

D - magazín

Úvodní slova

Milí čtenáři, i v roce 2016 budete moci pravidelně sledovat aktuality ze světa, z okolí a především z obou poboček Domova Světlo. Začínající jaro se nám hlásí ve znamení tradičních velikonočních oslav i pořádání netradičních výletů. Hřejivé paprsky také lákají k pohybu, a tak se klienti našeho Domova s vervou zapojili do soutěže Jedeme v tom společně! Jak to dopadlo, už se dozvíte uvnitř magazínu. V rozhovoru se seznámíte se Soňou Lovásovou, které tímto předávám tvoření příštích čísel magazínu. Já se s Vámi tímto číslem loučím a závěrem Vám přeji krásné jaro a do dalších dnů jen to dobré.

Bc. Klára Vosyková
Aktivizační pracovnice

číslo 1/2016
leden - březen 2016

D-magazín

Vydává a tiskne pro
vnitřní potřebu
*Domov pro seniory
Světlo*

Sídlo zařízení:
Drhovle 44, 397 01 Písek
IČO: 708 69 812
Tel.: 380 425 850 Drhovle
Tel.: 382 789 611 Písek
Fax: fax: 382 273 291

www.dps-svetlo.cz

číslo účtu: 3723271/0100

redakční mail:

vosykovaklara@gmail.com

odpovědná osoba pro
vydávání a obsah

D-magazínu:
Martina Kolářiková
Bc. Klára Vosyková

D-magazín je zdarma
distribován do dílen, na
nástěnky, klubovny a
veřejné prostory domova.



Pranostiky:**V dubnu čas a panský kvas.****Panská láska a dubnový sníh za mnoho nestojí.****Sníh v máji - hodně trávy.****Studený máj - v stodole ráj.****Suchý březen, chladný máj - bude humno jako ráj.****Na svatého Jiří vylézají hadi a štíři. (24. 4.)****Májová vlažička - naroste travička; májový deštíček - poroste chlebiček.****Před Servácem není léta, po Serváci s mrazy veta. (14. 5.)****Stanislavova jařice (7. 5.), Urbanův oves (25. 5.) a Vítův len (15. 6.) vyhánějí hospodáře z domu ven.****VTÍPEK ČTVRTLETÍ ☺****Přijde pán k chlapečkovi a ptá se ho:****"Nevíš, kde tady bydlí pan Novák?"****"Vím, pojd'te, já vám to ukážu."****Když vyjdou společně až do dvacátého patra, chlapeček ukáže na dveře a povídá:****"No, tak tady bydlí ten pan Novák, ale jestli s ním chcete mluvit, tak sedí na lavičce před domem."*****První poslové jara***

Sotva sněhy začly tát,
přiletěli tažní ptáci
- dřív než přišla
jara vlada,
teplé slunce, zeleň
mladá.

Jejich zvučné hlasy
hlad
umlčel a navždy
ztišil.
Zemi nevdechli, jež
studí,
jaro, které nesli
v hrudi.

Stačili však dát
nám znát,
kolik krásy zítřek
skrývá.

Teprv pak, když po
všem bylo,
začlo jara slavné
dílo.

***Rainis vl. jménem Jānis
Pliekšāns***

*(nejvýznamnější lotyšský
básník a dramatik)*

český překlad: R. Parolek



SPOLEČENSKÁ RUBRIKA DS PÍSEK

V měsících LEDEN – BŘEZEN rozšířili naše řady:

Kvěchová Marie
Sulková Růžena

***Všechny výše jmenované mezi námi srdečně
vítáme!!!***



V měsících LEDEN - BŘEZEN nás navždy opustili:

Zittová Marie
Majerová Anežka
Tvrzická Božena
Kvěchová Marie
Slabá Olga
Blažek Josef
Sulková Růžena

***Uctěme, prosím, v tichosti jejich
památku.***



***V měsících DUBEN - ČERVEN
narozeniny oslaví:***

6.4. Pinc Milan
20.4. Vranovská Růžena
24.4. Bauerová Jiřina

13.5. Klímová Milena
15.5. Nováčková Žofie
20.5. Havlíčková Anna
23.5. Měšťanová Hana
29.5. Lukáčová Hana

1.6. Dvořáková Miloslava
3.6. Sladovník Jiří
7.6. Hulalová Zdeňka
8.6. Vimmer Jiří
15.6. Šachová Zdeňka



SPOLEČENSKÁ RUBRIKA DS DRHOVLE***V měsících DUBEN - ČERVEN narozeniny oslaví:***

Erbanová Marie (17. 4.)
 Faifrová Eva (22. 4.)
 Čejdík Jiří (24. 4.)
 Lebeda Jaroslav (25. 4.)
 Kohoutová Anna (27. 4.)
 Piekarová Marie (27. 4.)



Klímová Helena (1. 5.)
 Svatoš Miloslav (3. 5.)
 Smilová Růžena (4. 5.)
 Trázníková Stanislava (7. 5.)
 Šebková Božena (11. 5.)
 Pacalt Vladmír (12. 5.)
 Kučerová Antonie (17. 5.)
 Kučírková Jiřina (18. 5.)
 Vlna Josef (18. 5.)
 Žáková Marie (18. 5.)
 Opltová Zdeňka (24. 5.)
 Moudrý Antonín (26. 5.)

Srnková Jaroslava (1. 6.)
 Janáč Petr (5. 6.)
 Krejča Jindřich (6. 6.)
 Kohoutová Marie (10. 6.)
 Musilová Marie (16. 6.)
 Dušková Hana (18. 6.)
 Hrubcová Marie (21. 6.)
 Marková Anna (24. 6.)
 Vévodová Karla (24. 6.)
 Barešová Libuše (26. 6.)

Blahopřejeme našim jubilantům!!!

V měsících LEDEN - BŘEZEN rozšířili naše řady:

Fuková Anna
 Čipera Václav
 Brabencová Jiřina
 Kohoutová Anna
 Kašpar Josef
 Kučírková Jiřina
 Koubová Marie



Všechny výše jmenované mezi námi srdečně vítáme!!!

V měsících LEDEN - BŘEZEN nás navždy opustili:

Brabencová Jiřina
 Vlk Václav
 Majerová Olga
 Špička Josef
 Kothánková Božena



Uctěme, prosím, v tichosti jejich památku...

Dění v DS Drhovle...**Active Citizens****projekt v podání Střední školy a Jazykové školy Volyně**

Dne 27. 1. 2016 jsme uvítali v prostorách společenského sálu studentky Střední školy a Jazykové školy Volyně, které si připravily pro naše klienty v rámci programu Active Citizens aktivizační činnosti. Prvotně proběhlo rozdělení klientů na dvě skupiny. Jedna skupinka byla usazena do kruhu, klienti si tak mohli vychutnat masáž s pomocí masážních míčků. Po chvíli byly role prohozeny a klienti byli tak více vtaženi do děje. Bylo to pro ně něco nového, dosud nepoznaného. Nejprve masírovali s ostychem, ale ve finále jim „masáž“ přišla zcela přirozená a zapojili se aktivně.

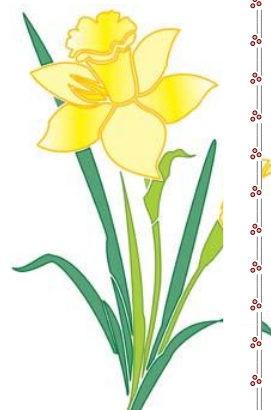
Druhá skupinka vyráběla na nadcházející velikonoční svátky výzdobu v podobě zajíčků. Skupinky se po chvíli prohodily. V závěru děvčata rozdala klientům linecké cukroví, které upekli jejich vrstevníci v oboru cukrář. Třešničkou byla píseň „Kat’uša“, kterou byla za skandování studentek „nucena“ zahrát a zazpívat jejich paní učitelka Galina Volodina.

Kdo si tuto píseň pamatoval ze školních lavic, připojil se...

