již minimálně týden dopředu. Klienti se vyptávají na podrobnosti, zajímá je, kdo na setkání zahraje. A tak se intenzivně připravujeme až téměř do soboty, kdy se všichni „hodíme do gala“ a vypravíme se směrem k Dubí Hoře.

V letošním roce se setkání uskutečnilo dne 16. 4. 2016 od 14 hodin. Slavnostního zahájení se ujal starosta Drhovle pan Jiří Bláha, který nás v závěru svého proslovu neopomněl zmínit a přivítat, za což sklidil bouřlivý aplaus.

Následně předal štafetu účinkujícím. Své tance předvedl Folklórní soubor Písečánek za doprovodu kapely Parkánek ze ZUŠ Písek. K tanci a poslechu hrála kapela Doubravanka, zazněly lidové písně, nechyběly písničky na přání.

Někteří klienti přišli pouze posedět a vychutnat si hudbu, jiní se zapojili do víru tance, další doprovodili kapelu svým zpěvem. Zpívali písně jako Sokolíci, Kominíček, Co jste hasiči, Báječná ženská, Na kolena. Parket jsme opouštěli pouze při přestávkách. Stoly se prohýbaly

pod skvěle sestaveným menu. A na čem že jsme si mohli pochutnat? Servíroval se houskový knedlík se zelím a uzeným masem. Poté se podávala káva se zákuskem. A aby nám při tanci nevyschlo v krku, popíjely se nealko nápoje a pivo, které na žádné správné jihočeské „tancovačce“ nesmí chybět.

Tančilo se a hodovalo a na přítomných byla vidět spokojenost a radost z účasti. V nejednom oku se zaleskla i slzička. Domů někteří odjížděli až za soumraku se slovy, že příště opět pojedou. Obec Drhovle se o nás fantasticky postarala, za což jim srdečně děkujeme.

Co vám budu vyprávět, cítili jsme se jako v pohádce.



Den vzpomínek v Drhovli

Dne 20. dubna 2016 náš domov navštívily studentky ze Střední a Jazykové školy Volyně. Vzhledem k tomu, že téma předchozí návštěvy klienty zaujalo, vzbudilo dnešní téma o to větší zájem. V projektu Active Citizens (Aktivní občané), které volyňská škola realizuje od roku 2012, tentokrát zvolily téma „Den vzpomínek“. Vystoupení se neslo v duchu šedesátých let. Studentky nejprve zaujmulý svým pěveckým uměním. Zpívaly se písně zaměřené na dané téma, písně lidové i novější. Poté měly studentky připravenou prezentaci o životě v uvedené době.

Vyprávěly o tehdejší módě, životním stylu a dalších věcech, při kterých jsme si mohli zavzpomínat a vrátit se v čase. Nejen, že nás upoutal jejich zpěv, ale taneční program výuky tance jako „macarena“ a „ptačí tanec“ klienty doslova zvedl ze židlí.

Atmosféra byla velmi příjemná a každý po skončení odcházel s dobrou náladou. Už nyní se s našimi klienty těšíme na další návštěvu.



ČARODĚJNICKÝ REJ V DRHOVLI



Dnešní den byl v duchu čarodějnických příprav, čarodějnického reje, čarodějnického dne. Již v ranních hodinách se připravoval společenský sál. Do této akce je zapojen téměř celý domov. Údržba připravuje gril a dřevěné uhlí. Kuchyně zajistí špekáčky, hořčici, chleba. A aktivizační pracovnice zajistí výrobu čarodějnic a košťat.

V tomto roce nám bohužel počasí nepřálo, a tak se klienti usadili ve společenském sále, a již netrpělivě očekávali slavnostní zahájení. Mezitím sociální pracovnice nařezala sto kusů špekáčků. Poté, co byl gril roztopen na správnou teplotu, začala grilovat.

Ovzduším se mísily vůně dřevěného uhlí a buřtíků, které se pravidelně obracené, pomalu opékaly na roštu. Dým zahalil vnitřní prostory zámku. Špekáčky se postupně odnášely do sálu klientům. Na každého se dostalo, někteří požádali i o přídavek. Obsluha byla také stylová – pravé čarodějnice. Nosily klientům špekáčky, nealko pivo, limonádu, čaj, kávu a ovocný zákusek. Nechybělo nám vůbec nic. I přesto, že nám počasí nevyšlo, se čarodějnické odpoledne vydařilo.

Úžasnou atmosféru podpořili heligonkáři z nedalekých Strakonic. V očích klientů byla vidět radost z navozené čarodějnické nálady. Tancovalo se do kola, v páru, někteří singl. Pan Talián se svou skvělou partou zahrál nejedno srdíčko našich klientů. Heligonkáři klientům splnili každé jejich přání, a že těch přání tedy bylo. Tradičně zazněla píseň Sokolíci, při níž někteří jedinci tancovali i na stole. Byl to pravý čarodějnický rej se zpěvem, tancem a košťaty. Končilo se chvílku před sedmnáctou hodinou za pokřikování klientů „Přijďte zas, vy to dovedete rozjet“. Pan Talián přislíbil další vystoupení, na které se již teď klienti těší. Personál měl radost ze skvělé akce a radosti klientů a také, že nám ženské osazenstvo neodletělo...



Sportovně-vědomostní dopoledne v Písku

Dne 10. 5. 2016 se uskutečnilo na sále DS Písek sportovní dopoledne spojené s vědomostními kvízy. Naši klienti se sešli v hojném počtu a vzájemně měřili své síly a dovednosti. V hodu na kužely byla nejlepší paní Solarová, a také získala první místo. Na druhém místě se umístila paní Línková, na třetím paní Hlaváčková. Ale ani ostatní nezůstávali pozadu. K dobré atmosféře hrála svižná hudba. Prvních pět klientů s nejlepšími výsledky si odneslo pěkné ceny, které je potěšily.



Vystoupení dětí ze ZŠ Husova ke Dni matek

Dne 9. 5. 2016 k nám přišly zaspívat děti z 1. školní družiny ZŠ Husova v doprovodu paní Dvořákové s pásmem písní a básní ke Dni matek. Protože nám přálo počasí, vystoupení se konalo v zahradě DS pod širým nebem. Sešlo se hodně nejen žen, ale i mužů, všichni se na děti těšili. Tito školáci jsou v našem zařízení již známí, neboť zde vystupují dvakrát ročně a patří mezi nejoblíbenější účinkující.



