



Blahoutova 646 – 649,
Pardubice, 530 12

Tel.: 466 262 345

E-mail:

dubina@ssmpce.cz

*Krásné prožití letních měsíců,
hodně
pohody a odpočinku.*

DUBEN 2023

V pondělí 3. 4. 2023 odpoledne se senioři vsedě protáhli a zároveň zrelaxovali během lekce jógy pro seniory s lektorkou Janou Cucykovou.

V úterý dne 4. 4. 2023 si senioři na oddělení D zpříjemnili dopoledne přítomností psích kamarádů. Odpoledne se sešli ve společenské místnosti, kde se konal pravidelný klub seniorů. Poseděli jsme u kávy a společně zazpívali s živou hudbou.

Ve středu 5. 4. 2023 jsme se opět sešli ve společenské místnosti na oddělení A, abychom přivítali kapelu **Hradecký šraml**, která nám zahrála zapomenuté melodie, swing a další pohodovou hudbu určenou k poslechu i k tanci.

Ve čtvrtek 6. 4. 2023 jsme si tentokrát s dětmi z Mateřské školky Safari ráno zacvičili na oddělení A a B.

V úterý 11. 4. 2023 se uskutečnila dopoledne na oddělení A společná **muzikoterapie**, kterou navštívili senioři i z ostatních oddělení, dle vlastního zájmu.





Ve středu 12. 4. 2023 se seniři našeho domova dopoledne opět setkali s dětmi z MŠ Safari v rámci projektu „Seniři staví s dětmi“. Tentokrát se aktivity s využitím kostiček LEGO® DUPLO® věnovaly jarnímu období, které jsme již přivítali.

Před první aktivitou jsme se všichni navzájem pozdravili a zopakovali si svá jména, vytvořili jsme celkem šest skupinek. Poté si každý ve skupině vybral svoji kostičku, která svojí barvou měla připomínat konkrétní věc. Tato aktivita nebyla náročná a všichni dokázali najít věc, která jim připomínala barvu kostičky. Zaznělo například: modrá jako nebe, mrak, jako moře; žlutá jako sluníčko, pampeliška; hnědá jako půda; zelená jako tráva; růžová jako prasátko, kytička; červená jako růže, jako tulipán; oranžová jako pomeranč. Plánovaný pestrobarevný stožár jsme sice společně na konci první aktivity nepostavili, ale za to jsme si všichni zopakovali jarní kytičky. Děti byly moc šikovné a společně se seniory si vzpomněly na mnoho jarního kvítí.

Během druhé aktivity se každá skupinka rozhodla, jaký dopravní prostředek společně postaví. Některá ze skupinek se rozhodla postavit sanitku, vrtulník, jiná zase vlak anebo obyčejné auto. Během této aktivity se pěkně všichni u společného stavění rozpovídali a každý si vybral někoho, s kým by rád vybraným prostředkem cestoval. Někde jsme si také vymysleli, kam vlastně pojedeme. Někdo by rád cestoval k moři do Řecka, Itálie, někdo do hor anebo na chalupu.

Poslední aktivita nám dala více přemýšlení, nebylo ani jednoduché určitou věc připomínající tematické roční období postavit, a nakonec ani poznat. Ale děti díky svojí fantazii vytvořily společně se seniory zajímavé stavby připomínající dům v jarním rozkvětu anebo květiny, „duhový“ dům. Dvě skupinky si nakonec také postavily jeden velký pestrobarevný stožár. Na závěr jsme si zopakovali jarní kytičky a popřáli si krásné jaro.

Naše společné druhé setkání v rámci projektu bylo opět zážitkové, veselé a velmi příjemné.



Ve čtvrtek 13. 4. 2023 jsme se sešli ve společenské místnosti na oddělení A, abychom si pro změnu zazpívali **trampské písně** s manželi Boltíkovými a zavzpomínali na "trampování", spaní pod širákem a hraním na kytaru u ohně, na kamarádství a úctu k přírodě.

V úterý 18. 4. 2023 se uskutečnila **canisterapie**, tentokrát na oddělení A a B, odpoledne proběhlo další společné setkání s muzikou na klubu seniorů.

Ve pátek 21. 4. 2023 se seniory sešli v kuchyňce na pravidelném **vaření**, aby si tentokrát připravili výborné domácí palačinky s ovocem. Mňam!

