



Náš domov



Podzimní číslo

23. 9. 2022



Milí čtenáři.

Nastává podzimní čas a se změnou ročního období přichází naše nové vydání časopisu. Psát jeho předmluvu je vždycky nejtěžší. Člověk se snaží vymyslet něco oduševnělého, většinou to však končí úvahou o počasí nebo charakteristikou daného ročního období.

A jak tedy vlastně můžeme vnímat podzim? Jako období, kdy se příroda ukládá ke spánku, po veselém a horkém létu přichází zklidnění, ztišení, zpomalení... A tak je to i s lidským životem. Postupně dojdeme až k „podzimu života“. Podzim typický právě pro nás - domov pro seniory. Lidé k nám do domova přicházejí ve chvílích, kdy jejich životní léto skončilo a podzim se zimou se nezadržitelně blíží. Je ovšem třeba zdůraznit, že mimo plískanice, mrazíky a mizerné počasí nám podzim může přinést mnoho slunečných dnů plných barev. Teplých odstínů, které dovedou zahřát, pohladit po těle i po duši. A právě o ty sluneční paprsky mezi spadáním listů se pro Vás snažíme. Pomáháme, plánujeme aktivity a užíváme společné chvíle při zábavě, ať už je to klubovna, dílnička nebo třeba společné cvičení. Věříme, že i letošní podzim přinese do Vašich životů mnoho barev, a i když už nebude slunce tolik hřát, bude Vám s námi tady v domově dobře.

Přejeme příjemné pestré počtení 😊.

Co jsme prožili v létě

ČERVEN



7. 6. - Zpívání s paní Nečasovou

Zpívání s paní Nečasovou jsme se rozhodli uspořádat po delší odmlce. Víme, jak rádi zpíváte, proto padla volba právě na ni. Zpívaly se písničky, které všichni moc dobře známe, takže jsme strávili dopoledne v příjemné atmosféře a do svých pokojů jsme odcházeli spokojení.

16. 6. - Procházka na zámek

Po dvouleté pauze jsme se velmi rádi vydali na oblíbenou vycházku na zámek. Navázali jsme na zajetou tradici a obnovili jsme spolupráci se ZŠ Letovice. Volba devátáků s třídní učitelkou paní Mgr. Lenkou Veselou byla šťastná. Sešli jsme se všichni v devět hodin ve vestibulu Domova, kde jsem se přivítali a ujasnili si základy bezpečné jízdy na vozíku a mohli jsme vyrazit. Žáci si postupně rozebírali seniory na vozících nebo pomáhali s doprovodem. Žáci byli vstřícní, povídali si s námi, trpělivě odpovídali na zvědavé otázky. Počasí nám přálo, takže nic nebránilo klidné procházce. A že nás bylo vidět. Průvod cca padesáti lidí nelze přehlédnout. U zámku jsme si prohlédli ptactvo ve voliére, v ohradě jsme s povolením nakrmili kozy suchým chlebem. Náš cíl byla zámecká restaurace, kde jsme se občerstvili minerálkou a zákusečkem z našich zdrojů. Svačinku zajistilo doprovodné vozidlo. Někdo také využil možnost točeného piva z restaurace bez obsluhy. Točil pan

Krásá! Žáci měli pro nás připravené zpívání a poté jsme zpívali všichni dohromady. Co víc si přát. Výlet se podařil a naše uživatelka paní Kadlecová o procházce na zámek napsala super báseň.

Novodobá husitská výprava na Zámek Letovice

Před léty husitská „spanilá jízda“
dobyla nejeden hrad i hrádek.
16. 6. seniorská „spanilá jízda“
dobyла letovický zámek.
Dokonale seřazená „vozba“
podle dané tradice,
v přesně určeném čase
vyrazila z vrátnice.



Ostřílený vojevůdce,
který slavně v čele stál,
svým půvabným hejtmankám,
vpřed na zámek rozkázal!
Vyjela „vozba“ přepestrá
obklopená „družiníky“.
-Tito „vozbu“ tlačili,
seč jim síly stačily.



Za velkým vozíků uskupením
zařazen „extra“ vůz byl,
aby ty „extra“ nemohoucí,
vyvezl na daný cíl.
Po zhlédnutí minizoo,
byl zámek bez boje obsazen

a celý průvod pod slunečníky,
na spodním nádvoří usazen.