Sportovní hry v Drhovli

V našem domově máme různé druhy aktivit, některé si získaly takovou popularitu, že se z nich již stala tradice. Jednou takovou tradicí jsou i jarní sportovní hry. Letošní hry byly trochu jiné, měly jiný koncept, který spočíval v pozvání klientů Městského střediska sociálních služeb Písek a jejich aktivizační pracovnice Ivany Peckové. Rozdílné od loňských her bylo i počasí, které nám umožnilo být ve venkovním areálu domova se sluncem nad hlavou.

Nejdříve došlo k sestavení tří družstev a z hostů byli vybráni kapitáni jednotlivých týmů. Jednotlivá družstva byla označena jinými barvami. Soutěžilo se za tým, ale i za

jednotlivce v několika zvolených disciplínách. Po celou dobu převládala zdravá soutěživost. Nejdůležitější byla ovšem soudržnost týmů, kdy silnější byl ochoten pomoci slabšímu. Každý v týmu byl důležitý a zaujímal nenahraditelnou a jedinečnou pozici.

První stanoviště bylo zaměřeno na čichové receptory. Jen pro zajímavost, z našich pěti smyslů je vnímání čichu pravděpodobně nejstarší a nejméně prozkoumané. Vůně mohou navodit jak pozitivní vzpomínky na dlouho zapomenuté události, tak i negativní, například hlad nebo nevolnost. Záleží na tom, s čím je máme spojené. Obecně mají ženy citlivější čich než muži. Pro hry nám zcela postačily tři sáčky naplněné kmínem, skořicí a tymiánem. Tuto soutěžní disciplínu, která se zdála jednoduchou, bych si dovolila vyhodnotit jako nejtěžší.

Součástí prvního stanoviště byla také soutěžní disciplína týkající se hmatu. Receptory jsou v kůži rozprostřeny s různou hustotou. Nejcitlivější místo je na konečcích prstů, dále na špičce jazyka a nejméně je jich naopak na zádech. Pro naše účely zcela postačily konečky prstů. Soutěžící měli pomocí hmatu rozpoznat různé předměty.

Soutěžním úkolem na druhém stanovišti bylo věšení prádla, zaměřené na jemnou motoriku. K dispozici různé druhy oblečení a kolíčky. Hodnotilo se provedení úkolu, ale i čas, za který klienti tuto disciplínu zvládli. Zvláště na tomto stanovišti projevíli hosté svou pomoc našim klientům a velmi milým způsobem je podporovali.



byly

Třetí stanoviště bylo zaměřeno na paměťové schopnosti, konkrétně na skládání puzzle. Klientům byl nejprve ukázán vzorový obraz a následně každý z týmu obdržel části rozstříhaného obrázku, který měl za úkol složit. Hodnotil se čas a zapojení každého účastníka. Mimo jiné měli soutěžící poznat i název jednoho z nejkrásnějších zámků v Čechách.

Soutěžní otázka: Uhodnete název zámku, který je položen poblíž Českých Budějovic (cca 15 km) původně to byl hrad Froburg. Podle jedné z pověstí název vznikl dle hluboké studně, která stála v blízkosti původního hradu. Jiná legenda hovoří o tom, že to bylo kvůli hlubokým lesům.



Na čtvrtém stanovišti čekala naše soutěžící disciplína na přesnost a zručnost - kuželky. Hodnotil se počet sražených kuželek. Kuželky patří mezi jeden z nejstarších sportů a jejich historie sahá až do dávnověku. Hra vznikla v Asii a postupně se rozšířila do Řecka. Pravidla do hry vnesli Germáni, kteří metali kulaté kameny na sestavy tří, sedmi nebo devíti dřevěných či kostěných kuželek.

Páté stanoviště – hod míčkem na cíl, disciplína na koordinaci pohybu a přesný zásah cíle. Opět se projevila soudržnost týmu. Vzájemná pomoc soutěžících přispěla k pocitu důležitosti všech jeho členů.

Porotu tvořily aktivizační pracovnice domova a paní Pecková. Naši klienti připravili v rámci kulinářského kroužku medaile (ze slaneého těsta) pro vítěze. Vyhrálo družstvo červených, druhé bylo družstvo zelených a třetí bylo družstvo modrých. Každý z účastníků obdržel za účast drobnou odměnu. Po celou dobu klání byla k dispozici káva, moučník, čaj, limonáda a nealko pivo.

Velice děkujeme našim hostům z Městské organizace sociálních služeb města Písku a jejich aktivizační pracovníci, paní Ivaně Peckové, za úžasné sportovní výkony, podporu a pomoc našim soutěžícím klientům. Atmosféra celého odpoledne byla přátelská a klienti měli možnost strávit příjemné odpoledne v zahradě zámeckého parku. Již nyní se všichni těšíme na sledanou zase za rok!



*Soutěžní otázka – odpověď:
Zámek Hluboká nad Vltavou.*

Přednáška PhDr. Jiřího Práška v Písku



Dne 18. 5. 2016 se v písecké pobočce Domova pro seniory Světlo uskutečnila přednáška PhDr. Jiřího Práška – ředitele Prácheňského muzea v Písku. Téma bylo již podle názvu velmi lákavé – *Veselé historky písecké*. Pan doktor téměř hodinu a půl hovořil o Písku a zmiňoval různé humorné historky z dob minulých, ale i z těch současných. Všichni přítomní se zájmem poslouchali poutavé vyprávění. Přednášející také velmi pohotově reagoval na dotazy vznesené přítomnými.

Tato akce byla jedinečná tím, že se jí zúčastnili i senioři z jiných pobytových zařízení v Písku, konkrétně přijeli klienti z Prácheňského sanatoria a ze Seniorského domu. Snažíme se o vytvoření případné spolupráce, která by se týkala účasti na kulturních a sportovních akcích s ostatními poskytovateli soc. služeb v Písku. Pro nebývalý velký úspěch celé akce byla domluvena další spolupráce s panem doktorem Práškem a již nyní se těšíme, jaké zajímavé téma pro nás napříště vybere.

Vystoupení skupiny Intrband v Písku

Dne 24. 5. 2016 v sále DS Písek vystoupila skupina Intrband pod vedením Ing. Jana Franců. Tak Jako pokaždé, i tentokrát bylo vše krásně připravené.

Sálem se nesla dobrá atmosféra a většina přítomných si prozpěvovala. Studenti se tímto vystoupením loučí se školním rokem 2016 a po prázdninách se opět budeme těšit na Intrband, avšak v novém obsazení. Tato skupina je u našich seniorů oblíbená.



Šestiboj v Seniorském domě v Písku

Seniorský dům v Písku každoročně organizuje ve svém areálu sportovní hry a jako každý rok, také letos jsme byli na tuto akci pozváni. Pozvání jsme samozřejmě s radostí přijali, sestavili soutěžící družstvo a ve středu 8.6.2016 jsme vyrazili reprezentovat ve sportovním zápolení nás domov. Akce se konala na nádvoří a v přilehlém parčíku Seniorského domu. Počasí nám opět jako vloni přálo a účastníci se sešli v hojném počtu s dobrou náladou.