Ve středu 26. 4. 2023 se odpoledne v domově uskutečnila první velká **"grilovačka"**, libové párky byly dobře propečené a točené pivo chutnalo báječně! Nechyběla ani živá hudba a hlavně dobrá nálada!



Ve čtvrtek 27. 4. 2023 se seniory z oddělení D setkali s Goldie a Izzy, s našimi psími kamarádkami. Někteří se s nimi pomazlili ve vestibulu, za některými přišly na pokoj, aby je svojí přítomností také potěšily a udělaly radost.

Někteří seniory dopoledne navštívili **filmovou projekci pro seniory v multikině CineStar**, kde zhlédli český film "Přání k narozeninám".

V pátek 28. 4. 2023 navštívily děti z mateřské školky seniory na oddělení D, aby si společně protáhli tělo během pravidelného ranního cvičení. Někteří seniory se zase setkali s dětmi v Dps U Kostelíčka, kde jsme společně v rámci projektu **mezigeneračního prolínání** vytvořili krásné potisky na textilní tašky, které jsme si i odnesli do domova. Dopoledne nám rychle uteklo a již jsme se těšili na další radost z dětí a čas, který s nimi můžeme společně trávit.



KVĚTEN 2023

V úterý 2. 5. 2023 proběhlo další pravidelné setkání seniorů na klubu. Společný zpěv s živou hudbou a povídání u kávy nám zpříjemnilo krásné odpoledne.

V pátek 5. 5. 2023 jsme dopoledne přivítali u nás v domově pana Šiku, který si pro nás připravil další zajímavý program s názvem „Zábavná historie domácích mazlíčků“. V pořadu jsme se dozvěděli, kdo všechno v minulosti sdílel s lidmi jejich příbytky a spoustu dalších zajímavostí a kuriozit, jak se domácí mazlíčci zapsali do historie.



V úterý 9. 5. 2023 se uskutečnilo další milé setkání s paní Votkeovou, která si pro nás připravila další zajímavou lekci **společné muzikoterapie**. Na oddělení A a B ve stejný den proběhla **individuální canisterapie**. Odpoledne si někteří senioři udělali procházku mimo domov.

Ve středu 10. 5. 2023 jsme se něco málo dozvěděli o **historii mýdla a jeho výrobě**. Nakonec jsme si i vyzkoušeli takové přírodní mýdlo vyrobit. Zavzpomínali jsme si na dětství, jak naše maminky praly a porovnávali jsme s dobou současnou. Mýdla jsme nechali do druhého dne ve formě a potom nakrájeli, aby krásně „dozrála“. Mýdla se nám moc povedla, levandulová přírodní mýdla jsme nabídli k prodeji na letním jarmarku a všechna se úspěšně prodala!

V pátek 12. 5. 2023 jsme ranní cvičení zvládli společně s dětmi z MŠ Safari. Odpoledne jsme se sešli v kuchyni, abychom si společně připravili libové párky v pikantní omáčce a pivu s chlebem. Nějaké libové párečky jsme nakrájeli a naložili s cibulí a octem.

V **pondělí 15. 5. 2023** se mohli senioři účastnit další pravidelné **jógy pro seniory**, kterou si oblíbili a na které se snaží poctivě cvičit dle svých schopností a nálady.

V **úterý 16. 5. 2023** jsme se všichni opět těšili na další setkání, na klub seniorů. Měli jsme příležitost setkat se, zazpívat si a popovídat.

Ve **čtvrtek 18. 5. 2023** se uskutečnila **canisterapie** na oddělení D s dobrovolnicí paní Kuciánovou.

V **pátek 19. 5. 2023** dopoledne navštívila Goldie a Izzy seniory na oddělení C, odpoledne proběhlo další společné vaření, při kterém jsme si upekli slané záviny a ochutnali také naložené libové párečky s cibulí a octem z minulého týdne.

Ve **čtvrtek 25. 5. 2023** dopoledne se uskutečnila **skupinová canisterapie** na oddělení A a B, odpoledne jsme si ve společenské místnosti **zazpívali s panem Pavlem Justichem**, muzikantem a cestovatelem, který si pro nás připravil **hudební vystoupení**.