Na stolech se objevilo pitivo,
pak také nápadité svačinky,
k tomu sluníčko hezky svítalo,
milé odpočinkové chvílinky.

A navíc „družiníci“ - místní školáci,
nejen že se dobře chovali, navíc ještě k tomu
pěkně, přepěkně zpívali.
Zvláště duo chlapec-děvče se všem moc líbilo,
což jejich milou paní učitelku jistě hodně těšilo.

Byl zde i fotograf, který všechno sledoval
a na důkaz, že píšu pravdu, mnoho fotek nadělal.
K domovu pokojně a v pohodě zpátky průvod míří
a v dálce celkem nečekaně z mraků se bouřka blíží.

„Sláva nazdar výletu,
nezmokli jsme už jsme tu!“



21. 6. - Taneční dopoledne s tanečním mistrem (p. Veleta)

Pan MgA. Petr Veleta k nám zavítal vlakem z Prahy. Troufáme si říct, že není Domova pro seniory, kde by neznali jeho jméno.

Charismatický pan MgA. Petr Veleta je bývalý sólista baletu u nás i na Slovensku. Absolvoval taneční konzervatoř v Praze a rok byl na stáži v Londýně na tanečním a pohybovém programu pro seniory. Byl šéfem baletu a choreograf v Olomouci. Nyní pracuje jako asistent režie opery Národního divadla v Praze. Je zakladatelem pohybové a taneční metody EXDASE.

Vystoupení pana Velety se uskutečnilo díky projektu Nadačního fondu Českého rozhlasu Ježíškova vnoučata. Při odpovědích na vaše otázky - kolik to vlastně stálo - jsme opravdu nemlžili, fakt to nevíme 😊.

Na začátku programu proběhla malá taneční rozcvička. Slovo „to nepůjde“ nebo „nemůžu“ pro pana Veletu neexistuje!, to nám bylo zdůrazněno hned v úvodu, proto jsme si ani nedovolili protestovat. Stejně tak vyžadoval řád a klid. Po rozcvičce vyzval k tanci jako první paní Uhrovou, která se tomu sice bránila, ale marně. Stejně nakonec, jako všechny uživatelky, podlehla výzvě, hudbě a tanci. Téměř každý z přítomných si zatancoval. Invalidní vozíčky přitom nebyly překážkou. Naučil nás základní pohyby rukou a nohou při baletu. Za pomoci Šárky, Boženky, Evy a Lenky si přítomní zatancovali walz, polku nebo valčík. Nakonec proběhl „ptačí tanec“, který všichni zvládli bravurně. Tanec s tímto mistrem vykouzil všem na rtech neskutečný úsměv a neuvěřitelný pohled v očích. Tanec dojal některé až k slzám. Na toto

vystoupení byly jen samé kladné ohlasy a určitě bychom si je rádi zase někdy zopakovali.



28. 6. - Předprázdninové posezení

Na začátku léta jsme se sešli v zahradě v místech, kde již nesvítí slunce. Počasí bylo opravdu letní, proto jsme hledali kousek stínu, aby

se pobyt venku dal aspoň trošku vydržet. Na stolech bylo nachystáno ovoce, k pití bylo k dispozici chlazené pivo, víno, k dispozici byla také káva nebo šťáva. Na občerstvení nám v kuchyni připravili obložené chlebíčky. Hudební doprovod zajistili manželé Drábkovi z Boskovic, kteří rádi zahráli i písničky na přání. V průběhu odpoledne také proběhla pro zpestření malá tombola. Předprázdninové posezení končilo asi v 16.30 hod., kdy jsme se pomalu za zvuků hudby rozcházeli na večeri do svých pokojů.



ČERVENEC

12. 7. - Lamo a canisterapie

Na návštěvu paní Okáčové jsme se velice těšili. Naše setkání se psy i lamákem Waldemarem proběhlo v zahradě opět po roce. Počasí bylo ukázkové a vzhledem k tomu, že naše zvířecí kamarády už dobře známe, bez problému jsme s nimi navázali kontakt. Lamáka Waldemara jsme u nás v Domově křtili před 10 lety a dnes je to dospělý fešák, který se choval velice způsobně. Jediné co, tak mu zachutnaly naše keře natolik, že se do nich s chutí pustil, což ale bylo ku prospěchu panu Sukovi, kterému ušetřil práci se zastříhováním. Setkání se členy Farmy u Lamáka z Ústupu bylo velmi příjemné, ani se nám nechtělo ze zahrady odcházet k obědu.