Všichni soutěžící šestibojáři obdrželi kartičku se jménem, do které jim byly zapisovány získané body z jednotlivých soutěžících disciplín. Během celé akce bylo zajištěno osvěžující pití i pohoštění. U každé soutěžní disciplíny byl dobrovolník z řad personálu domova, který seniorům v případě potřeby pomáhal úkol zvládnout.

Na závěr krásně stráveného dopoledne byly vyhlášeny výsledky a vítězové jednotlivých disciplín a všichni účastníci obdrželi diplom. Za projevené sportovní úsilí připravil pořadatel - Seniorský dům pro soutěžní tým dárkovou tašku s odměnami.

Domů jsme se vraceli s dobrou náladou a dobrým pocitem z vydařené akce a za rok se těšíme v Seniorském domě opět na shledanou :)



Aktivizační činnost v DS Světlo, Písek

Cvičení a trénování paměti	PO, ST od 14.00 hod.
Skupinové čtení na pokračování	ÚT 9.00 -10.30
Vjemová terapie/ vaření	ČT 13:30-15.00 hod.
Dílna	PO – PÁ 9.00-11.00
Canisterapie	ÚT 8.00-11.00
Zpívání s harmonikou	PO 10.00-11.00
Bohoslužba	ČT 10.00-11.00
Poslední týden v měsíci SPOLEČNÁ OSLAVA NAROZENIN	

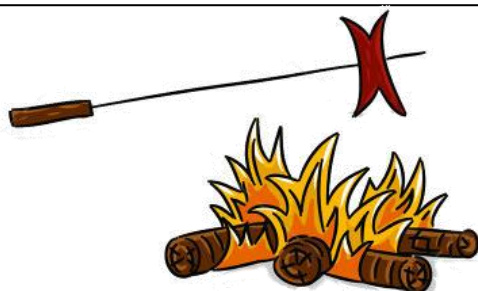
BOHOSLUŽBY V ČERVENCI 2016 V DS SVĚTLO, POBOČKA PÍSEK

- 7.7. CČSH**
14.7. ECM
21.7. ŘKC
28.7. CB



AKTIVIZAČNÍ ČINNOST V DS SVĚTLO, POBOČKA PÍSEK

- 27.7. Účast na pouťové zábavě v Drhovli
 29.7. Narozeninový den
 19.8. Sportovní den v zahradě
 19.8. Folklórní festival
 26.8. Narozeninový den s pohoštěním
 10.9. Účast na Zámecké slavnosti v Drhovli
 20.9. Výlet do ZS Makov s opékáním špekáčků
 27.9. Václavská zábava
 30.9. Narozeninový den s pohoštěním



PEDIKÚRA MOKROU CESTOU SLUŽBA PÉČE O NOHY

✓ odborně odstranění kuřího oka

✓ ošetření nehtu

náchylnému k plísním přípravkem s urea a stříbrem udržuje nehet a nehtové lůžko pružné a jemné

✓ vhodné i pro diabetiky

✓ prodej permanentek a dárkových poukazů

☎: 606 621 628

Simona Rychlá

salonek Domov pro seniory Světlo
Písek u nemocnice



VZKAZ V LÁHVI ANEB VZKAZ BUDOUČÍM GENERACÍM

Je to poprvé, co Domov pro seniory Světlo v Drhovli umístil na pozemku zámeckého parku poselství pro budoucí Jihočechy. Cílem akce je reflektování současného dění v našem domově, ale i zaznamenání jeho historie.

Listinné materiály (výroční zprávy z roku 2015, články a fotografie z akcí z roku 2016, historie zámku, aktuální informace, aktuální informace v den uložení, aktuální denní tisku) a drobné mince, toto vše, uzavřené ve speciálním pouzdře čeká, zda je za mnoho let objeví generace našich potomků.



Klienti a aktéři celé akce se shromáždili u zadního vchodu, odkud šli společně na místo uložení vzkazu. Někteří klienti byli dovezeni na místo na pojízdných křeslech. Ze všech sálala radost z dnešního dne a odhodlání předat aktuální informace našim budoucím generacím. Celá akce byla zdokumentována, včetně místa uložení, údaje zapsány do kroniky a fotografie přiloženy.

Listiny a drobné mince do schránky slavnostně vložila sociální pracovnice Veronika Trykarová za asistence vedoucí ošetrovatelského úseku Bc. Radky Červenkové, aktivizačních pracovnic Martiny Zachatové, Libuše Zdeňkové a klientů domova dne 18. 5. 2016 kolem 9:30 hodin. Všichni zúčastnění a přítomný personál se na listinu aktuálních informací ze dne konání podepsali. Aktivizační pracovnice seznámila všechny přítomné s obsahem schránky a přečetla aktuální informace dne a historii zámku. Přítomní pak uložili vzkaz do plastového pouzdra a vložili do předem určeného, vykopaného místa.

A proč vlastně celá akce vznikla? V Západní Evropě mají schránky velkou tradici.



Rodiče nebo jejich děti zakopávají pouzdra na zahradách ve významných chvílích svého života. Nebo i maturanti ukládají vzkazy a vyzvedávají si je při srazech maturitních ročníků po 20, 30 letech. Některé vzkazy jsou ukládány s vidinou, že je v brzké době někdo vyzvedne, ať jsou to lidé, kteří vzkazy uložili nebo jejich potomci. Jiné jsou umístěny s představou, že budou nalezeny až za 10 000, 20 000 či několik desítek tisíc let. Taková je i naše vize... Náš

domov a všichni zúčastnění se díky dnešku stanou hmatatelnou součástí historie.

Budoucí generace tak možná najdou námi uložené materiály a vzkazy a za pomoci vědců budou moci poznat naši dobu, její historii, kulturu, ale i každodenní starosti i radosti.

CVIČME V RYTME S ING. JITKOU DUPALOVOU V DRHOVLI



Pohyb u starších lidí má větší význam než u lidí mladších. Správně volená pohybová aktivita zpomaluje proces stárnutí a zvyšuje kvalitu života. Cvičení někdy neodstraní potíže klientů, ale v každém případě podstatně mohou snížit jejich další rozvoj. Při



cvičení vycházíme ze zachovalých funkcí organismu, neustále je posilujeme a rozvíjíme.