V **pátek 26. 5. 2023** nás potěšili další návštěvou děti z MŠ Safari, se kterými si zacvičili senioři z oddělení D, někteří senioři navštívili novou budovu Základní školy a Praktické školy SVÍTÁNÍ o.p.s. v Klášterní ulici. Měli jsme tak příležitost si v rámci **mezigeneračního prolínání** společně v muzikoterapeutické místnosti zahrát na bubny a zazpívat si. Svůj krásný hlas nám také představila sl. Bětuška L. ze Svítání, která nám zazpívala nádherné písně, u kterých nám slza ukápla. Dále jsme zasedli do školních lavic a děti ze ZŠ Resslerova nám ukázali vlastní prezentací, jakým způsobem se dnes s pomocí výpočetní techniky vyučuje. Zopakovali jsme si reálie a zajímavosti ze zeměpisu, konkrétně ze států Severní Evropy. Na závěr jsme si dali kávičku a výborné

koláče, které upekly děti ze Svítání ve cvičné kuchyňce a prohlédli si nové prostory, tréninkové byty, relaxační místnost a další.

V neděli 28. 5. 2023 se konala v kapličky domova **mše svatá s májovou pobožností**, litanie k Panně Marii.

V pondělí 29. 5. 2023 jsme poprvé vyzkoušeli **vyrobit si gelové svíčky**, které jsme nabízeli k prodeji na letním jarmarku. Všichni si do připravené skleněné nádoby naaranžovali dle své fantazie písek, kamínky a mušličky. Nejdříve jsme ale museli přilepit knot. Poté jsme opatrně nalili rozpuštěný gel, obarvený do modra a do zelena. Vyrobili jsme tak krásné gelové svíčky, které navodí v létě « mořskou » atmosféru. Pro seniory byla výroba zajímavá a všem se společné tvoření líbilo. Odpoledne se konala další pravidelná **jóga pro seniory**.

V úterý 30. 5. 2023 se odpoledne konal pravidelný **klub seniorů**, kterého se účastní zájemci z celého domova.



ČERVEN 2023

V **pátek 1. 6. 2023** se konala na oddělení C venku pod pergolou **skupinová canisterapie**, některé seniory přišla naše psí kamarádka potěšit i na vlastní pokoj individuálně. Odpoledne se seniory pustili do **pečení** vyborného drobenkového koláče s ovocem, který jsme si společně vychutnali ke kávě se šlehačkou.

V **pondělí 5. 6. 2023** jsme si ráno pro změnu zacvičili na oddělení C venku pod pergolou.

V **úterý 6. 6. 2023** jsme se setkali s paní Votkeovou na další oblíbené **skupinové muzikoterapii**.

Ve **středu 7. 6. 2023** se ráno seniory našeho domova setkali již po třetí s dětmi z MŠ Safari v rámci projektu **“Seniory staví s dětmi”**, jehož náplní je mezigenerační propojení skrze společné hraní. Během první aktivity jsme se pěkně všichni zahřáli a zopakovali si barvy. Druhá aktivita již byla více o komunikaci, povídání, fantazii a kreaci. Seniorsi vzpomínali a vyprávěli dětem, jakým způsobem trávili prázdniny a co zažili. Hodně seniorů vzpomínalo na pasení krav, na sbírání jahod, malin a ostružin, na práci na zahradě a jak rodičům pomáhali, jeden dědeček zavzpomínal na svoji vášeň – kanoistiku. V rámci skupinek se potom pustili do společného stavění louky, kytic, jahodových záhonů, paseky, kde nechyběl ani traktor, dále zahrádek, a nakonec jedné lodě. Poslední aktivita byla ale nakonec asi nejlepší. Kouzelný bazén jsme naplnili vším možným a zajímavým – kapříky, bílou čokoládou, objevily se schůdky, plavčíci, sanitka pro případnou nehodu, různé věže, krokodýl a žralok, a mnoho dalšího. Fantazie dětí seniory překvapila, stejně tak rychlost a jejich šikovnost během stavění. Naše poslední setkání v rámci uvedeného projektu bylo skvělé, seniory byli nadšeni, povídání a společnost dětí si moc užili.



Ve čtvrtek 8. 6. 2023 se uskutečnilo další setkání s Goldie a Izzy a **canisterapie** na oddělení D.

V pondělí 12. 6. 2023 si senioři během **lekce jógy** procvičili tělo vsedě a s další návštěvou paní Cucykové, lektorkou jógy, byli velmi spokojeni.