O projektu Active Citizens

„Mysli globálně, jednej lokálně,“ je heslo, které provází koncept trvale udržitelného rozvoje od jeho vzniku koncem 20.století.

Program Active Citizens na něj navazuje svou snahou zdůrazňovat a zpřítomňovat skutečnost, že žijeme v kultuře, ekonomicky i



Dění v DS Drhově...



politicky provázeném světě, ve kterém jednání na lokální úrovni ovlivňuje životy na jiných místech planety. Mírně upravené motto světového programu „Globálně propojení, místně zapojení“ usiluje v tomto smyslu o to, aby rostoucí propojení vedlo k pozitivním dopadům. Jinými slovy – usiluje o svět, ve kterém se lidé cítí zplnomocnění k tomu spolupracovat bezkonfliktně a efektivně s druhými na udržitelném rozvoji svých komunit, tedy míst, kde žijí. Česká republika se rozhodla přenést program Active Citizens na půdu středních škol, protože došla k přesvědčení, že úzce souvisí s občanským vzděláváním a výchovou k demokracii. Podstatným důvodem je také to, že na českých školách stále do velké míry chybí prostor pro začlenění neformálního vzdělávání a školy často fungují jako uzavřené instituce bez většího propojení. Active Citizens – komunitní vzdělávání pro střední školy je tříletý projekt, který od roku 2012 společně realizuje i střední škola a jazyková škola ve Volyni s organizací British Council a Člověk v tísni, o.p.s. – program Varianty. Cílem je vzdělávání učitelů a studentů, rozvoj školy jako centra komunitního života a tvorba nové metodiky. Projekt je financován z Operačního programu Vzdělávání pro konkurenceschopnost. V současné době je do projektu zapojeno 14 středních škol z celé republiky. Silně v něm rezonují témata aktivního občanství a dobrovolnictví. V letech 2012 - 2014 byl projekt financován z Operačního programu Vzdělávání pro konkurenceschopnost.

Motto Active Citizens: „Myslím si, že hodně lidí říká, že něco nejde udělat, protože to nikdy ani nezkusili. Je to jenom záminka. Většina věcí i zdánlivě nemožných tvrdou prací dosáhnout lze. Myslím, že je to vůle, co lidem často schází.“ SIR NICHOLAS WINTON, britský makléř a zachránce židovských dětí“



Sbírání inspirací „DOMOV PETRA MAČKOV“

Po domluvě s vedoucí chráněného bydlení a sociálně terapeutického úseku Bc. Petrou Očenáškovou jsme se vypravili do Domova Petra v Mačkově. Náš zájem byl zaměřen převážně na sběr inspirací v aktivizačních dílnách. Po vstupu do domova nás čekalo milé přivítání a ukázka celého domova. V domově je několik terapeutických dílen. Co dílna, to jiná činnost. Navštívili jsme mimo jiné dílnu keramiky, tkaní, malby na hedvábí, dílnu arteterapie, pletení, výrobu dekorací a loutek aj.

Děni v DS Drhově...

Zajímali jsme se o dílnu keramiky, kde jsme záměrně setrvali déle. Dozvěděli jsme se, kde nakupují hlínu a glazuru, co je to burel a jeho technika použití. Jen tak pro zajímavost víte, co je onen zmiňovaný burel a na co se používá (odpověď viz níže)?

V domově jsme obdivovali nejen krásný bazén, který má možnost využít veřejnost za 80Kč na osobu, ale i dlouhou chodbu s květinami, o které se starají klientky v rámci květinového kroužku a pak již jen kávička ve vstupní hale.



i



Odpověď: Burel je oxid mangančitý, používá se jako barevný pigment v keramice.

Masopust 2016 V Drhovli



15. února jsme uspořádali pro naše obyvatele tradiční Masopustní zábavu. Masky oblékli nejen klienti, ale i personál a tak se mohla rozjet pravá masopustní veselice. K tanci a poslechu hrála oblíbená Písecká čtyřka. Nechyběly ani masopustní koblihy, ke kterým se podávala káva

nebo čaj. K vyrovnání chutě byly připraveny i utopenci se zelím, takže každý si přišel na

své. Na závěr krásného odpoledne byly vyhlášeny nejlepší a nejoriginálnější masky a nejlepší tanečníci.

Dění v DS Drhovle...

Neděle s Píseckým pěveckým sborem Sonitus

„Jsem ráda, že jste nám připravili tak příjemné nedělní odpoledne. I v neděli je tu živo“, byla slova naší klientky paní Piekarové, která se právě vracela z kulturního vystoupení „PĚVECKÉHO SBORU SONITUS Z PÍSKU“, který vede dirigent Václav Kraus z Prachatic.

Zazněly písně lidové i klasického žánru. Premiéru v našem domově měla slovenská píseň „KEĎ JA POJDĚM“. Po zvuku prvních tónů písně došlo k soustředěnému sledování nedělního koncertu, který byl silným zážitkem kvalitní hudby.

Sbormistr popřál hodně štěstí, zdraví a pohody všem našim klientům a krásné prožití nadcházejících svátků jara.

Kvíz: Znáte německého hudebního skladatele, který napsal populární klavírní skladbu [Pro Elišku](#) a symfonii Osudová? Odpověď naleznete pod článkem.

„Hudba je zjevení vyššího rozumu a moudrosti.“

(německý hudební skladatel viz kvíz)



Odpověď: Ludwig Van Beethoven



Děni v DS Drhovle...**Oslava MDŽ**

V Drhovli jsme 9. března odpoledne, oslavili MDŽ. soubor Beaby Elektrik několik verzí moderního doplněné autentickými zarecitovaly tematické společně se všemi přítomnými ženami si několik známých lidových Během malé přestávky si přítomní pochutnali na připraveném občerstvení. Na závěr předaly děti ženám kytičku a přáníčko. Ženám, které se osobně nemohly zúčastnit, byla kytky a přání donesena a předána na pokoji.

Slovy našich seniorek: „Odpoledne strávené s dětmi, bylo tím nejlepším dárkem k MDŽ“.



Dětský předvedl tancování kostýmy, básničky a zazpívaly písní. všichni



Dění v DS Drhovle...**NÁVŠTĚVA LUKA RACING – DOSTIHOVÉ STŘEDISKO BOŠOVICE**

Den otevřených dveří v dostihovém středisku Luka racing se konal dne 26. března 2016 od 10 hodin. Tréninkové středisko patří v současné době k nejúspěšnějším zařízením svého druhu v České republice. Ing. Václav Luka mladší má se svým týmem na starosti více než šedesát dostihových koní. Je držitelem trenérské licence od roku 2005 a za uplynulých 11. sezón získali jím připravovaní koně 274 vítězství a vydělali svým majitelům přes 43 000 000 Kč. V novém tréninkovém středisku Bošovice je od prosince 2008, kde hned od první sezóny slaví mnoho úspěchů a připravil několik šampiónů a koní úspěšných v západní Evropě.

Mimo jiné vlastní středisko unikátní all-weather dráhu. Speciální povrch dráhy zajišťuje maximální komfort a šetrnost pro koňský pohybový aparát. Za zmínku stojí nízkofrekvenční ultrazvuk a krytý kolotoč se speciálním protiskluzovým povrchem a s odpruženou pryžovou dlažbou. Díky tomu, že je celý kolotoč průzorný, mají koně lepší psychickou vyrovnanost.

Po prohlídce stájí jsme se přesunuli na ukázkou tréninku dostihových koní. Byla možnost si některé koně pohladit a zároveň nám byly předvedeny koně na prodej s možností založení syndikátu. Poznali jsme blíže tento krásný sport plný emocí, adrenalinu a zážitků.

Některé koně bylo možno vybrat do honorované soutěže Luka racing stars! Přihláška do soutěže je zdarma. Jedná se o tradiční soutěž dostihového střediska Luka racing, při níž je možno zažít atmosféru a pocit vítězství, které zažívá majitel při vlastnění stáje. Stačí si vybrat koně, vytvořit svou virtuální stáj a prožívat úspěch, ale i zklamání. Navíc je možnost výhry deset tisíc korun a další věcné ceny.