Cvičení zahajujeme dechovou gymnastikou s využitím horních končetin a cévní gymnastiky s využitím flexe (ohybu) nohou a prstů. Začínáme se cviky lehčími, postupně přecházíme k obtížnějším. Důležité je v první řadě pravidelné dýchání a udržení napětí svalů. Cvičební program je v našich aktivitách domova 3 x týdně po dobu 25 minut. Klienti pravidelně cvičení navštěvují, naší snahou bylo přinést do cvičení nové podněty v podobě certifikovaného cvičitele. Obrátili jsme se s prosbou na Jitku Dupalovou, která možnost zacvičit si s našimi klienty přijala jako výzvu. Mimo stavebního inženýrství je v nespočetné dlouhé řadě zájmů Spinning® instruktorka v píseckých a milevských wellnes klubech.

Když Jitka Dupalová vešla do společenského sálu plného našich klientů, svou perfektní sportovní postavou nás trochu polekala, ale i tím, co asi po klientech bude požadovat. Její šibalské oči a rozesmátý výraz obličeje ji prozradil a zcela nám odpověděl na její motto trenérky: „Sport je pro mne každodenním lékem na stres, únavu a špatnou náladu“.

Klienty posadila do co největšího oválu, který nám dovoľoval prostor sálu, pustila příjemnou hudbu plnou pozitivní energie, cvičení začalo a obavy našich klientů byly rázem ty tam. Jitka své cvičení upravila možností klientů a ti ji sledovali, aby nepřišli o nové cviky. Bylo zjevné, že Jitka je zkušená profesionální trenérka. Vnesla do našeho cvičení nové prvky a podněty na zamyšlení zařadit je do našich pravidelných cvičících programů. Celé cvičení probíhalo v příjemné náladě. Nebyla opomenuta žádná část těla, každý sval byl protažen a zapojen.

Cvičení bylo převážně uvolňovací a relaxační, mělo za úkol snížit svalové napětí, čímž lze přispět i ke zlepšení psychického stavu. Pokud se cvičenci koncentrují na určitý podnět, relaxace proběhne v jiné části mozkové kůry. Při



cvičení myslí totiž cvičenec na provedení určitého cviku a tím se snadněji dokáže odpoutat od problémů.

Po ukončení cvičení následovalo překvapení v podobě kankánu našich zaměstnankyň. Tanec s nimi nacvičila a zatančila Jitka. Naše zaměstnankyně ji požádaly o možnost nácviku tanečních krací, aby tak mohly potěšit přítomné klienty. Klienti tak dostali jejich první ochutnávku tanečního vystoupení před veřejností.

Nejen klienti odcházeli příjemně unavení a překvapení, a tentokrát byl unaven i personál...

AUTOBUSOVÝ VÝLET: ZOOLOGICKÁ ZAHRADA DVOREC – PARK EXOTICKÝCH ZVÍŘAT



ZOO Dvorec se nachází v Jižních Čechách, 4km od Borovan směrem na Trhové Sviny. Lesní prostředí dodává místu klid a pohodu navádějící k odpočinku a relaxaci.

Za zvuků vydávaných zvířaty se můžete přenést

do různých kontinentů. V ranních hodinách nám zpívají gibboni, navazují na ně seriémy a jeřábi, později se přidají lvi a tygři. K večeru je možné slyšet vytí vlků a šakalů a člověk se nesmí divit, když jej pozdraví papoušek. Zvuk, který vydávají lemuři, Vám bude připadat jako smích Hurvínka a oslík svým hýkáním bude vyžadovat Vaši pozornost.

Tato ZOO chová zvířata převážně z afrického kontinentu. Najdete zde skupinu lvů, kterým se daří pravidelně rozmnožovat, levharty, šimpanze, paviány, želvy, pakoně, antilopy, losí, přimorožce, watusi, africké ptactvo, kaloně, prasata savanová a další africká zvířata.

Americký kontinent zde zastupuje tapír, kapybara, papoušci, drápkaté opičky, lamy guanako a další druhy. Asii zastupují bílí tygři, buvol domácí či velbloud dvouhrbý, makakové a jiná zvířata. Austrálii zastupuje kakadu a ibis slámokrký. Evropu a Euroasii nám zde připomenou vlci, medvěd hnědý, rysi, tygři ussurijští... Chovají zde také lamy, ovce, kozy, prasata mangalice a drůbež.

ZOO je druhou v ČR, která vlastní vzácné tygry indické v bílé formě. Jedinci Nena a Nanu pochází ze ZOO Kernhorf v Rakousku a jsou jim 2 roky.

Naši klienti si mohli pohladit kozy, posedět na lavičce a dívat se za pěkného počasí na mnoho druhů zvířat.

Po návštěvě ZOO jsme se přemístili k památníku Jana Žižky z Trocnova, kde jsme si dali očekávaný oběd připravený v naší kuchyni. K obědu jsme měli řízek s chlebem, zákusek a banán. Ještě jsme se



zastavili v restauraci na kávu, pivo nebo zmrzlinu.

Zpět domů, do Písku a do Drhovle, jsme se vraceli až pozdě odpoledne příjemně unavení a spokojení.

ZÁKLADNÍ KYNOLOGICKÁ ORGANIZACE PÍSEK – UKÁZKA VÝCVIKU PSŮ V DRHOVLI

Naši klienti mají velmi rádi zvířata a tak jsme oslovili Základní kynologickou organizaci Písek a požádali jejich předsedu pana Petra Kinkora o ukázkou výcviku psů.

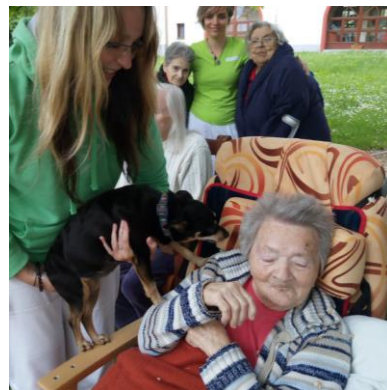
Základní kynologická organizace Písek je dobrovolnou, neziskovou zájmovou organizací. Zabývá se výcvikem psů, ochranou psů a zabezpečuje propagaci jejich chovu a výcviku. Tato organizace napomáhá občanům města Písku při výchově psů, ale zajišťuje i školení členů organizace, chovatelské a výcvikové zkoušky psů aj. Má 48 stálých členů, v průběhu roku se počet pohybuje kolem 70. Začátečníci si zde osvojují znalosti, aby tak mohli připravit svého psa poslušnosti, obrany, ale i stopy. Výcvik psů podléhá pravidlům zkušebních řádů.

Ukázky výcviku probíhaly ve venkovních prostorách zámku. Klienti netrpělivě očekávali usazení na lavičkách či pojízdných křeslech začátek akce. Členové klubu se svými psy přijeli ukázat, co dokáží vychovaní, vycvičení a poslušní psi.

