

Náš domov



Letní číslo

21. 6. 2026

Milí čtenáři,

léto je obdobím slunce, vůně rozkvetlých zahrad, dozrávajícího ovoce a dlouhých dnů, které nás lákají k posezení venku i k příjemným setkáním s přáteli. Přináší nám mnoho příležitostí užívat si drobné radosti všedních dnů, vzpomínat na krásné chvíle z minulých let a vytvářet nové společné zážitky.

V tomto letním vydání našeho časopisu se můžeme dočíst o akcích konaných na jaře, ve výčtu také naznačíme, jaké akce nás čekají v létě. Dozvíme se, kdo v následujícím období slaví své narozeniny. Těšit se můžete také na představení nového čtyřnohého kamaráda, který k nám brzy zavítá a jistě vykouzlí nejeden úsměv. Připravili jsme si pro vás také článek „Jak zvládnout letní horka ve zdraví a pohodě“, dále se můžete pobavit u vtipu s letní tematikou nebo se zamyslet nad citátem, který je v samotném závěru tohoto čísla.

Přejeme vám krásné letní dny plné pohody, dobré nálady, příjemných setkání a chvílí, které zahřejí u srdce.

Redakce Domova



Co jsme prožili na jaře

BŘEZEN

MDŽ

Mezinárodní den žen, který každoročně připadá na 8. března, jsme si připomínali již několik dní předem. Nejprve jsme se mu věnovali při paměťových cvičeních, během nichž jsme si připomněli historii tohoto svátku a zavzpomínali na to, jak se slavil v minulosti.

V pátek pak došlo k milému obdarování našich uživatelek květinou od pana ředitele. Přání klidných dnů spolu s touto pozorností z jeho strany vykouzlily nejeden úsměv na tváři.



12. 3. Hudební vystoupení zpěvačky Alishi

Dne 12. března jsme v našem Domově uspořádali koncert skvělé zpěvačky Alishi (Aleny Střelečkové). Svým vystoupením vytvořila nádhernou, vzpomínkovou atmosféru, která nás přenesla především do 60. let minulého století. Zazněly známé hity Heleny Vondráčkové, Václava Neckáře, Waldemara Matušky, Jiřího Šlitra a Jiřího Suchého, stejně jako písně z filmů, muzikálů a slavné skladby ze Semaforu. Celé dopoledne se neslo ve velmi příjemné a pohodové atmosféře.



17. 3. Vítání jara

17. března jsme v našem Domově vítali jaro. Počasí venku této akci přálo, a tak podpořilo i naše celkové ladění při jarním tvoření. Zaseli jsme osení, které nyní zdobí prostory našeho Domova. Společnými silami jsme si připravili jarní tvarohovou pomazánku s pažitkou, na



které jsme si následně pochutnali. Vázičky ozdobily první jarní kvítky - sedmikrásky a fialky. Celou akci jsme si náramně užili.

27. 3. Povídání v belákovštině

Poprvé jsme v našem domově přivítali malohanáckého lidového vypravěče Milana Nechutu, rodáka z Knínic. Zavítal k nám, aby nám prostřednictvím hanáčtiny - neboli „belákování“ - přiblížil své vzpomínky na dětství a mládí. Během svého vystoupení poutavě vyprávěl různé příběhy a zážitky, které sám prožil nebo si je dodnes živě pamatuje. Jeho vyprávění bylo nejen zajímavé, ale především velmi autentické právě díky použití nářečí, kterému mnozí z přítomných dobře rozuměli a s radostí na něj zavzpomínali. Pan Nechuta také zazpíval hanáckou písničku, ke které si sám složil slova. V průběhu dopoledne jsme si navíc připomněli lidové tradice prostřednictvím ukázek z Kořeneckých slavností promítaných v televizi. Na závěr si všichni společně zazpívali známou píseň „Čí só hode, naše hode“. Příjemná atmosféra a sdílené vzpomínky způsobily, že celé dopoledne uteklo velmi rychle.