*Kvíz - řešení níže: All-weather dráha je: a) jediná v ČR v Bošovicích
b) v Praze a Pardubicích
c) v Anglii*



Řešení: správná odpověď je za a).



Dění v DS Drhově...

Velikonoční veselice aneb vítání jara

Každým rokem se klienti těší na tradiční „VELIKONOČNÍ VESELICI“, která je spjata s tancem, zpěvem a poslechem hudby. Značí však také příchod jara, pro který je v drhovelském parku typický zpěv ptáků a kaskády zlatožlutých „kočiček“.

V letošním roce se uskutečnila 23. 3. 2016. K



akci patří Písecká čtyřka, která hraje a zpívá



k tanci a poslechu. Přípravy probíhaly již týden dopředu, kdy klientky pekly a zdobily velikonoční perníčky a beránka. Podávala se káva, čaj a nealkoholické pivo.

V našem domově to prostě žije!!!

Jaro vstává

*Sníh se ztrácí, ledy tají,
jaro vstává v celém kraji,
slunce hřeje, zemi hladí,
tóny písni ptácci ladí.*

PODÍLEJTE SE NA TVORBĚ D-MAGAZÍNU!

Chybí Vám v našem magazínu něco? Máte nápady, fotografie, básničky, písničky, recepty nebo chcete publikovat svoje vzpomínky a zážitky? Stačí oslovit jakoukoli aktivizační pracovníci osobně či prostřednictvím dalšího

Schůzka vedení s obyvateli

24. 2. 2016 se konala schůzka vedení domova s obyvateli, kteří měli možnost vyjádřit se k tomu, s čím nejsou v domově spokojeni, co by chtěli změnit, či naopak, co se jim v domově líbí. Hovořilo se o kvalitě jídla, o aktivizačních činnostech a akcích, které nás v nejbližší době čekají. Obyvatelé se vyjadřovali i

k ošetrovatelské a zdravotní péči. Schůzka proběhla v příjemné atmosféře, ke které přispělo i občerstvení podávané aktivizačními pracovníci.

Schůzku zahájila
ředitelka domova
Mgr. Milada
Chylíková



Obyvatelé měli
prostor na diskuzi a
hodnocení služby.

Zápis ze schůzky s obyvateli ze dne 24.2.2016 (DS Písek)

Přítomni: Mgr. Milada Chylíková, Martina Kolářiková DiS,
Renáta Sobášská, Jana Efenberková, 24 klientů domova

1. Paní ředitelka informovala o následujícím:

- Dlažbu na zahradě u vstupu doplníme na vlastní náklady.
- V aktivizační dílně, v kapli a na společenské místnosti v 1. patře bude nainstalována klimatizace.
- Na zahradu by měl být umístěn zvonek.
- Informovala o pohybu neznámé osoby v domově – bude hlášeno na Policii. V případě pohybu někoho podezřelého v zařízení prosíme neprodleně informovat personál. V případě, že recepční musí opustit prostor recepce, budovu na chvíli uzamkne.



2. Vedoucí sociálněaktivizačního úseku:

- Informovala o kulturních akcích chystaných na březen, duben, květen (bližší informace na nástěnkách).
- Informovala o možnosti zúčastnit se vystoupení pěveckého souboru Sonitus 13.3.2016 od 15:00 v Drhovli, výletu do dostihového střediska Luka 26.3.2016, autobusové výletu dne 26.5.2016 do ZOO Dvorec u Českých Budějovic a do Borovanského mlýna. Hlásit je možné u aktivizačních a sociálních pracovníků.

- DS Světlo se zapojil do projektu „*Jedeme v tom společně*“, který odstartuje 1.3.2016. Velmi děkujeme účastníkům z řad klientů za reprezentaci našeho domova. Byly nakoupeny 4 rotopedy, jejichž zakoupení sponzoroval ministr financí Andrej Babiš.
- Přihlásili jsme se do projektu Sodexo – „*Plníme přání seniorům*“ – našim přáním je pořízení mobilních zahrádek.
- Jsou aktualizované www stránky domova, založeny nové stránky na facebooku.
- Zpracovává se Výroční zpráva za rok 2015, která bude cca v 4/2016 k dispozici.
- V 3/2016 budou zájemci o trvalý pobyt v domově přihlášení na píseckém městském úřadě. V případě zájmu o přihlášení tuto skutečnost neprodleně oznamte pí Kolářikové.

3. Připomínky klientů:

- Pan Startl zavírá dveře na zahradu i když jsou tam klienti. (Bude nainstalován zvonek na recepci).
- Paní Krillová ocenila náročnou práci personálu v přímé péči a velice za ni děkuje. Stejně tak paní Bartůňková velmi děkuje za péči a za to, že zde našla nový domov.
- Noční kontroly – nejsou prováděny u všech.
Vyjádření vrchní sestry: Noční kontroly jsou prováděny dle domluvy klienta s personálem. V případě, že si klient přeje kontroly častější, upozorní ošetřující personál. (paní Hulalová, paní Márová – přejí si kontroly).
- Pan Sladovník upozornil na pozdní dodání léků ze smluvní pražské lékárny. Paní vrchní informovala, že v případě nutnosti (antibiotika atd.) jsou léky vyzvedávány v lékárně v nemocnici. V případě, že si chce rodina vyzvedávat léky v jiné lékárně, lze se domluvit se staniční sestrou.

4. Připomínky ke stravě → předány do kuchyně a pracovníkům v přímé péči

- Vedoucí kuchyně paní Efenberková informovala, že v létě bude nový jídelní lístek – schvaluje jej nutriční terapeutka. Taktéž na velikonoce bude nový jídelníček. Opět budou rozdávány velikonoční balíčky.



Připomínky klientů:

- Jídlo je stále velmi slané, i když na tuto skutečnost bylo upozorněno i při minulé schůzce.
- Maso – velmi tvrdé, nelze jej rozkousat.
- Brambory a rýže nedovařené.
- Omáčky – „zakudlané“ příliš husté!
- Ovocný koláč je často syrový

Snídaně: paní Žáková, paní Krejčová, paní Svatošová, paní Měšťanová si nepřejí měkký sýr (trojúhelníčky) místo něj raději něco jiného (plátkový sýr,...)

V Písku dne 26.2.2016, zapsala: Martina Kolářiková, DiS

Zápis ze schůzky s obyvateli ze dne 24.2.2016 (DS Drhovle)

Přítomni: Mgr. Milada Chylíková, Renata Sobášská, Bc. Radka Červenková, Jarmila Hlavsová, Jana Efenberková, Veronika Trykarová, 19 klientů domova

Paní ředitelka přivítala všechny přítomné.

- nové informace:

byla zakoupena nová lůžka a nové matrace

od 1. března bude v domově probíhat projekt „Jedeme v tom společně“

představena nabídka akcí na březen, všichni zájemci mají možnost se hlásit u aktivizačních pracovníc, příp. u sociální pracovníce

- připomínky ke stravování:

většina přítomných stravu pochválila

někdy je tvrdá rýže, brambory, maso – je třeba řešit stížnosti na jídlo okamžitě přes přímou péči nebo vedoucí přímé péče paní Červenkovou

pizza nebyla dobrá, některým klientům nechutná bulgur

občas není dodána strava dle objednání – ihned hlásit pí. Červenkové

budou nové velikonoční a letní jídelní lístky – je možné dát požadavky na oblíbená jídla, pokud to bude reálné, budou požadavky zohledněny v nových jídelních lístcích

- stížnosti:

občas dochází ke ztrátám osobního prádla klientů – bude prováděna větší kontrola roznášení prádla z prádelny

stížnost na kuřáky – nechávají otevřené dveře z kuřárny především v suterénu – personál bude častěji kontrolovat a upozorňovat klienty, aby dveře zavírali a neobtěžovali zápachem z kuřárny ostatní klienty

dotaz, proč došlo k uzavření vstupních bran: před 14 dny se dostal neznámý člověk do pobočky v Písku (řešeno Policií ČR), z důvodu bezpečnosti bude přední malá branka otevřena ve všední dny od 7.00 – 15.00, v SO, NE a ve svátek od 8.00 – 20.00, mimo tuto dobu lze velké brány otevřít zevnitř kódem 1111 – potvrdit, u malé branky je instalován „bzučák“, při příchodu do domova je nutné použít zvonky na oddělení