Psi žijí s lidmi již odpradáвна. Pokud však chcete žít se psem v harmonii, měl by ovládat alespoň základní povely, jako ke mně, sedni, lehni, zůstaň a chůze u nohy. V každém případě je nejdůležitější vzájemná důvěra. Cvičit psa by měla jen jedna osoba.

Naši klienti viděli zákus do rukávu figuranta, kdy je u psa rozvíjen jeho obranný, učí se tak zasahovat proti figurantovi. Při výcviku dochází pro psa k opravdovému zápolení, tím je jeho nervová soustava zatěžována. Tento výcvik zvládají jen povahově silní psi. K výcviku je potřeba dostatek zkušeností a vždy cvičit psa za přítomnosti zkušeného kynologa. Součástí výcviku psů je i jeho odměna, může to být slovní pochvala, pohlázení, pamlssek. Odměna ale musí přijít co nejdříve po vykonání cviku.

Dále klienti mohli vidět slalom mezi



nohama, odložení psa, donesení aportu či přeskok přes překážku. Co se našim klientům líbilo nejvíce? Samozřejmě volná zábava, kdy psůvodi přišli až ke klientům a ti si je mohli pohladit, podrbat, či jim dát z ruky piškot.

Návštěva psů naše klienty velmi zaujala. A není divu, jelikož: pes je nejlepší přítel člověka.

Canisterapie v Drhovli

Do domova v Drhovli pravidelně dochází od měsíce dubna canisterapeutický tým ve složení psůvoda Jany Žemličkové a portugalského vodního psa jménem Lavi. Jejich úkolem je především potěšit naše klienty a umožnit jim kontakt s pejskem, nejoblíbenějším lidským společníkem ze zvířecí říše. Jejich první návštěva u nás probíhala v duchu individuální canisterapie na pokojích klientů a střídá se i se skupinovou terapií.



Květinový den v Písku

Dne 2. 6. 2016 jsme uspořádali květinový den. Toto roční období nabízí nepřebernou škálu barev a tvarů květů. Pro naše klienty jsme si přichystaly luční a zahradní kvítí a malé povídky o těchto krásách naší přírody. Některé klientky okamžitě zavzpomínaly na své zahrádky, které měly doma a chlubily se svými pěstitelskými úspěchy. Všichni se zapojili do hádání názvů květin a úspěšně je poznávali.



V našem domově v současné době také kvete hodně pokojových květin, které můžeme obdivovat každý den.

Zahradní terapie v Drhovli



Jsme rádi, že druhé květnové pondělí odpoledne byla zahájena zahradní terapie. Mobilní zahrádky jsou opatřeny kolečky s brzdami, a tak se mohou snadno přemísťovat. Lidé na vozíčku mohou sedět jako za stolem. Uživatelé DZR si užívali možnosti práce se zemí a sázení voňavých bylinek. Při osazování čas velmi rychle utíkal. Nejdříve se zhodnotila kvalita zeminy, promíchala a upravila, a to nejen pomocí zahradních pomůcek. Poté nastal čas sázení. O každé bylince se diskutovalo. Jsme zvědaví, jak bylinky porostou. Těšíme se na mátu - máme několik druhů např. ananasovou nebo čokoládovou, dále na šalvěj, meduňku, levanduli, rozmarýn. Na zahrádce jsou vysazeny i méně známé byliny: kari, yzop a svatá bylina. Podařilo se zasadit i papriky a rajčata.

Až bylinky poporostou, lze si ochutit pití v letních horkých dnech např. mátou ananasovou. Máta čokoládová je ingredience, která se přidává do těsta na koláč. Ten má pak výraznou čokoládovou chuť. Levandulí, která se usuší, krásně provoníte pokoj. Všechny zasazené bylinky mají plnohodnotné využití. **Vaše spolupráce je vítána. Víte, na co se používá šalvěj? Najděte využití a informujte aktivizační pracovníci.**

Těšíme se na další hezké dny a práci na zahrádce. Děkujeme za pořízení mobilních zahrádek.

KULTURNÍ VYSTOUPENÍ V DUCHU PRVNÍ REPUBLIKY V DRHOVLI

V rámci aktivizace připravujeme našim klientům na sobotní odpoledne kulturní vystoupení, která u nich bývají velmi oblíbená. Kromě zážitků totiž klientům umožňují i smysluplné trávení volného víkendového času.

Na sobotní odpoledne 11. 6. 2016 nám připravila paní Lenka Kadečková velmi bohatý program. Naši klienti tak měli možnost přesunout – alespoň pomyslně - do období první republiky.

Jako první zazněly imitace písní „Slunečnice“ od Inky Zemánkové a „Přednosta stanice“, kterou známe v podání nezapomenutelného krále komiků Vlasty Buriana. Dále jsme slyšeli reprodukovanou píseň „Hříšní lidé města pražského“ ze stejnojmenného televizního seriálu z 30. let 20. století v podání Josefa Zímy, na kterou zatančila strakonická skupina Rozálie v dobových kostýmech.

Klienti se tak rázem přenesli do doby, kdy byl život méně uspěchaný, kdy lidé měli na sebe a svou rodinu více času a ve vzájemných vztazích bylo více úcty, slušnosti a zdvořilosti.

Nešlo pouze o taneční vystoupení, ale i o přehlídku tehdejší módy. Ženám nechyběly rukavičky, kloboučky, ozdoby ve vlasech, ale i boa. Muži v té době nosili převážně žaket, naši klienti ale mohli vidět spíše ležerní oblečení jako kárované pumpky, pletené vesty, saka, na hlavách pak bekovky.

Dále klienti mohli vidět imitovaný zpěv jedné z členek skupiny Karamelky písně z filmu Limonádový Joe „Když v baru houstne dým“. Následovalo vystoupení Kamelek, tanec charleston, který byl pojmenován podle města Charleston v Jižní Karolíně v USA. Klienti obdivovali nejen skvělé taneční výkony, ale i třpytivé kostýmy a členky s péry. Tanečnice tančily na hudbu našim klientům známé písně „Babičko, nauč mě charleston“.

Následovala divadelní scénka z filmu Přednosta stanice v podání Divadelního ochotnického spolku sv. Vavřinec. Známa scénka z filmu - prodej lístků na nádraží - byla tak věrohodná a vtipná, že nejen klientům, ale i pracovníkům, vykouzlila úsměv na tváři.