belákojo



DUBEN

2. 4. Velikonoční hrkání

Na Zelený čtvrtek 2. dubna 2026 se v našem domově uskutečnila tradiční akce s názvem „Velikonoční hrkání“, která každoročně připomíná lidové zvyky spojené s velikonočním obdobím a příchodem jara. Chodbami našeho domova se rozezněly typické velikonoční zvuky – řehtačky, dřevěné klapačky i kučeráky, které vytvořily jedinečnou atmosféru a mnohým připomněly tradice z jejich dětství. Přivítali jsme jaro a se zimou jsme se rozloučili tradičním vynášením Morany. Radost všem přinesla návštěva pana ředitele, který spolu se zaměstnanci potěšil všechny uživatele milým slovem, přáním krásných svátků a drobným velikonočním balíčkem plným dobrot. Nechyběla ani ochutnávka zeleného piva, které k Zelenému čtvrtku neodmyslitelně patří. Velikonoční hrkání se tak i letos vydařilo a stalo se krásnou připomínkou tradic, které mají své pevné místo v našich životech.



29. 4. Tradiční pálení čarodějnic

Ve středu 29. 4. 2026 se v našem Domově konalo Tradiční pálení čarodějnic. Akce se kvůli chladnému počasí uskutečnila v jídelně, ale ani to naši náladu bavit se nijak neovlivnilo. Celé odpoledne jsme si i tak s úsměvem na rtech od začátku do konce užili. Po celou dobu hrála skvělá legendární kapela KLIPT. U nás v Domově hráli muzikanti poprvé a věříme, že ne naposledy. K občerstvení bylo k dispozici čepované pivo, víno, ovocné mísy a bábovka doplněná ořechovými rohlíčky, které napekla dcera naší uživatelky paní J. B.



KVĚTEN

14. 5. 2026 Letovický sedmiboj

Ve čtvrtek dopoledne se jídelna Domova pro seniory Letovice opět proměnila ve sportovní arénu. Konal se zde trénink na plánovanou účast v seniorském sedmiboji v Brně. Přestože jsme se nakonec samotné soutěže nezúčastnili, o sportovní atmosféru a dobrou náladu nebyla nouze. Účast byla skvělá - vytvořila se tři družstva po sedmi až osmi soutěžících, která mezi sebou poměřila své síly s velkým nasazením. Soutěžící si vyzkoušeli řadu disciplín, mezi nimiž nechyběl hod míčkem do koše, střelba míčkem do branky pomocí florbalové hokejky, oblíbená hra mólky, skládání puzzle, hod míčkem do terče nebo shazování plechovek. Do soutěžení se zapojila většina přítomných obyvatel a celým dopolednem se nesla radostná atmosféra plná vzájemné podpory, povzbuzování a přátelského soupeření. Všichni účastníci předvedli obdivuhodné výkony a zaslouží si velkou pochvalu. Nejvyššího počtu bodů dosáhli pan Marek, paní Cvečková a paní Schestagová. Děkujeme všem za aktivní účast a těšíme se na další společné sportovní akce.



18. 5. 2026 – Taneční terapie s MgA. Petrem Veletou, Ph.D.

Taneční mistr Petr Veleta patří mezi naše pravidelné návštěvníky. Svou energií a nadšením, se kterými taneční terapii vede, si získal velkou oblibu mezi našimi uživatelkami i uživateli. Program jsme zahájili společným rozcvičením v kruhu, během něhož jsme protáhli ruce i nohy a připravili se na samotný tanec. Následovala taneční terapie, při které si pan Veleta postupně vybíral jednotlivé tanečnice z řad našich uživatelek a s elegancí je provázel po tanečním parketu. V závěru se k tanci připojily také pracovnice našeho personálu, aby si radost z pohybu a společného prožitku mohlo užít co nejvíce účastníků. Celé taneční dopoledne se neslo ve velmi příjemné atmosféře a setkalo se s velkým ohlasem.



21. 5. 2026 – Hudební vystoupení

Ve čtvrtečním dopoledni u nás v Domově vystoupila slečna Romana z pečovatelské služby, která nám svým vystoupením zpříjemnila společně strávený čas. Ve svém programu se zaměřila především na křesťanské písně a dokázala účastníky aktivně zapojit prostřednictvím jednoduchých gest, mávání i společného doprovodu k jednotlivým textům.

Celé dopoledne se neslo v příjemné a přátelské atmosféře a všichni jej hodnotíme jako milé a obohacující setkání.