- ostatní:

paní Štěpánka Hanzlíková: „Jsem náramně spokojená, je to můj domov, moc mi tu chutná.“

paní Marie Piekarová: „Jídlo je výborné, prošla jsem několika nemocnicemi a nikde mi tak nechutnalo, jako tady, někdy je jídla až zbytečně moc, akorát občas bývá přesolené. Uvítala bych také horké nápoje k snídani. Někdy nebývá dobrý čaj, radši bych silnější a ovocný. K práci personálu nemám žádné připomínky, vše funguje. Jen jsem se chtěla zeptat, zda by byla možná častější kontrola tlaku, glykémie apod.“ Lze domluvit přes ošetřujícího lékaře MUDr. Pohořského.

pan Karel Pasauer: požadavek – na II. oddělení na WC dát nástavec

- Paní ředitelka na závěr poděkovala všem přítomným za účast.

V Drhovli dne 24.2.2016

Zapsala: Veronika Trykarová





„Jedeme v tom společně“

*„My se toho nebojíme,
my se také zapojíme.
Je to tady, konečně,
jedeme v tom společně!“*



Projekt, do kterého se zapojilo 22 domovů pro seniory v celé ČR a i my v Drhovli a v Písku nesl název „Jedeme v tom společně“. Nápad na projekt na podporu aktivizace klientů domovů pro seniory v celé České republice se zrodil v hlavě Mgr. Jana Vavříka. Z úvodu o projektu: *„Cílem aktivizace je pomáhat starým lidem žít plnohodnotný život podle jejich maximálních potřeb s ohledem na míru jejich možností. Tímto projektem hodláme klientům do aktivity zapojených vytvořit takové podmínky, které by je měly podporovat v činnostech jemu příjemných, přispět tak ke zlepšení fyzického a psychického stavu klienta. Chceme klientovi najít motivaci pro pohyb a zdravý životní styl, umožnit prožít úspěch a posílit tak jejich sebedůvěru a sebeúctu.“*

Akce, která se zrodila ve Vrbně pod Pradědem se těšila nebývalému zájmu seniorů a seniorek po celé ČR. Cílem bylo urazit pospolu na šlapadle či rotopedu symbolických 393 kilometrů – z Vrbna do Prahy. Do projektu se mohlo zapojit 12 klientů z každého domova a šlapat mohli na 4 strojích. Šlapalo se od 9.30 - 11.30 od pondělí do pátku.

Naši klienti se do projektu zapojili rádi a s velkou chutí. Denně chodili včas a čekali u strojů, kdy se uvolní a budou moci šlapat. Panovala u nás veselá nálada, velké nadšení, v Písku však i jistá rivalita. Do projektu vstoupilo i nové logo a náš maskot šnek Emil.

Podrobná rekapitulace průběhu soutěže

1. týden závodu a hned 1. místo!!!

Po prvním týdnu jsme první!!! Naši klienti se do závodu pustili opravdu s velkým úsilím a první den ujeli neuvěřitelných 99km! Je pravda, že u některých závodníků byl poněkud „přepálený“ začátek znát v následujících dnech menším výkonem. Jeden ze soutěžících musel po prvním dnu díky zdravotním komplikacím odstoupit. Pana Tunegu tedy nahradila paní Řezáčová a stala se novou posilou píseckého týmu.

V Písku nechybělo ani vzájemná rivalita, kontrolování výsledků spolusoutěžících, a tedy i protivníků, povzbuzování a vzájemné fandění. Někteří závodníci jeli s takovým úsilím, až z nich kapal pot. Takže prozatímní 1. místo je, myslím, zcela oprávněné.

Úprava pravidel

Protože jsou výsledky velmi rozdílné – až markantně (někdo 5 km, někdo 99 km) – stanovujeme týdenní limit kilometrů do pátku 4. 3. 2016 na 150 km. Od 7. 3. do 11. 3. 2016 je týdenní limit 100 km. Od 14. 3. do 18. 3. 2016 je týdenní limit stanoven také na 100 km. Do 18. 3. 2016 tedy celkem 350 km. Kilometry nad rámeček se do dalšího týdne nepřevádějí!



Jedeme v tom společně 2. týden shrnutí

Druhý týden závodu ujeli naši soutěžící 278 km. Celkem za dva týdny tedy najeli neuvěřitelných 598km, tedy o 205km více, než je předepsaná délka trasy. Díky nově stanovenému týdennímu limitu zbývá do cíle ujet 43km, což bude, doufejme již snadný úkol do příštího týdne.

Jedeme v tom společně 3. týden shrnutí

Třetí týden závodu, blíží se finále a ujetých 399 km. Za tento jeden týden jsme ujeli více, než byla naplánovaná délka závodu.

Odstoupila nám paní Piekarová a na její místo nastoupil náhradník pan Říha. Do závodu doslova „vjel“ s velkým nadšením. Denně přispěl s vysokým počtem kilometrů, náš tým značně posílil. Každý den závodu ho doprovázela a podporovala jeho fanyнка paní Vařilová. A fanynek není nikdy dost!

Jedeme v tom společně 4. týden finále – 21. 3. 2016

A je tady finále a poslední den závodu, který byl 21. 3. a úprava pravidel posledního dne.

1. Každý zúčastněný domov, který ujel více, jak 393 kilometrů za proběhlé tři týdny startoval s jednotnými 350 kilometry pro tento den.
2. Do cíle je potřeba ujet v co nejkratším času 43 kilometrů, rozhodující je ujetí kilometrů a nahlášený čas ujetí limitu.

V 9. 30 hodin bylo odstartováno a v 10. 15 jsme telefonicky nahlásili ujetých 43 kilometrů. V soutěži jsme se vzhledem k pravidlům soutěže umístili celkově za domov na krásném pátém místě. 22. 3. jsme nahlásili závodníka výkonového - pan Miloslav Říha z Drhovle a kilometrového - pan Jiří Sladovník z Písku.



Původní soutěžní sestava DS Drhovle



Původní soutěžní sestava DS Písek

Vyhlášení výsledků „Jedeme v tom společně“

31.3.2016 10 hod. proběhlo slavnostní vyhlášení výsledků projektu „Jedeme v tom společně“, které jsme měli možnost živě sledovat prostřednictvím internetu na „Youtube“. Výsledky vyhlásil pan Vavřík, ředitel Domova pro seniory Vrbno, který byl zároveň organizátorem projektu a který si vysloužil přezdívku „Cyklo Honza“.

Nejdříve zhodnotil přínos projektu, poté došlo na vyhlášení jednotlivých kategorií a předání odměn domovům, jednotlivcům a organizátorům. Náš domov se z 20 zúčastněných zařízení umístil na krásném **5. místě s 1125** ujetými km. Všichni účastníci jeli fantasticky a zde je celkový počet ujetých km za jednotlivce:

Za DS a DZR Drhovle

1. Pan Pohnán 132 km
2. Pan Říha 102 km (nastoupil 11 března jako náhradník)
3. Paní Hanzlíková 101 km
4. Paní Kohoutová 91 km
5. Pan Štěpánek 87 km
6. Paní Piekarová 58 km
7. Paní Fuková 42 km



Za DS Písek

1. Pan Sladovník 175,4 km - 1. místo za domov celkové 6. místo z cca 240 soutěžících!!!)
2. Paní Žáková 139,7 km – nejvíce ujetých km za ženy a 2. místo za domov
3. Paní Flašková 96,4 km
4. Paní Řezáčová 42,6 km
5. Paní Bartůňková 37,8 km
6. Pan Mathiasko 33,4 km

Tímto našim účastníkům projektu děkujeme za pravidelné „šlapání“, motivaci zvítězit a věříme, že se se stejným nadšením zapojí do dalšího projektu, který je připravován na podzim. A kam vyrazíme s cyklo Honzou? Tentokrát „pošlapeme“ do Francie.