Závěr patřil francouzskému tanci dělnické třídy – kankánu. Na svou dobu byl kankán odvážný a pobuřující. Kankán znamená ve francouzštině „žvanit“ nebo „skandál“. Nejvíce se proslavil právě ve Francii v proslulém baru Moulin Rouge. Z tohoto tance sálá život a odvážnost, klienty vtáhl do nálady natolik, že začali tanečnice povzbuzovat, tleskali a zpívali, tanečnice na oplátku vyhazovaly nožky skutečně vysoko, téměř až do stropu.



Rádi bychom touto cestou poděkovali koordinátorce celého vystoupení, paní Lence Kadečkové, která sobotní prvorepublikovou podívanou našim klientům připravila bez nároku na honorář.

Naše díky a obdiv patří dále účinkujícím - Taneční skupině Rozálie ze Strakonic, Taneční skupině Karamelky z Kraselova a Divadelnímu ochotnickému spolku sv. Vavřinec z Kraselova. Účinkující nám předali kus sebe, tančili s vysokým nasazením a s tím, že celé vystoupení bylo připraveno pro potěšení našich klientů.

Výtvarné činnosti s prvky arteterapie v Drhovli

V našem Domově pro seniory Světlo v Drhovli jsme se s klienty věnovali arteterapii. Jedná se o léčebný postup, který využívá výtvarného projevu jako hlavního prostředku poznání a ovlivnění lidské psychiky a mezilidských vztahů. Jde o tvořivou činnost s výtvarným materiálem.

Malování na plátno mělo u našich klientů nečekaný úspěch a někteří z nich dokonce zvládli namalovat i vícero obrazů za sebou. Největší radost a motivaci měli klienti z



toho, že jejich obrazy budou zdobit interiér domova a případně že udělají radost i někomu dalšímu, neboť na zámecké slavnosti, která se koná v září, budou mít návštěvníci možnost některé z obrazů si zakoupit.

Účast klientů na turnaj v kuželnách v Táboře



Ve čtvrtek 16. června jsme přijali pozvání na turnaj v kuželnách a pétanque, který se konal v G-centru v Táboře.

Vyjeli jsme s nadšením brzy ráno, abychom si náležitě užili cestu a zároveň přijeli včas. Soutěžilo se venku na zahradě, a tak jsme si užívali hezkého dne. Po zahájení vypuklo soutěžení a my jsme bojovali s velkým nadšením. Sledovali jsme herní strategii ostatních soutěžících. Konkurence byla velká. Dařilo se nám v kuželnách, ale nejlépe se

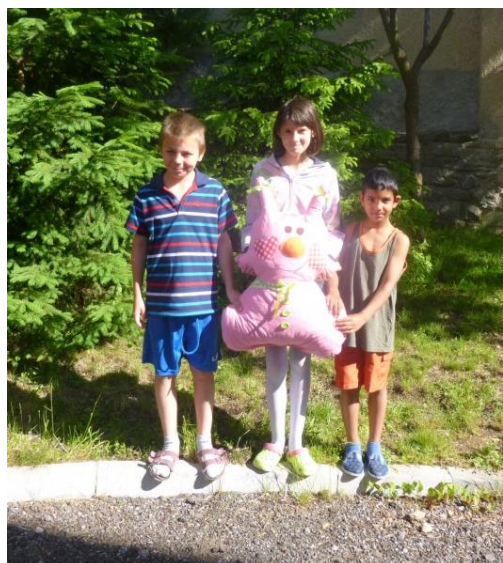
nám hrál pétanque. Nakonec se naše družstvo právě v pétanque umístilo na krásném 3. místě. Celkem soutěžilo 12 družstev, a tak jsme měli velkou radost, že jsme tak úspěšně reprezentovali Domov Světlo. Dobře jsme se najedli, poslechli si živou hudbu, zazpívali si, a poté se spokojeně vydali na zpáteční cestu.

PROJEKT SENIOŘI DĚTEM

PROJEKT DOMOVŮ PRO SENIORY NA PODPORU SBLÍŽENÍ SENIORŮ A DĚTÍ

Pár slov o motivaci k projektu

Senioři zastávají specifickou roli ve společnosti. Představují



důležitou studnici dovedností, znalostí a zkušeností, mnohdy bohužel nedocenenou. Stárnutí by mělo být pojato mimo jiné jako příležitost předávat

zkušenosti nastupující generaci. Někdy se stává, že na seniory je poněkud zapomínáno, ale i přesto jsou součástí života každého z nás. Mnozí si zcela jistě vzpomenou na období dětství, ve kterém nechyběly chvíle strávené s dědečkem a babičkou, kteří si na nás udělali čas, vyslechli nás nebo jen přečetli pohádku...



Cíl projektu

V našich domovech organizujeme pravidelně nejrůznější akce pro seniory, avšak nejvíce naše klienty zaujme přítomnost dětí. Naším cílem je opětovně spojit dvě různá pokolení a dostat do povědomí dětí, že i v seniorském věku člověk mnoho dokáže a že může být stále potřebný. Zkusme tedy dát našim seniorům čas a prostor, přiblížit se co nejblíže nejmladší generaci. A právě z toho důvodu jsme vymysleli tento projekt na podporu „přiblížení“ seniorů k dětem.

A jak si to představujeme? Děti mají rády dárky a pohádky. Takže spojíme naše síly a společně se pustíme do výroby látkové stonožky. Každý domov zapojený do projektu ušije jeden díl, jehož střih bude mít k dispozici. Jednotlivé díly budou spojeny k sobě suchým zipem, aby byla zachována flexibilita výrobku, kterou mají děti tak rády. Každý díl bude opatřen kapsičkou, do které bude vložena pohádka od klientů a malý dárek - drobnost, kterou senioři sami vyrobí. Pohádku každý domov vymyslí a sepíše. Po ušití dílu, vyrobení dárku a sepsání pohádky domov vše zabalí a odešle na adresu našeho zařízení. Zde se budou jednotlivé díly kompletovat do avizované stonožky. Do kapsičky může být také přiložen osobní vzkaz dětem, či jiná propagační věc domova. Originální díl z našeho domova a střih zašle každý zapojený domov na další adresu domova na přiloženém seznamu.

Cílem naší práce je odevzdání finálního výrobku „Stonožky Světluška“ dětem z Dětského domova. Těm bude „Světluška“ slavnostně předána po ukončení a zkompletování celého výrobku. Všechny domovy zapojené do projektu budeme informovat prostřednictvím dostupných zdrojů.

Dětské domovy zapojené do projektu

1. Dětský domov a Školní jídelna, Zvíkovské podhradí
2. DDSS Volyně
3. Dětský domov Písek

Která sociální zařízení pro seniory se do projektu zapojila, si můžete přečíst na našich webových stránkách. Přihlásilo se nám jich celkem 49 z celé ČR.