21. 7. - Hudební vystoupení (Dudáci Tryhuci)

Manželé Tryhukovi k nám přijeli se svým vystoupením již podruhé. I když dojeli s 20minutovým zpožděním (dopravní komplikace = objížďka na trase), vůbec to nevadilo, protože všichni přítomní na ně v jídelně trpělivě čekali. Dovezli s sebou nejedny dudy a gajdy, ale i buben, vozembouch a jiné píšťaly. Na všechny nástroje také zahráli a představili je. Paní Lucie zaujala krásným krojem, účesem a celkovou krásou. Více obdivu ještě potom měla, když její manžel sdělil, že má 5 měsíců po porodu. Pan Ondřej dominoval svým temperamentním vystupováním a silným hlasem. Bylo to poznat i na jeho hře a zpěvu. Zaujal tak, že se s ním do zpěvu pustila většina přítomných. Představili také různé země a kraje a přiblížili nám, kde se jaké písně zpívaly a na jaké konkrétní nástroje se v dané oblasti hrálo. Vystoupení bylo opravdu profesionální a moc zajímavé. Třeba se v budoucnu znovu potkáme při vánočním dudáckém programu.



28. 7. - Příprava letních drinků

Příprava letních drinků patří ke stálícím našeho programu. Patří zkrátka k létu. Tentokrát byl opravdu parný den, takže ledové osvěžení se náramně hodilo. Do příprav jsme se aktivně zapojili, jak můžete vidět na fotografii níže, a z nápojů jsme připravili Mojito alko i nealko a Piña coladu. Všem připravené drinky moc chutnaly, takže jsme spokojení odcházeli k obědu.



SRPEN

4. 8. - Návštěva dětí z Letokruhu

Každý rok v létě nás navštěvovaly děti z příměstského tábora pořádaného pod záštitou Letokruhu (Středisko volného času v Letovicích). Naposledy tato návštěva proběhla v roce 2019, pak přišel covid a setkávání s dětmi na nějakou dobu skončilo. Letos jsme tedy



mohli navázat na milou tradici a strávit v zahradě společný čas. Celkem přišlo 16 dětí ve věku od 4 do 13 let. Děti se rozmístily v altánku mezi uživatele. Postupně po skupinkách zpívaly a pohybem předváděly písničky: Skákal pes, Travička zelená nebo Červený šátečku. Svým zpěvem přispěli i ostatní přítomní. Potom probíhalo interview dětí s našimi uživateli. Každé z dětí si vybralo jednoho uživatele a kladlo jednoduché otázky na tělo. Uživatelé s úsměvem a ochotně odpovídali. Děti byly velmi pozorné a v horkém počasí připravenými nápoji občerstvily nejen sebe, ale i ostatní. Společné setkání jsme ukončili soutěží, tzv. vodní štafetou. Udělala se dvě smíšená družstva, vždy na střídačku dítě - uživatel. Takto si potom předávali vodu z kelímku do kelímku a na konci plnili velkou sklenici. Bylo vidět, jak se všichni snažili, aby se nepolili. Toto krásné dopoledne rychle uteklo a spokojenost byla, myslím si, na obou stranách.



11. 8. - Hudební vystoupení (bratři Mífkovi)

Čtvrteční srpnové dopoledne patřilo bratrům Mífkovým. Tuto dvojici moc dobře známe, neboť zde vystupuje, dá se říct, pravidelně. Celé dopoledne se neslo v přátelské atmosféře a my jsme zpívali, co nám síly stačily. Těšíme se, že tuto povedenou akci snad zase brzy zopakujeme.