Slavnostní ukončení projektu „JEDEME V TOM SPOLEČNĚ“

Pro naše soutěžící jsme připravili pamětní certifikát, koláž s fotografiemi a odměnu za účast a nadšení, s kterým šli do celé soutěže. Za náš domov „šlapalo“ celkem 14 klientů - 8 z Drhovle a 6 z Písku. Dne 8. 4. 2016 byli všichni slavnostně oceněni. V Drhovli předání certifikátů a dáreků proběhlo ve společenském sále, za přítomnosti ostatních obyvatel, kteří jim celou dobu fandili a podporovali je. Osobně je předala zástupkyně ředitelky Renáta Sobáňská. V Písku slavnostní předání cen soutěžícímu týmu proběhlo v klubovně za účasti vedoucí sociálněaktivizačního týmu Marty Kolářkové.

Soutěžícím bylo poděkováno za úžasné sportovní výkony a reprezentaci našeho domova v projektu. A došlo i na povzbuzení všech přítomných v zapojování do dalších připravovaných akcí a aktivit, jako např. připravovaná virtuální cesta do Francie.



Masopustní veselice

Úterý 16. 2. jsme prožili v duchu oslav masopustu. Veselici zahájily tradiční masky medvěd a kobyla, které od nepaměti patří do průvodu. K tanci a poslechu hrála Písecká čtyřka ve svém tradičním složení. Každý klient dostal masopustní koblihu, na sále panovala dobrá nálada. Všem se akce líbila.



MDŽ



Dne 8. 3. 2016 se v DS Písek konala oslava MDŽ. K poslechu nám zahráli

studenti píseckých středních škol INTRBAND pod vedením p. Franců. Všichni

jsme se sešli v hojném počtu v hezky vyzdobeném sále. Každá z dam dostala

živý karafiát, podával se čaj i káva. Přítomní si zazpívali a zavzpomínali na časy minulé.



Velikonoční zábava

Ve čtvrtek 24.3. 2016 se konala v sále DS tradiční velikonoční zábava. Do jarně vyzdobeného sálu nám přijel zahrát k tanci a poslechu pan Jiří Bláha. Většina přítomných si pozpěvovala, ke kávě a čaji bylo podáno drobné pohoštění. Panovala zde sváteční atmosféra, hudba pana Bláhy se všem líbila. Do svých pokojů si někteří klienti odnesli jarní výzdobu.



AKTIVIZAČNÍ ČINNOST V PÍSKU

CVIČENÍ a TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI: PO, ST od 14:00

SKUPINOVÉ ČTENÍ NA POKRAČOVÁNÍ: ÚT 9:00 – 10:30

VJEMOVÁ TERAPIE/VAŘENÍ: ČT 13:30 – 15:00

DÍLNA: PO, ÚT, ST, ČT, 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**



MINI-rozhovor se Soňou Lovásovou, aktivizační pracovnící DS Drhovle

Dobry den, co vede mladou ženu, jako jste Vy, k tomu, že se rozhodne pro práci se seniory?

Dobry den, rozhodnutí bylo velmi rychlé, přála jsem si začít pracovat co nejdříve po svém příletu z Ameriky. Našla jsem tuto volnou pozici a měla z ní radost. Mně přijde práce se seniory podobná jako s dětmi. Je to o trpělivosti, vytrvalosti a kontaktu s těmi lidmi.

Jaká specifika vidíte v práci se seniory oproti práci s dětmi?

Líbí se mi, že klienti mají nějaké své příběhy, o kterých rádi vypráví, potřebují posluchače, komunikaci. Já jsem v předchozích letech pečovala převážně o novorozence a kojence a ti toho moc nenapovídali. Klienti si rádi sami řeknou, o co mají zájem, to je výhoda oproti malým dětem.

Co mimo samotnou aktivizaci je náplní práce aktivizační pracovníce?

Podle potřeby klientů to mohou být i nákupy nebo vzít do města něco do opravy (brýle, hodinky). Ale je to i o vymýšlení programů, akcí. Součástí práce je vytvářet pozvánky na akce, plakáty, pečování o informace na nástěnkách, výroba dekorací v domově, příprava samotné akce, zajištění občerstvení, příprava sálu na akci, doprovázení klientů na aktivity, průběžně psaní článků o akcích, které proběhly do kroniky i na webové stránky domova. Řekla bych, že je to práce velmi pestrá, že se nemusím obávat stereotypu.

Jaké aktivizace jsou v současné době v Domově nabízeny?

Máme tu aktivizační dílnu, kde je mnoho možností co vytvářet (např. šití, háčkování, práce s krepovým papírem, lepení, stříhání - oblíbené je stříhání molitanu), čtení na pokračování, kulinářský koutek, čtení biblických příběhů, „hrátky a povídačky“ (tam se luští křížovky, čte denní tisk, vypráví se na nějaké téma, hrají se stolní hry), filmový koutek, pokud to počasí dovolí, chodí se s klienty do našeho parku na procházky, individuálně se věnujeme i zahradničení s pár klienty.

Chystáte do budoucna něco nového?

Tak já myslím, že částečně jsem začala nově cvičit s overbally (gumové mírně nafouklé míče), klienti toto cvičení mají ve středu ráno.

Ráda bych rozjela více projektů mezi generacemi – setkání seniorů s dětmi, ale je zde problém s dopravou, tak toto necháváme zatím 2x do roka. Dále mě napadla možnost

dopisování seniorů s dětmi. Mojí myšlenkou je takové dopisování mezi klienty co např. nemají rodinu nebo jejich rodina bydlí daleko. Mám ještě nějaké nápady, ale ty si nechám ještě k promyšlení.





Co Vás na Vaší práci nejvíce baví?

Práce v dílně. Když jsem nastoupila, neuměla jsem s šicím strojem, ale klientka paní Matysová mě stroj ukázala a dnes si troufám ke stroji sednout a něco ušít. Ještě tedy stále potřebuji pomoc klientky, neumím namotávat spodní niť ☺ . Mám ráda to předávání zkušeností. Ruční práce mě baví a zkusíme s klienty různé techniky, abychom přišli na to, co komu nejvíce vyhovuje. Jedna klientka se mi nabídla, že zkusí háčkovat a dnes už umí základy háčkování. Mám velkou radost z takových pokroků.

Máte ráda jaro? (Co na něm, proč...)

Určitě mám ráda jaro. Každé roční období má něco do sebe. Na jaře jsou krásné pestré barvy, příroda se probouzí a mě to baví sledovat. Baví mě práce na zahradě a na jaře je to první krok kdy po zimě se můžu hrabat ve hlíně, sázet kytky nebo vytrhávat první plevel.

Co byste vzkázala čtenářům D-magazínu?

Aby se Vám náš magazín líbil a kdyby Vám cokoliv v domově nebo v našem magazínu chybělo, dejte nám vědět, budeme rádi. Přeji Vám hezké jaro, pěkné počasí a hlavně zdraví a dobrou náladu.

Canisterapie v Písku

„Není na světě lepšího psychiatra, než je štěně olizující vám obličej.“

Ben Williams

Každé úterý navštěvuje naše zařízení šestiletá fenka Ella. Dopolední skupinová terapie probíhá v tělocvičně, odpoledne tráví fenka individuálně s klienty na pokojích v doprovodu své paničky. Klienti si mohou pejska hladit, dávat pamlsky či přikládat do lůžka. Na společně strávený čas s pejskem vždy moc těší.