Pohádka o vodní víle Drhovlince

Bylo, nebylo, dávno tomu se udál příběh, nebo to byla pohádka? Ostatně kdo, ví? Tak tedy, pokud chcete, budu vám ji vyprávět...

V překrásné krajině stál rozlehlý zámek, v kterém žil král Radmil a královna Renáta. Žili si krásně, jen přeci jen jim chybělo něco nebo spíše někdo, kdo by jim naplnil jejich život, kdo by zahřál jejich srdíčka. Jistě uhodnete, že to byly právě děti, které jim velmi chyběly. Královna byla velmi smutná, často plakala.



Až jednou, když král jel na hon do okolních lesů, spatřil lišku, kterou chtěl zastřelit. Liška však k němu promluvila lidským hlasem: „Můj králi nestřílej mě, vím, co tě trápí, a vím, jak ti pomoci“. Král s nataženou tětivou kuše a naměřeným šípem na lišku, ztuhl v němém úžasu. Nikdy neslyšel, že by liška mluvila lidským hlasem. A navíc si ani neuvědomil, že je tu s liškou sám, bez své družiny. Kdepak je družiny asi konec? Král se otáčel, ale nikoho krom lišky tam neviděl, hlavou se mu honilo, že se mu to asi jen zdá. Liška však pokračovala dál: „Můj králi, pokud mě necháš žít, povím ti tajemství“. Král tehdy uvěřil, že to není jen sen a pravil: „Nechám tě žít, ale nechápu, jak zrovna ty bys mi mohla pomoci?“ „Králi, jeď domů a cestou se neotáčej, ať se děje, co se děje, ať uslyšíš, co uslyšíš, jen uháněj do svého zámku. Toho, koho potkáš za branou, jako prvního požádej, ať uprostřed zahrady najde pramen vody. Na tomto místě nechej postavit kašnu, do které dej tři lekníny. Až vykvete první leknín, královně se narodí první syn. Pokud se budeš o lekníny dobře starat, vykvetou ti i další dva lekníny, tehdy se ti narodí dvojčata syn a dcera.“ Poté liška pomalu odešla do hlubokého lesa, až se úplně ztratila. Král chvíli ještě oněměn tím, co mu liška řekla, seděl v sedle svého divokého černého hřebce. Potom ale zabodl nohy do boků svého koně. Kůň se vzepjal a vezl svého pána tryskem k domovu. Za sebou slyšel křik a dusot koní, volání, padání kamenů. Už, už se chtěl otočit, ale vzpomněl si na lišku, co mu řekla. Jel dál divoce, až dojel k branám svého zámku. Teprve tehdy svého koně s pěnou v nozdrách zastavil. Za branou nikoho neviděl. Pomyslel si, že si z něho liška pěkně vystřelila, ale najednou kde se vzala, tu se vzala, stála před ním krásná víla, která se celá leskla, jakoby byla poseta diamanty. A tu si král všiml, že to nejsou diamanty, ale třpytící se voda. Pochopil, že je to vodní víla. Seskočil z koně a to už víla k němu pravila: „Králi, děkuji ti, že jsi nechal mou kmotru na živu. Jsem vodní víla Drhovlinka. Na oplátku ti povím, kde se ukrývá v tvých zahradách pramen vody, kde nech postavit kašnu.“ Král tedy následoval vílu do svých zahrad. Víla mu ukázala místo, a král tam skutečně nechal postavit na prameni krásnou kamennou kašnu s vodotryskem. Nechal tam zasadit tři lekníny a čekal, co se stane.

Každý den chodil ke kašně společně s královnou a sledoval, jak lekníny rostou. A skutečně rozkvetl první leknín a královně se narodil v ten den syn, kterému dali jméno Jarmil. Když Jarmil udělal první krůčky, vykvetly další dva lekníny a královna porodila dvojčata syna Martina a dceru Verunku. V zámku se tak všichni měli co ohánět, byly povolány dvě chůvy, které hlídaly malá princátka. A děti rostly jako z vody. No vždyť oni byly vlastně z vody. Tehdy král a královna byli tak šťastni, že zapomněli na jejich pravidelné vysedávání u jejich kašny.

V kašně začala voda vysychat, vysychala a vysychala, až vyschla úplně. Tehdy se na krále a královnu víla rozzlobila. Zjevila se jim a pravila: „Králi a královno, protože jste na mě zapomněli, nechali jste v kašně vyschnout vodu, která je potřebná pro všechny na této zemi, tak vás za to potrestám. Beru si vaše děti k sobě a vy zůstanete bez nich.“ Jak řekla, tak se stalo. Král a královna nařikali, plakali, volali své děti, prosili, ale vše bylo marné. Děti byly pryč a s nimi odešla veškerá radost ze zámku. Zámek byl potažen černým sukem a v celém království byl vyhlášen smutek po ztracených princátkách. Král vysílal své družiny po celé zemi, aby hledaly vodní vílu, ale po víle jakoby se slehla zem.



Jednoho dne král vyjel na lov na svém hřebci společně s družinou. Dlouho v lesích nemohli narazit na žádnou kořist. Až se najednou objevila liška, král pobídl svého koně a hnál se lesem za liškou. Najednou jeho kůň zpomalil, až se úplně na překrásném zeleném paloučku uprostřed mýtiny zastavil a tu kde se vzala, tu se vzala, stála před ním liška. Jakoby tu lišku už někdy viděl. Jakoby ji snad i znal. Byla mu najednou povědomá. Mezi větvemi vykukovaly paprsky sluníčka, které ozářily ryšavý kožich lišky. Liška se na krále také podívala a král se rozplakal. Poznal totiž onu lišku, kterou kdysi nezastřelil, která mu pomohla a přinesla do jeho života štěstí v podobě dětí.

„Liško, prosím, moc prosím, vím, že jsem udělal spoustu chyb, že jsem nebyl vděčný a zapomněl jsem na vílu a nechal vyschnout vodu v kašně. Prosím tě, řekni mi, jak získat zpět své děti?“ „Vím, co jsi udělal. Ale myslím, že jsi byl již potrestán dost. Jeď domů a vyčisti kašnu, a až v kašně znovu začne tryskat voda z vodotrysku, navrátí se tak víla Drhovlinka do oné kašny, pak kup lípy a u zámku podél cesty, je vysaď. Lípy musíš pravidelně zalévat, aby zakořenily. Zároveň nech postavit tři výklenkové kapličky, které nech zasvětit sv. Floriánu, sv. Prokopu a sv. Rozálii, kterou nech vystavět u vysázené lipové aleje. Bude to práce těžká, ale když vydržíš, přinese ti zasloužené plody tvé práce“. „Děkuji ti liško, jak pravíš, tak udělám“, řekl král a tak vysázel podél cesty lipovou alej, pravidelně stromy zaléval a alej rostla jako z vody. Zároveň nechal vystavět několik výklenkových kaplí. Když byla dostavěna poslední svaté Rozálie byl velmi unaven.