28. 5. 2026 – Návštěva MŠ Komenského

Dnešní den jsme si naplánovali procházku do MŠ Komenského a byla to skvělá volba. Počasí nám totiž vyšlo na jedničku! Při vstupu nás přivítala učitelka MŠ Bc. Jana Leinveberová, která nás provedla celou školkovou zahradou. Seznámila nás s herními prvky a ukázala nám různá zajímavá zákoutí. Její povídání bylo velmi poutavé, milé a inspirující. Na závěr celé prohlídky pro nás bylo připraveno malé pohoštění spojené s krátkým kulturním programem. Celé dopoledne jsme si velmi užili a odnesli si mnoho krásných zážitků i inspirace.





Předběžný plán akcí:

Červen

Výlet do zámecké zahrady v Lysicích
Procházka s žáky ZŠ Letovice na výletišťě
Předprázdninové posezení

Červenec

Příprava letních drinků
Hudební vystoupení - Mistříňanka
Beseda

Srpen

Hipoterapie
Pétanque s Diakonií
Trénink na Turnaj v kuželkách
Rozloučení s létem



V následujícím období slaví své narozeniny:

Červen

paní Ludmila Podivínská

pan Jaroslav Koudelka

paní Vlasta Lebišová

paní Jindřiška Topinková

pan Josef Kalas

paní Růžena Zechová

Červenec

paní Alena Zábojová

paní Cyrilla Staňková

paní Marie Pavlů

paní Marie Kopecká

Srpen

paní Bohumila Uhrová

paní Vlasta Kalášková

paní Lydie Pařízková

NOVINKY

Koncem června přivítáme v našem Domově nového zakrslého králíčka. Nemusíte se však obávat - náš Bobeš je stále s námi. Vzhledem k jeho pokročilému věku a zdravotním potížím ho už ale nebudeme brát na návštěvy po pokojích.

Naskytla se nám příležitost ujmout se malého bílého králíčka, kterou jsme se rozhodli využít. Díky tomu budeme moci znovu přinášet obyvatelům radost z pravidelných setkání s tímto milým zvířecím společníkem.

Nový králíček se jmenuje Snížek. Zda mu toto jméno zůstane, však bude záležet především na vás.





Jak zvládnout letní horka ve zdraví a pohodě

Léto přináší mnoho příjemných chvil - slunečné dny, posezení na zahradě i možnost trávit více času venku. S vysokými teplotami však přicházejí také určitá rizika, zejména pro starší osoby. Proto je důležité dbát na několik jednoduchých zásad, které pomohou prožít horké dny bezpečně a v pohodě.

Dostatečně pijte



I když nemáte pocit žízně, snažte se pravidelně doplňovat tekutiny. Nejvhodnější je čistá voda, neslazené čaje nebo zředěné ovocné šťávy. Naopak alkohol a velké množství kávy mohou organismus odvodňovat.

Vyhýbejte se pobytu na přímém slunci



V nejteplejší části dne, přibližně mezi 11. a 16. hodinou, je lepší zůstat ve stínu nebo v chladnějších prostorách. Pokud se vydáte ven, nezapomeňte na

pokrývku hlavy a sluneční brýle.

Volte lehké oblečení

Přírodní a vzdušné materiály, jako je bavlna nebo len, pomáhají tělu lépe zvládat vysoké teploty. Světlé barvy navíc odrážejí sluneční paprsky a méně se zahřívají.

Dbejte na správnou stravu



V horkých dnech bývají vhodnější lehčí jídla - zelenina, ovoce, saláty nebo mléčné výrobky. Těžká a mastná jídla mohou organismus

zbytečně zatěžovat.

Nepřeceňujte své síly

Pokud se cítíte unavení, dopřejte si odpočinek. Poslouchejte své tělo a nevystavujte se zbytečné námaze. Krátká procházka ráno nebo večer bývá příjemnější než aktivita během poledního vedra.



Pozor na příznaky přehřátí



Bolest hlavy, závratě, nevolnost, silná únava nebo zmatenost mohou být známkou přehřátí organismu. V takovém případě je důležité přesunout se do chladnějšího prostředí, doplnit tekutiny a v případě potřeby vyhledat pomoc.

Přejeme vám krásné léto plné slunečných dnů, příjemných setkání a dobré nálady. Nezapomínejte na své zdraví a dopřejte si dostatek odpočinku i osvěžení.



S úsměvem jde všechno líp...



Závěrem...

"V létě se píseň zpívá sama."

- William Carlos Williams





Redakční rada:

Mgr. Ivana Voříšková

Bc. Lenka Ježová

Ing. Ivo Kubín