Pečení v Písku

„Objevení nového jídla znamená pro lidské štěstí víc než objevení nové hvězdy.“

Anthelme Brillant – Savarin

Každý čtvrtek se scházíme v naší dílně na kroužek vaření a pečení. Na přání klientů a po domluvě vymyslíme recept a v odpoledních hodinách se dáme do práce. U kávy se některé klientky aktivně zapojují do kuchařských dovedností, radí a vzpomínají, jak kdysi vařily doma. Jedenkrát v měsíci, vždy před narozeninovým dnem, pečeme zákusky, či dortíky. Vůně se line po celém domě, všem vždy chutná.



AKTIVIZAČNÍ ČINNOST V DRHOVLI

CVIČENÍ PO, ST, PÁ od 9.15 hod.

DÍLNA PO – PÁ 8.30 – 11.30 hod.

KULINÁŘSKÝ KOUTEK ÚT od 9.00 hod.

FILMOVÝ KOUTEK PÁ od 13.30 hod.

ZPÍVÁNÍ PO od 10.00 hod.

ČTENÍ NA POKRAČOVÁNÍ PO od 14.00 hod.

ČTENÍ – BIBLICKÉ PŘÍBĚHY ST od 10.00 hod.

HRÁTKY A POVÍDAČKY ČT a PÁ od 10:00 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 - NA PLAKÁTECH

Jaké akce náš čekají v následujících měsících?

DS Písek (duben – červen 2016)

7. 4. – klubová párty

28. 4. – opékání špekáčků

29. 4. – narozeninový den s pohoštěním

10. 5. – vědomostní soutěž KDO Z KOHO

17. 5. – výstava květin

27. 5. – narozeninový den s pohoštěním

2. 6. – zahradní posezení s poznáváním květin

Sportovní den v Seniorském domě Písek

24. 6. – narozeninový den s pohoštěním



DS Drhovle (duben – červen 2016)

6. 4. Kurz plstění vlny

7. 4. Návštěva strakonického pivovaru

16. 4. Setkání seniorů na Dubí Hoře

20. 4. Návštěva studentů ze SŠ Volyně (Active citizens)

27. 4. Pálení čarodějnic – heligonkáři Strakonice

Květen – Sportovní hry

Květen – autobusový výlet (Zoo dvorec u Borovan)

Červen – keramický týden



Čtení na pokračování...

Doktor v nemocnici (Jiří Pejša)

Díl čtvrtý – Můj první případ

Ze samé snahy dokázat obětavost a svědomitost, zůstal jsem na oddělení až do pozdních večerních hodin. Myslel jsem si taky: Doma uvidí, co jsem měl hned napoprvé práce a jak tě bylo v nemocnici třeba! Kvečeru jsem obešel znovu – už potřetí – všechny pokoje a podíval se podrobně na několik těžších a zajímavějších případů. Potom jsem se uvelebil u stolku na chodbě, vytáhl z jeho zásuvek všechny desky s chorobopisy, zapálil si cigaretu a dal se do pečlivého pročítání a studování nálezů. Starší sekundáři dávno odešli domů.

Službu měla v to odpoledne, večer a v noci chirurgie.

Sestřičky z pokojů, když si mohly po večerním ošetření pacientů trochu odpočinout, postavily se kolem mne a téměř sborově švitořily jak vlaštovičky: „když jste tu, pane doktore, s námi, tak se nemůže nic stát.“ Já o tom tak docela přesvědčen nebyl, ale moc dobře se takové řeči poslouchaly. „To jsme úplně klidné. To víte, než se sem z chirurgie uráčí někdo přinést. To bysme zatím umřely i my. Taky ho tam, toho jejich doktora, co má službu, nemůžou třeba hned sehnat. Dělá něco na sále, může být na porodnici nebo na krčním. Každou chvíli přivezou nějaký těžký úraz. Ty lidi se snad sami úplně vytlučou. Denně to vozí po haváriích v autě nebo na motorce. Blázni! Každý má kvalt a potom je najednou času dost! Těch porodů je teď taky moc. Nebo může začít krvácet nějaký ten krk na krčním. Po tom jejich večerním „mandlování“. To je pak ale sháněčka.“ Rozprávěly dlouze.

„A co vy? Vy dneska nepůjdete domů? Dnes nebude randíčko? Přiveďte námi ji někdy ukázat! Prý nosí dlouhé copy až do půli zad. To už je nemoderní, že jo. To víte, pane doktore, jsme ženský zvědavý. A lidi o ní říkají, že je moc hezká. Tak co, ukážete nám ji? Takhle kvečeru, to sem starej nikdy nepřijde. Je tu klid. Tak ji, prosím vás, někdy přiveďte, jó? Ať si ji můžeme prohlídnout. My vám potom řekneme, jaká je. Třeba zejtra nebo pozejtří?“

Asi v půl osmé večer mně hlady začalo kručet v břiše. Řekl jsem si, že je akorát čas jít domů. Máti se jistě dělala s teplou večeří, a já nikde. Dostanu vyhubováno.

Začal jsem skládat chorobopisy a ukládat je v deskách do zásuvek stolku, odkud jsem vymetl spoustu zmačkaných papírů, staré pijáky, pytlíky od svačiny, drobký od chleba, pečiva a podobně.

Od dveří na oddělení přiběhl zřízenec. Hned jak jsem ho viděl na konci dlouhé chodby, jak prolétl dveřmi a pádil k nám, bylo mi jasné, že je zle.

„Pane doktore,“ hlásil, když ke mně dorazil, „telefonovali z vrátnice, že vezou maroda. Je moc špatnej. Vy ho budete znát, toho dejchavičného ševce. Když jde po ulici, musí se každou chvíli zatavit. Přitom hulí jednu cigaretu za druhou. Už léta ševcuje v Bočné ulici. Má tam takovej malej krámeček. Sedí u okna na verpánku, před sebou stoleček s vercajkem a poličku s plechovými a papírovými krabičkama na hřebíčky a floky. Když někdo přijde, zákazník, soused nebo listonoš, nemá si kam sednout ani stoupnout. Málem. Tak je to tam malinkatý. Ale dělá dobře! Já tam taky spravoval. Vy jste



jistě u něho taky byl s nějakým tím příštipkem, vždyť je to kousek pod krámem vašeho otce. Měli jsme ho tady vloni, to jste tu ještě nebyl. Už tenkrát byl moc špatnej. Ale nějak se z toho přece vylízal. Počkejte, on tu musel být víckrát. Předloni, myslím, taky. No jó, vzpomínám si. Ležel na osmičce. Já jdu vyhledat stará lejstra. Dám vám ho na rentgen. Tam se na něj budete chtít podívat stejně ze všeho nejdřív, že jo?“

Dejte ho na vozík a přivezte ho sem. Podívám se na něho sám. Službu nevolejte. Potom ho dáme na pokoj. Nejlépe mu bude na šestce. Je tam největší klid. Je to šestka, ten pokoj na druhém konci chodby, hned vedle našich marodivých paní a slečen, vedle ženského, že no? Jsou tam dvě lůžka volná, ne? Dáme ho na postel u okna. Dusí se, bude tam mít víc vzduchu. Ke dveřím ho nedávejte. Jsou věčně otevřené, stěžoval by si, že mu táhne na cemr. Staří lidé jsou na průvan háklivý, jak říkají.“
Rozhodoval jsem důležitě a taky...zbytečně.

Zřízenec už hezkou chvíli předtím vytahoval z výklenku chodby u záchodů vozík. Sestra se objevila se štůskem čistého prádla na převlečení postele, kterou odpoledne opustil nemocný, propuštěný domů. Rozložila na pohovku, prohlédla a poměřila taky osobní prádlo pro maroda. Košili, dlouhé nemocniční spodky z bílého plátna i župan z modře proužkované, silnější bavlněné prací látky.

Moji spolupracovníci, jak jsem viděl, už tedy dávno všechno připravovali.

Za několik minut bylo vidět, jak ode dveří na druhém konci chodby, dlouhé téměř sto metrů, veze zřízenec na pojízdném křesle ubohou lidskou trosku starého prťavce. Ten seděl schoulen a křečovitě se přidržoval postranních madel. Namáhavě dýchal. Tak, že se mu hlava a horní část trupu kymácely. Natolik hlasitě, že bylo slyšet jeho „tahání“ vzduchu až k našemu stolku.