18. 8. - Pétanque s Diakonií

Přátelský turnaj s Diakonií letos proběhl za opravdu hodně letního počasí. Z toho důvodu jsme turnaj přemístili ze spodního rozpáleného parkoviště do zahrady, kde jsme mohli být po celé dopoledne ve stínu. V 9.30 hodin jsme byli všichni na místě a dvě družstva z Domova a dvě z Diakonie zahájila soupeření. Občerstvení v podobě nakrájeného melounu a svěží šťávy přišlo v průběhu turnaje k chuti. Nerovný terén na provizorním travnatém hřišti přinesl mnohá překvapení. I přes velké

teplo vládla na zahradě dobrá nálada a vše dobře dopadlo. Naše dvě družstva obsadila první dvě místa.

Tým vítězný: p. Nečasová, p. Kolářová, p. Švec, p. Švejcarová

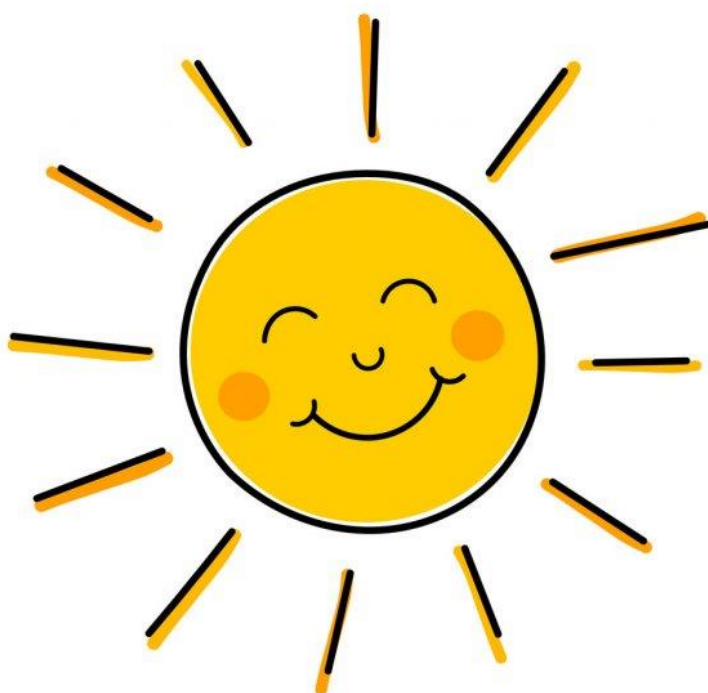
Tým druhé místo: p. Uhrová, p. Bárta, p. Štarková, p. Kuráňová



30. 8. – Rozloučení s létem

Poslední prázdninový týden proběhlo naše tradiční Rozloučení s létem. V úvodu k našim uživatelům pohovořil pan ředitel, který nás seznámil s průběhem celé akce, informoval nás také o blížícím se Turnaji v kuželkách a na závěr poděkoval našim dobrovolnicím paní Holíkové a paní Zedníkové za jejich obětavou práci. Pak předal slovo paní senátorce, která nás také přišla pozdravit a popřát příjemné podzimní dny. Po úvodních slovech už začala hrát kapela. Tentokrát jsme pozvali skupinu Trní z Boskovic, která hraje pod vedením Pavla Těžkého.

Repertoár kapely tvoří folkové a country písně. Pro nás některé známé, jiné zcela neznámé. Počasí vyšlo ukázkově, bylo jasno a tak akorát. Celé odpoledne jsme strávili v příjemné atmosféře, moc jsme si ho užili.





Předběžný plán akcí:

Září

Trénink na Turnaj v kuželkách

Turnaj v kuželkách

Návštěva dětí z MŠ

Výlet na farmu u Lamáka (Ústup)

Říjen

Týden sociálních služeb (Pěvecký sbor)

Beseda (Tichý svět)

Hraní stolních her

Listopad

Hudební vystoupení

Beseda

Tvoření adventních věnců



Všechny akce se budou konat pouze v případě, že bude příznivá epidemiologická situace



V NÁSLEDUJÍCÍM OBDOBÍ OSLAVÍ SVÉ NAROZENINY

Září:

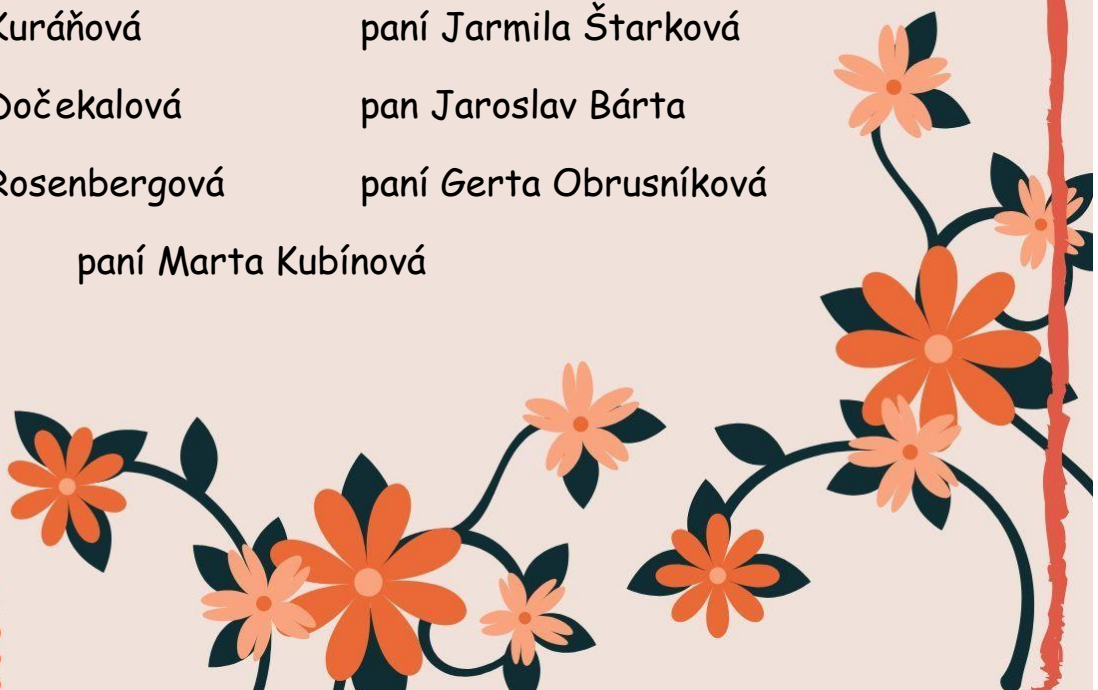
paní Antonie Bajerová
paní Ludmila Reinwaldová
paní Libuše Kadlecová
paní Anna Michelotti
pan Karel Havlíček
paní Dobromila Vránová
paní Miloslava Kupsová
pan Antonín Nečas

Říjen:

paní Marta Hladilová
pan Věra Prudká
paní Marta Dvořáková
paní Marie Fialová
paní Marie Štěpánová
paní Marie Tomanová

Listopad:

paní Božena Mifková	paní Božena Špidlová
paní Ludmila Písaříková	paní Marie Tylichová
paní Marie Kuráňová	paní Jarmila Štarková
paní Marie Dočkalová	pan Jaroslav Bárta
paní Marie Rosenbergová	paní Gerta Obrusníková
paní Marta Kubínová	



A decorative border surrounds the text, featuring various autumn-themed elements: green and yellow leaves, clusters of red berries (possibly hawthorn), and acorns. The border is composed of several branches and leaves, creating a frame around the central text.

Pranostiky pro nadcházející období

Září

- Září, na léto jde stáří.
- Na svatého Matouše, brambory do koše.
- Svatý Václav víno chrání, po něm bude vinobraní.

Říjen

- Když listí v říjnu brzo opadne, úrodný je pak příští rok.
- Neopadá-li v říjnu listí ze stromů, bude tuhá zima.
- V říjnu mráz a větry - leden, únor teplý.

Listopad

- Když na dušičky jasné počasí panuje, příchod zimy to oznamuje.
- Svatá Alžběta, se sněhem přilétá.
- Kateřina na ledě, Vánoce na blátě.



Mimořádná valorizace důchodů:

Z důvodu vysoké inflace se budou státní důchody mimořádně valorizovat během letošního roku po červnu ještě jednou v září.

Státní důchod je složen ze dvou částí:

- Ze základní výměry
- Z procentní výměry

Základní výměra důchodu má v roce 2022 hodnotu 3 900 Kč.

Mění se procentní výměra důchodů, a to o 5,2 %.