V úterý 13. 6. 2023 jsme se všichni setkali na klubu seniorů, na kterém nechyběla muzika a společný zpěv u kávičky.

Ve čtvrtek 15. 6. 2023 se konala canisterapie na oddělení A a B, ve společenské místnosti a v pátek 16. 6. 2023 dopoledne nás seznámil pan Šika s unikátními zajímavostmi z období vzniku kinematografie. Představil nám v rámci dalšího pořadu **Akademie třetího věku** první hvězdy filmového plátna, okolnosti příchodu zvukového filmu i tajemství továrny na sny, která je větší než Hollywood. Odpoledne se zase někteří senioři zapojili do **výroby "dědových škvarek"**, které jsme nabízeli k prodeji na jarmarku.

V pondělí 19. 6. 2023 odpoledne jsme přivítali v našem domově studenty humanitních studií Univerzity Pardubice, kteří si pro nás připravili **tři krátká divadelní představení** v rámci předmětu Rozvoj sociálních dovedností. Témata jednotlivých představení byla zajímavá, děkujeme studentům za krásný kulturní zážitek.



V úterý 20. 6. 2023 jsme ještě den před plánovaným letním jarmarkem se setkali v kuchyni, abychom připravili všem návštěvníkům jarmarku slané pohoštění – klasické šneky z listového těsta se sýrem a salámem. Šneci se moc povedly, sice byly trochu pikantnější, ale výborné!

Ve středu 21. 6. 2023 se konal LETNÍ JARMARK, který se nám vsukotku vydařil a máme radost, že si ho všichni užili. Dopoledne si někteří nakoupili výrobky našich seniorů, nejdříve zmizely "Dědovy škvarky", úspěch ale měly i ostatní výrobky jako gelové svíčky, pštroši, batikovaná trička, kočičky, kamínky, přírodní mýdla, záložky do knihy a mnoho dalšího. Odpoledne jsme si ugrilovali výbornou uzenou kýtu a klobásku, nechyběla malinová limonáda a Zlatý bažant. Odpoledne nám zahrála i hudba, zazpívali jsme si a společně poseděli. Nechyběly ani sladké koláčky, linecké a štrúdl ke kávě. Děkuje všem za návštěvu, podporu a milou přítomnost. Děkuje také aktivizačním pracovnícím a seniorům, kteří se dlouhou dobu na jarmark svým tvořením a nápady připravovali.



Ve čtvrtek 22. 6. 2023 nám tentokrát dopoledne zpříjemnila psí návštěva, která nás potěšila na oddělení C.

Ve čtvrtek 22. 6. 2023 jsme se těšili na další projekci pro seniory v **multikině CineStar**, která nám tentokrát nabídla příběh Josefa Myslivečka, který natočil režisér Petr Václav a film nazval IL BOEMO.

V pátek 23. 6. 2023 se uskutečnilo další setkání v rámci projektu **“Prolínání generací”** v Klášterní 52, v Základní a praktické škole SVÍTÁNÍ, o.p.s., kde jsme společně se seniory z Dps U Kostelíčka a s dětmi ze Svítání malovali a kreslili vzpomínky na zatím proběhlá setkání v rámci uvedeného projektu.

V úterý 27. 6. 2023 si senioři na oddělení D ráno zacvičili na zahradě domova. Odpoledne jsme se sešli ve společenské místnosti na dalším **setkání s muzikanty**. Nechyběla kávačka, pivo a hlavně dobrá nálada!

Ve středu 28. 6. 2023 se senioři z oddělení A a B ráno vydali na plánovaný **výlet do Častolovic**, aby navštívili již rozkvetlý zámecký park, dále zvěřinec, a nakonec poseděli v zámecké restauraci. Počasí nám přálo a výlet se všem moc líbil.

Ve čtvrtek 29. 6. 2023 se uskutečnila další **skupinová canisterapie** na oddělení D.

V pátek 30. 6. 2023 jsme měli ranní rozcvičku na oddělení D společně s dětmi z MŠ Safari, odpoledne se seniorky z oddělení A a B, které se pravidelně scházejí a společně tvoří, sešly na společné kávačce a povídání. Čekalo je velké překvapení, aktivizační pracovnice Andrejka si totiž pro ně připravila velké poděkování za odvedenou práci a pomoc během příprav a tvoření nejenom na letní jarmark. Seniorky měly radost a již se těší na další tvořivá setkání.