Víla se však stále nevrátila do jeho kašny. A tu si uvědomil, že kapličky zapomněl vysvětit. Povolal tedy faráře a procesí šlo ke kapličkám, které farář vysvětil. Když byly u poslední kapličky u lipové aleje, tehdy stromy jakoby zpívaly a šuměly, byly slyšet včelky, které opilovávaly květy v aleji, ptáčci zpívali a tehdy se nebe vyjasnilo a před celým procesím se zjevila víla Drhovlinka v celé své kráse a pravila: „Králi a královno, vidím, že vaše láska k vašim dětem je velmi silná, i mě obměkčila a proto vám vaše tři děti vracím. Vždyť se na vás stále ptaly. Již nikdy nenechte vyschnout kašnu a važte si vody. Voda je potřebná, je to život. Život, který máte ve svých rukách“. A víla se ztratila, zůstaly po ní jen mokré třpytící se stopy a tři diamanty. V tu chvíli vyběhly z poza lip jejich tři děti. „Maminko, tatínku, jak se nám po vás stýskalo“, objímání nebralo konce.

Společně šli všichni zpět do zámku. Do kašny nechali zasadit lekníny, a jak šel čas, děti vyrostly, princové se oženili, princezna se vdala. A co je zajímavé, vždy když vykvetl leknín, narodilo se jim děťátko, a že těch dětí bylo, co vám budu vyprávět. O kašnu se pečlivě starali a vždy dbali, aby voda v ní byla čistá. Víla Drhovlinka se od té doby již nezjevila a proč taky, když všechno bylo tak, jak má být. Kdesi v kašně se traduje, že na památku nechal král a královna uložit ony tři diamanty. Kdo je najde, může si přát přání, víla Drhovlinka mu je splní. Dosud je však nikdo nenašel.

A kdo ví, jestli je to pravda, nebo jen pohádka? Ale pravdou je, že lidé do kašen hází peníze a něco si přejí. A jaká přání mají? To vám nemůžu říci, neboť přání, pokud se vyzradí, nesplní se. Takže mějte svá přání a pokud si je budete moc přát, splní se. Třeba právě probudíte vílu Drhovlinku, která vám je splní...

MINI rozhovor s pečovatelkou Andreou Váchovou, DS Světlo Drhovle



Ahoj Andrejko, proč sis vybrala práci v DS Drhovle?

Na DS Drhovle jsem slyšela kladné ohlasy, tak jsem zkusila požádat o místo, a ono to vyšlo.

Jak sis tady zvykla?

Zvykla jsem si relativně dobře, začátky byly krušnější, ale na režim, lidi, klienty i kolegy si musí zvyknout každý, kdo tady chce pracovat.

Jak ses dostala k pečovatelské profesi a v čem si myslíš, že je potřebná?

Mám vystudovanou SZŠ, tak asi tak. Potřebná je v tom, že ji většina z nás bude asi také jednou potřebovat a budeme rádi, když nám ji někdo vstřícný poskytne. Za pomoc je každý rád.

Co bys chtěla vzkázat našim klientům? Klientům bych vzkázala více optimismu do života. Ať se jim zde líbí a jsou spokojeni.



MINI rozhovor s pečovatelkou Blankou Lidovou, DS Světlo, Písek

Proč jste si vybrala náš Domov?

Dobrý den všem, jmenuji se Blanka Lidová a v sociálních službách pracuji bezmála jedenáct let. Více než deset let jsem byla zaměstnaná v sanatoriu zaměřeném na klienty s Alzheimerovou chorobou. DS Světlo mě lákalo vždy, když jsem procházela okolo. Krásná budova a usměvaví klienti na lavičkách. Několikrát mi hlavou proběhla myšlenka, že bych tady chtěla pracovat.

Jak jste si tady zvykla?

Nešlo ani tak o zvyk, jako o orientaci v prostoru a zapamatování si třiaosmdesáti nových jmen a příjmení našich klientů. S ohledem na můj věk to bylo složitější, ale zvládla jsem to. Alespoň doufám.

Jak jste se dostala k pečovatelské profesi?

Vystudovala jsem spojovou manipulanku v Karlových Varech, tedy nic společného se současnou profesí. Ve čtyřiceti letech mě dosavadní práce přestala naplňovat a hledala jsem profesi, kde budu moci dávat, moci pomáhat, pohladit... a která mě bude naplňovat.

V čem si myslíte, že je potřebná?

Když se někdo staral o své rodiče nebo prarodiče, ví, že to není lehká práce. Ale všichni, kdo tady pracujeme, si uvědomujeme, že tuto profesi nejde brát jako práci, ale spíše jako poslání. Všechn čas věnujeme rozvíjení nebo udržení soběstačnosti, pomoci klientovi, co nezvládne sám. A jeho úsměv pak za to stojí.

Co byste vzkázala našim klientům?

Přeji všem pevné zdraví, spokojenost v domově, časté návštěvy rodin, na které tak čekáte. A když neprijedou – máte nás, jsme jedna velká rodina!





DOMOV PRO SENIORY SVĚTLO DRHOVLÉ
VÁS SRDEČNĚ ZVE NA
XIII. ROČNÍK ZÁMECKÉ SLAVNOSTI

DNE 10. 9. 2016

OD 14 HODIN

MODERUJE:

KLÁRA VOSYKOVÁ
VÁCLAV VOSKA

PROGRAM:



AC SOLE
ZIP PÍSEK
ŘEPICKÉ BABČI
TANEČNÍ SOUBOR ČÍŽOVÁ
ORIENTÁLNÍ TANEČNICE LEJLA
BABSKÝ SBOR HORNÍ POŘÍČÍ
TANEČNÍ SKUPINA LOUISIANA
SKUPINA HISTORICKÉHO ŠERMU MARKÝZ



DOPROVODNÝ PROGRAM:

CANISTERAPIE HAŘÍK
VÝSTAVA LOVECKÝCH TROFEJÍ
VÝSTAVA KVĚTINOVÝCH VAZEB



HUDEBNÍ DOPROVOD:

KAPELA TALISMAN



VSTUPNÉ DOBROVOLNÉ

VÝTĚŽEK BUDE VĚNOVÁN NA AKTIVIZAČNÍ ČINNOSTI KLIENTŮ