Dle Ministerstva práce a sociálních věcí by v průměru měly důchody v září vzrůst o 700 Kč.



VOLBY 2022

V termínu:

pátek 23. září 2022 od 14.00 hodin do 22.00 hodin

a v sobotu 24. září 2022 od 8.00 hodin do 14.00 hodin

se uskuteční následující:

- **volby do ZASTUPITELSTEV OBCÍ**
- **první kolo voleb do SENÁTU Parlamentu ČR**

V případě voleb do Senátu se bude konat

**druhé kolo v pátek 30. září 2022 od 14.00 hodin do 22.00 hodin
a v sobotu 1. října 2022 od 8.00 hodin do 14.00 hodin.**

A to v případě, že žádný z kandidátů nezíská v prvním kole voleb do Senátu nadpoloviční většinu hlasů. Ve druhém kole kandidují pouze dva nejúspěšnější kandidáti z prvního kola.



Bližší informace k volbám Vám opět podají sociální pracovníce, které Vám ve stanoveném termínu předají i volební lístky s příslušnými pokyny.

Jak stárnou různá znamení zvěrokruhu:

Každé znamení má různé charakterové rysy, své silné i slabé stránky. Proto i postupující věk se u zrozenců různých znamení zvěrokruhu projevuje různě. Na někoho dokonce nepůsobí nijak.

Samozřejmě tu nebudeme počítat vrásky nebo šedé vlasy. Budeme spíše hovořit o vztahu zástupců různých znamení k podzimu života. Každé znamení je jiné, musejí být tedy různí i v této věci...

Někteří se s projevem věku smiřují snadno a stávají se z nich milé babičky a dědečkové, jiní proti stáří zuřivě bojují s nasazením veškerého arzenálu kosmetických prostředků a triků plastické chirurgie, další mají za to, že svůj vzhled omladí mladou módou, bez ohledu na směšnost a realitu a jsou i takoví, kteří zestárnou dávno před tím, než jejich věk dosáhne skutečně zralé výše...



Svých let si raději nevšímá. Žije přítomnou chvílí a snaží se věřit, že zítřek vůbec nenastane. Čilý duch mu pomáhá zachovat si mladickou energii až do stáří. Možná, že v šedesáti už si nenavlékne motorkářskou bundu, jeho vášeň pro motorky však zůstane plná stejné zuřivé energie jako před čtyřiceti lety.



Býci se rádi dobře najedí. Někdy až příliš dobře. S postupujícím věkem proto obvykle nabírají nemalý objem. S léty se tvrdohlavý Býk stává ještě méně pružným v každém ohledu: jak psychicky, tak

fyzicky. Je však od přírody velmi zdatný, proto nehledě na nemoci žije velmi dlouho.



Blíženci si v mládí vytknou cíl a jdou za ním vpřed, aniž by se hodlali dát jakkoli omezovat léty. Nemá smysl doufat, že Blíženec přijde dřív z práce domů. Ani ve starším věku Blíženec nebude odpočívát

u domácího krbu. Jeho kariéra pokračuje až do penze. Mají-li možnost, jdou Blíženci kariérně nahoru i v důchodovém věku.



Raci jsou dvojího druhu: jedni nikdy nedospějí a druzí se na stará kolena rádi starají o všechny kolem. Stejně jako Lev, také Rak si přeje, aby okolí respektovalo jeho „ctihodné šediny“. Z Raků bývají skvělí „klasičtí“ dědečkové a babičky, takoví, jaké

si přeje mít většina dětí.



Svým založením jsou Lvi rozvážní a shovívaví, což se léty stále prohlubuje. K stáru jsou to už mohutná, klidná, vznešená a tukem lehce obrostlá stvoření. Stále více touží po všeobecné úctě, autoritě a snad i klanění. Chtějí být napodobovaným vzorem, proto usilují o co možná nejdřívější dosažení životních cílů a solidního postavení.



Panny většinou s věkem zaujímají k okolnímu světu stále negativnější postoj, zejména pokud se jim vymkne z rukou jejich přirozený sklon ke zbytečné kritičnosti. Rády se udržují v dobré formě a při dobrém zdraví, neustále pracují na zlepšení svého mozkového výkonu. Proto stáří většinou vítají jako dobře udržované dámy a džentlmeni, sice poněkud přísní, ale stále výkonní.