INFORMACE Z DOMOVA

- ❖ Veškeré fotografie našich seniorů z akcí, individuální a skupinové aktivizace si můžete prohlédnout na: <https://dubinadps.rajce.idnes.cz/>, jednotlivá alba jsou uzamčena s přístupem na jméno a kód, které Vám rádi sdělí sociální pracovníce našeho domova anebo na žádost zašlou e-mailem.
- ❖ Od 1. 4. 2023 nastoupila do našeho domova sociální pracovníce pro oddělení A a B paní Agnieszka Kralovanská, tel.: 724 238 140, e-mail: agnieszka.kralovanska@ssmpce.cz.
- ❖ Od 1. 6. 2023 nastoupila zpět do našeho domova vedoucí zdravotnického oddělení A a B, paní Monika Vavřinová, tel.: 721 587 897, e-mail: monika.vavrinova@ssmpce.cz.

DOMOV PRO SENIORY DUBINA PARDUBICE

BLAHOUTOVA 646-649

www.ssmpce.cz

SKRÝVAČKY

Pokuste se najít v následujících větách ukryté výrazy podle zadaného tématu (hledejte například tam, kde jedno slovo končí a další začíná, nebo uvnitř slov.

KŘESTNÍ JMÉNA - procvičování slovní zásoby

Postavil malý domek pro svou dceru. _____

Podej mi lano. _____

Neznám ani takovou ženu. _____

Hledali celý den ztracené dítě. _____

Měl by tu téci potok nebo řeka. _____

Nejsi k zubaři objednan na úterý, ale na pondělí. _____

Z této rostliny se sbírá květ a list. _____

To je moje vařečka. _____

Čekala na něj půl hodiny. _____

Bylo nutné utajit kamarádům tuto informaci. _____

Museli jsme objednat a šaty zaplatit. _____

To je prima reklama. _____

DOPLŇTE CHYBĚJÍCÍ PÍSMENKA

V uvedených slovech chybí na vyznačených místech písmenka, doplňte je tak, aby slovní spojení dávala smysl a vztahovala se nějakým způsobem k **papíru**.

RE__L__NÝ P_PÍ__

P__RO_Á ČE_I_E

VY_TŘ_H__NK__

KÁ_E_,_NŮŽ_Y,P__R

VE_K_ _OSI_Y

TO_LE__Í PA__R

P_P_R__É KA_E_NÍ_Y

OR_G__I

C_NN_ P_P__Y

BA_IC_ PA__R

P__ÍRN__VÍ

DO__S_Í __PÍ__

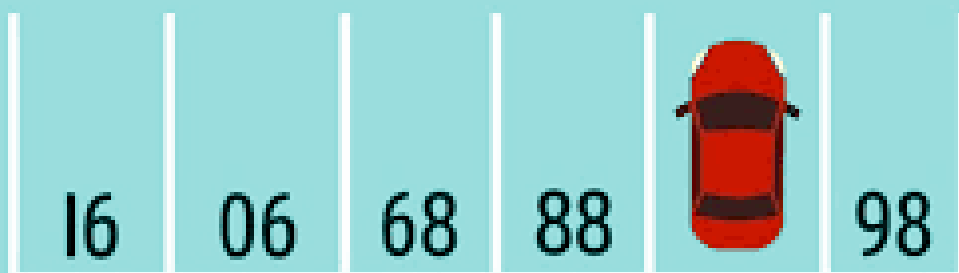
P_P__VÝ D_AK

PROCVIČOVÁNÍ KRÁTKODOBÉ PAMĚTI

Pozorně si prohlédněte fotograie. Poté obrázky zakryjte a zkuste si vzpomenout na vše, co na fotografiích bylo zobrazeno.



Jaké je číslo parkovacího
místa, na kterém stojí auto?



TYHLE GENETICKY UPRAVENÉ POTRAVINY ZNAMENAJÍ ÚŽASNÝ PŘEVRAŤ V NAŠEM STRAVOVÁNÍ. TA MRKEV CHUTNÁ JAKO LOSOS. A LOSOS JAKO MRKEV.



JSI BÁBEČNÁ, FANTASTICKÁ ŽENA, MARIE. VĚČNÁ ŠKODA, ŽE JSEM TĚ NEPOZNAL DŘÍV NEŽ PIVO.