Po straně vozíku cupitala stará paní Krýslová. Snažila se, aby podpatky jejích důkladných, ručně dělaných botek s kovovými podkůvkami neklapaly o dlaždičky. Marně. Nakonec šla, natahujíc legračně krk, po špičkách. Pravou rukou přidržovala na vozíku svého nemocného muže. V levé měla starou odřenou aktovku. Byla v ní starodávná dlouhá pánská košile, noční čepička s třapcem na šňůrce, jakýsi „michl“, ale z bílé tenké vlny, pár silných, doma pletených vlněných punčoch dlouhých až pod kolena, legitimace, lžice a stovka cigaret Zorek v originálním papírovém balení. Taky několik krabiček sirek. Na aktovce byl přivázan pár úplně nových bačkor ze silné černé látky, s plstěnou podrážkou a zavíráním na přezku. Taška byla převázána pevným papírovým motouzem.

Průvod došel k předpokoji místností s rentgenovým přístrojem, kde jsem přírůstek očekával.

Když pan Bastl přešel s vozíkem práh místnosti a já uviděl pacienta zblízka, bylo jasné, že z prosvěcování hrudníku nemocného nebude nic. Byl námahou z cesty tak unavený, že sotva seděl na vozíku. Měl ohromnou dušnost. V obličeji, zejména kolem úst, očí a na nose, byla ubožáková kůže hrozivě promodralá. Na rtech měl hustou bílou pěnu slin a hlenu.

Rozhodl jsem se dát ho rovnou na postel. „Necvičit s ním“. Teprve druhý den, až se zklidní, půjde najednou na všechna nutná vyšetření. Zatím se na něho jen podívám, říkal jsem si v duchu, netuše co se v nejbližší chvíli semele.

„Ne, dobře, nesvlékejte ho. Jen mu, sestřičko, rozhrňte košili na prsou. Pane Krýsl, prosím vás, sed'te chvíli klidně. Hned to bude a lehnete si. Do postele. Podívám se vám jenom na srdíčko. Vyposlouchám si také vaše plíčky. Obojímu jste asi v životě dával

pořádně zabrat, co? Kolik jich denně vytáhnete?“ Ptal jsem se ho a sledoval jeho zakouřené prsty.

Fonendoskop – lékařská sluchátka na uších, začal jsem s vyšetřováním. Počítal jsem současně tepy na jeho zápěstí i na samotném srdci.

Vedle hrudní kosti měl pacient vakovitě vychlípenou kůži. Celý útvar velikosti hrušky solanky se hrubě otráсал zároveň se srdečním tepem. Bylo to jasné. Mohutná výduť aorty, srdečnice. Aneurysma. Proto ta dušnost. Městnání krve v plicích, v játrech, ve velkých cévách. Edém, otok plic, pomyslně jsem si.

Vtom se to stalo.

Sotva jsem se narovnal, abych zašel ke stolku v předsiňce založit chorobopis nemocného, zapsat svůj nálezn i příkazy sestřám, co mají pro nejbližší hodiny s pacientem provádět, jaké léky podávat a jaká vyšetření připravovat, starý pán chraplavě zakašlal. Sestra zděšeně vykřikla, když kolem jejího i mého obličeje vyšpláchl mohutný proud světlé, horké krve. A znovu. Třikrát. Krev stříkala až na strop a do rohu stěn světnice.

Hlavní proud o kousek minul naše obličeje a hlavy. Přesto dost krve znečistilo naše pláště, košile, sestřin čepce, zástěru, botky i punčochy.

Dvě hodiny jsme měli co dělat, abychom s další sestrou z druhého pokoje oddělení a se zřízencem zlikvidovali krvavou spoušť, než pokojí zase jakž takž vypadal. Zřízenec nakonec slíbil, že jakmile strop a stěny zaschnou, přebílí je.

Při cestě domů jsem měl o čem přemýšlet.

Takhle mně to začalo. Pěkné osmělení! Taková bude tedy dnes a denně moje práce ve venkovské nemocnici! To byla krvavá lázeň! Kdybych byl šel dřív domů! Ne! Bylo to zrovna dobře, že jsem zůstal. Křest jsem si odbyl. Pořádný. Nic horšího než prasklá srdeční výduť se mně snad už nemůže stát!

Než jsem usnul, přemýšlel jsem, co a jak zítra.

Umiňoval jsem si, že začnu pacienty soustavně jednoho po druhé vyšetřovat.

Spánek dlouho nepřicházel. Před zavřenýma očima se mně co chvíli mihl jako plamen ohně proud světlé červené barvy.

Jak se začínající lékař poučil ze svého neúspěchu? A jak jeho kariéru poznamenal příchod války? Dočtete se v následujících číslech D-magazínu!



Květnové svátky – státní tradice s dlouhou historií

Zdroj: svatky.centrum.cz, wikipedia.cz, andělské-pofoukaní.webnode.cz

Svátek práce

Svátek práce nebo 1. máj je mezinárodní dělnický svátek, který se od roku 1890 slaví 1. května. Svátek zavedla v roce 1889 II. internacionála na paměť vypuknutí stávkových amerických dělníků v Chicagu dne 1. května 1886, která vyústila v Haymarketký masakr a následné soudní řízení. V českých zemích se poprvé slavil v roce 1890 na Střeleckém ostrově v Praze. V USA a Kanadě se svátek práce, *Labor Day*, slaví první pondělí v měsíci září. Dne 1. května 1886 proběhla pod vedením odborů a anarchistů celodenní stávka vyhlášená anarchistickým deníkem *The Alarm*, usilující o osmihodinovou pracovní dobu bez ztráty peněz. Celkově stávkovalo asi 300 000 dělníků. 3. května proběhlo v Chicagu shromáždění, při kterém došlo ke střetu demonstrantů s pořádkovými silami, při kterém přišlo o život několik stávkujících v důsledku policejní palby. 4. května zemřelo několik lidí při demonstraci na Haymarket Square kvůli výbuchu bomby, za což byli obviněni a následně (avšak bez důkazů) odsouzeni k smrti anarchisté August Spies, Albert Parsons, Adolph Fisher, George Engel a Louis Lingg. První čtyři jmenovaní byli popraveni



11. listopadu 1887, Louis Lingg spáchal sebevraždu již den předtím.^[1] Poprvé se Svátek práce celostátně (USA) slavil 1. května 1888, kdy probíhaly celý den stávky a demonstrace na památku dva roky starých událostí. O rok později (tedy 1889) přijala II. internacionála na návrh francouzských socialistů 1. květen (nebo též 1. máj) za oficiální svátek práce. Postupně se k oslavě tohoto svátku přidávaly další politické proudy, jako například nacismus (i když ještě roku 1922 trval Adolf Hitler na zákazu tohoto „marxisticko-anarchistického výmyslu“) nebo třeba katolická církev, která jej roku 1955 zasvětila sv. Josefu dělníkovi.

První máj v Praze na Letenské pláni v roce 1981

8. květen – Den vítězství

8. května se v České republice slaví především Den vítězství/Den osvobození. Každý ví, že toto datum bylo prohlášeno za státní svátek a je tedy dnem pracovního klidu. Méně už je známý fakt, že několikrát v historii se vedly bouřlivé diskuze o tom, kdy by se měl tento svátek slavit a jak by měl být formulován.

8. května 1945 byla podepsána úplná a bezpodmínečná kapitulace Německa, a proto se tento den považuje za konec druhé světové války. Ta vstoupila v platnost 8. 5. ve 23:01 hodin středoevropského času, což odpovídá první minutě 9. května času moskevského. Z toho jednoduchého důvodu na západě probíhaly oslavy 8. května a v Sovětském svazu 9. května.

V Československu se několik let nemohli politici rozhodnout, jaké datum státního svátku zvolit. V úvahu připadal také 5. květen – den, kdy začalo Pražské povstání. Teprve v roce 1951 se poslanci dohodli, že se bude slavit 9. květen – Den osvobození Československa Sovětskou armádou.