Váhám velmi leží na srdci vlastní zevnějšek, uchýlí se proto k jakýmkoli opatřením, jen aby co nejdéle zabránily objevení jakýchkoli vrásek nebo přebytečných kilogramů. Zpravidla se jim to daří.

Ještě v osmdesáti jsou Váhy schopné tvrdit, že jim ještě nebylo čtyřicet.



K stáru se Štír stává důstojným a vznešeným. Líbí se mu smýšlet o sobě jako o filosofovi, který za léta nasbíral dost moudrosti - většinou to tak také opravdu je. Bohužel však velmi často starší Štíři přehnaně až umanutě lpějí na vlastních myšlenkách a přesvědčeních, která občas ostatním přímo vnucují.



Střelci ve shodě s Berany prostě na stáří nechtějí myslet. Někdy natolik, že se jim to změní v jakousi nutkavou ideu. Začínají na lidi dotírat otázkou, kolik jim hádají let a doufají přitom v pár užaslých komplimentů. Je třeba říci, že jsou to komplimenty většinou podložené, protože Střelec, přestože obvykle odmítá na sebe nějak pečlivě dbát, obvykle si uchovává půvab a sexappeal do vysokého stáří.



Kozoroh je znamením, které je nejvíce asociováno s časem. Tomuto znamení panuje Saturn. A to je planeta za čas tak říkajíc zodpovědná. Co však je zajímavé, pro Kozorohy samotné čas jako by plynul opačným směrem. Kozoroh se narodí jako takový malý stařeček, příliš vážný na svůj věk, zodpovědný a moudrý. A jak dospívá a stárne, začíná se v jeho povaze projevovat stále více dětinství. Ve stáří jsou Kozorozi úplné děti.



Také Vodnáře ovlivňuje Saturn poměrně silně, proto bývají v dětství stejně jako Kozoroh neúměrně vážní, někdy skutečně příliš. S léty se pak z Vodnáře stává stále větší výstředník, přestává ho zajímat, co si o něm bude myslet okolí, a tak je schopen ještě v osmdesáti nosit značně vyzývavé oblečení a chovat se, jak se mu zachce.



Na rozdíl od všech ostatních znamení zvěrokruhu mají Ryby ze stáří panickou hrůzu. Ani ne tolik pokud jde o jejich zevnějšek, jako spíš s myšlenkou na to, kolik toho ještě nestihly udělat, prožít a vyplnit!

Právě proto Ryby tak rády hodnotí jednotlivé etapy svého života, bilancují a počítají úspory. Je v tom jistý paradox, vždyť čím méně by se zneklidňovaly plynutím času, tím déle by Ryby žily (a více toho stihly) ... nic tak nezkracuje život, jako věčný nepokoj.

Znamení zvěrokruhu

<i>Vodnář - Aquarius</i>	<i>21. 1. - 20. 2.</i>
<i>Ryby - Pisces</i>	<i>21. 2. - 20. 3.</i>
<i>Beran - Aries</i>	<i>21. 3. - 20. 4.</i>
<i>Býk - Taurus</i>	<i>21. 4. - 21. 5.</i>
<i>Bliženci - Gemini</i>	<i>22. 5. - 21. 6.</i>
<i>Rak - Cancer</i>	<i>22. 6. - 22. 7.</i>
<i>Lev - Leo</i>	<i>23. 7. - 22. 8.</i>
<i>Panna - Virgo</i>	<i>23. 8. - 22. 9.</i>
<i>Váhy - Libra</i>	<i>23. 9. - 23. 10.</i>
<i>Štír - Scorpio</i>	<i>24. 10. - 22. 11.</i>
<i>Střelec - Sagittarius</i>	<i>23. 11. - 21. 12.</i>
<i>Kozoroh - Capricornus</i>	<i>22. 12. - 20. 1.</i>

An illustration of two birds, likely European Goldfinches, perched on a dark brown branch. The branch is adorned with several clusters of small, round, orange berries. One bird is positioned on the left side of the branch, facing right, while the other is on the right side, facing left. The background is a light gray.

Redakční rada:

Mgr. Ivana Voříšková

Bc. Petra Ječná, DiS.

Ing. Ivo Kubín