Po sametové revoluci, ještě dřív, než proběhly první demokratické volby, vznikla potřeba vyřešit státní svátky. V této době získal svátek jiný název – Den osvobození od fašismu, aby v něm byli obsaženi všichni osvoboditelé.

Již v roce 1990 vystoupil tehdy poslanec Miloš Zeman s návrhem, aby bylo datum svátku přesunuto na 8. května. Oficiální historici obhajovali názor, že obě data jsou legitimní, neboť jde o záležitost časového posunu, nicméně napodruhé a po bouřlivé diskuzi tento návrh prošel. 8. květen se stal státním svátkem s názvem Den osvobození od fašismu. V průběhu dalších let došlo ještě k dalším změnám tohoto svátku. V roce 2000 byl jeho název zkrácen na Den osvobození a v roce 2004 změněn na Den vítězství, což měl být psychologický tah na základě názoru, že je lepší se cítit vítězem než osvobozeným.

Vzpomínkový den na ty, kteří ztratili svůj život během druhé světové války. Vyhlášen organizací OSN.

Mezinárodní den Červeného kříže byl ustanoven roku 1948. Datum bylo zvoleno podle dne narození spoluzakladatele Červeného kříže Jeana Henri Dunanta (8. 5. 1828 – 30. 10. 1910), Nositele Nobelovy ceny za mír.

Svátek matek (den matek)

Den matek je den, kdy se vzdává pocta matkám a mateřství. Slaví se v různé dny na mnoha místech po celém světě, vychází z různých tradic, např. jinak ve Velké Británii (čtvrtou postní neděli), jinak v arabských zemích (21. březen) a mnoho dalších. V tento den dávají děti svým matkám dárky, většinou vlastnoručně vyrobené. Obdobné svátky po celém světě existovaly už dávno v historii, např. ve starověkém Řecku se slavil svátek plodnosti a matek, spojený s uctíváním pohanské bohyně Rhey = Kybelé, matky bohů.

Myšlenka mezinárodních a pravidelných oslav tohoto svátku vznikla roku 1907 na počest Anny Reeves Jarvisové, která bojovala za práva matek. O pět let později vyhlásil tehdejší prezident USA Woodrow Wilson první oficiální oslavu Dne matek, konající se druhou květnovou neděli.

V Česku se slaví podle amerického vzoru rovněž druhou květnovou neděli. V Československu se začal slavit tento svátek v roce 1923. Jeho propagátorkou byla Alice Masaryková. Po druhé světové válce byl postupně zatlačován do pozadí oslavami Mezinárodního dne žen (slaveného vždy 8. března), ale i přesto se dál v některých rodinách připomínal. Po roce 1989 se opět začal slavit veřejně. MDŽ se ale zachovává také, podobně, jako v jiných zemích. V některých zemích se oba svátky sloučily.



Tento den doplňuje Den otců, který oslavuje otce a slaví se vždy třetí neděli v červnu.

číslo 1/leden - březen 2016

V 16. století se v Anglii oslavoval svátek matek pod názvem Mateřská neděle (nebo Neděle matek) a připadal na postní dobu před Velikonocemi. Mnoho chudých lidí tehdy sloužilo v bohatých domácnostech daleko od domova a nemohlo trávit čas se svými matkami. Proto sloužící dostávali na tento den volno, aby se mohli vrátit domů nebo navštívit kostel ve svém rodném městě, kde žily jejich matky a další příbuzní.



Den matek v Německu, 1946
Ručně vyrobené dárky pro maminku



ProNáladu.cz

3 roky: maminka je nejlepší!
7 let: zbožňuju tě, mami!
10 let: maminko, mám tě rád!
15 let: mami, neví!
18 let: z tohoto baráku chci odejít!
35 let: já chci zpátky k mamince!
50 let: maminko, nechci tě ztratit!
60 let: co všechno bych dal za to,
abych se znovu mohl setkat s
maminkou!

To je pro tentokrát vše. Těšíme se na Vás při čtení příštího čísla D-magazínu, kde se dočtete o akcích za období duben – červen, a které vyjde počátkem července. Na shledanou! U příštího čísla se na shledanou těší sociálněaktivizační tým aktivizačních a sociálních pracovníků obou poboček DS Světlo (Dana Bendulová, Martina Kolářiková, Soňa Lovásová, Dagmar Poddaná, Pavla Smolová, Petra Trojáková, Veronika Trykarová, Klára Vosyková, Martina Zachatová, Libuše Zdeňková).

PEDIKÚRA MOKROU CESTOU

SLUŽBA PÉČE O NOHY

- ✓ odborné 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 peramentek a dárkových poukazů

☎: 606 621 628






Simona Rychlá

salonek Domov pro seniory Světlo

Písek u nemocnice



Procvičme si paměť...

 Šustalova vila byla postavená v klasicistním stylu roku 1889 pro Josefa Šustalu, syna zakladatele Časem sem byly přesunuty rozsáhlé muzejní sbírky a probíhají zde i umělecké výstavy.									
POMŮCKA: ANVAR	BÝVALÁ RUSKÁ PONORKA	DOHRO- MADY	 ZNAČKA MILIGRAMU	PARUKA ZASTAR.	ROVNĚŽ	 AKADE- MICKÉ GYMNÁZIUM ZKR.	2. DÍL TAJENKY	AMERICKÝ SPISOVATEL MARK ???	
INICIÁLY ZPĚVÁKA STRÍHAVKY			ŠACHOVÁ VÝHRA			DĚJSTVÍ OPERY INIC. HERCE RAŠILOVA			
UNIVERZITA PALACKÉHO ZKR.			SKOTSKÉ MĚSTO VÝRAZ PRO OSUD						
ČASOVÝ ÚSEK			SV. HNĚDÁ BARVA KUCHYŇSKÁ POTŘEBA			INI. MODER. ANDĚLA MLÁDĚ KRÁVY			
1. DÍL TAJENKY						DVA PLUS JEDNA TAHLE			
ODVAHA					ALKALOID V ČAJI PLAZI				
 OHON	ZNAČKA MILILITRU 3. DÍL TAJENKY			ZÁLOŽNÍK HOVOR. REZACÍ NÁSTROJ				SLOVEN. MUŽSKÉ JMÉNO	
NÁSTRAHY PYTLÁKŮ			VYNÁLEZ ANGLICKÝ ŠLECHTIC						
COPAK			PLAŽ CITOSLOVCE KDAKÁNÍ			ŘÍMSKÁ 2 PIGMENTOVÉ SKVRNY			
SPOJKA						POLYCHLOR. BIFENYLY LITOVÁNÍ HŘÍCHU			
BÍLÝ STAVEBNÍ PRÁSEK					POČETNÍ PŘEDPONA MUŽSKÉ JMÉNO				
 POTĚŠEN ŽÁR SLOVENSKY				SRST Z AN- GOR. KOZY ČÍNSKÝ LIT. SOUDCE					
VELKÝ PYTEL			ZÁŠKUBY INICIÁLY VYNÁLEZCE EDISONA				SPZ TABORA	SONDA	
INICIÁLY HERCE VYSKOČILA			NEHLUČNÁ TECHNICKÉ ZABEZPE- ČENÍ ZKR.			TĚLESNÁ VÝCH. ZKR. V ZASTOU- PENÍ ZKR.			
SPISY				ASIJSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO					
ČISTĚ				OTÍRAT JAZYKEM					

**Přesmyčky:
Na téma české
památky**

ŠKRELAJTN

ŠNOPIKOĚT

VOZÍKV

OZVUOB

ÁBLOHUK

ŠEJNIMĚT

ČTEL

VHIŠOV

TLIKŘOVKÁ

Řešení přesmyček: Karlštejn, Konopiště, Zvíkov, Bouzov, Hluboká, Jemniště, Telč, Švihov, Křivoklát.

Křížovka je převzata ze stránek kampocesku.cz a přesmyčky ze stránek clanky.rvp.cz