



Blahoutova 646 – 649,
Pardubice, 530 12

Tel.: 466 262 345

E-mail:

dubina@ssmpce.cz

ŘÍJEN 2023

V úterý 3. 10. 2023 jsme se sešli odpoledne u kávičky a živé hudby, konal se další pravidelný klub seniorů.

Ve středu 4. 10. 2023 jsme otevřeli kavárnu „Mlsná koza“, kde jsme si mohli posedět a vybrat si z aktuálního menu piškot s ovocem a ze slané výborné hranolky s domácí tatarkou. Nechyběla ani káva, na ochutnání výborný a lahodný červený a bílý burčák.

Ve čtvrtek 5. 10. 2023 pomohla další milá návštěva fenky Roxy vrátit našim seniorům radost do života.

V pátek 6. 10. 2023 dopoledne byli senioři pozváni na další pořad Akademie třetího věku, tentokrát jsme se dozvěděli něco zajímavého a zábavného o napoleonských časech a Napoleonu samotném.





V **pátek 6. 10. 2023** odpoledne navštívili někteří senioři **restauraci Garáž**, kde jsme společně poseděli a dali si něco dobrého. Některé dámy si objednaly grog, kávu a zákusek Marlenku. Někdo si zase dal oblíbené pívko, ochutnal i pizzu anebo objednal bramboráčky s sebou. Příjemně společně strávené odpoledne!

V **úterý 10. 10. 2023** nás dopoledne na oddělení C navštívila **fenka Goldie**.

Ve **čtvrtek 12. 10. 2023** se dopoledne **výlet do centra města** vskutku vydařil! Krásné počasí, dobrá nálada, nové zážitky, nechybělo ani posezení v cukrárně. Na oddělení A a B jsme se odpoledne pustili do **výroby přírodního mýdla**. Nejdříve jsme přípravou levandule potrénovali jemnou motoriku, poté jsme si zvažili veškeré ingredience. Dlouhé čekání na získání správné teploty k ukončení poslední fáze výroby jsme zaplnili trénováním paměti a čtením o historii mýdla. Nechyběla dobrá nálada a povídání o všem možném. Po skončení výroby jsme pokračovali v další aktivizaci



V **pátek 13. 10. 2023** se **pečení** opět vydařilo, upekli jsme koláč s drobenkou a vynikající nadýchanou bábovku. Všichni si pečení moc užili, u kávy si společně popovídali a upečené dobroty ochutnali.

V **pondělí 16. 10. 2023** jsme v domově uskutečnili **prodejní akci české pletářské firmy**, během které si mohli senioři a zaměstnanci zakoupit ponožky různých druhů a kvality.

V **úterý 17. 10. 2023** dopoledne nás přišla navštívit paní Votkeová, se kterou jsme si užili další **skupinovou muzikoterapii** ve společenské místnosti na oddělení A. Na oddělení C jsme zase vyráběli další **přírodní mýdlo**, tentokrát s vůní skořice a hřebíčku. Nechybělo příjemné povídání, čtení zajímavostí a kvízy.

V **úterý 17. 10. 2023** se odpoledne konal další pravidelný **klub seniorů**, tentokrát jsme měli ke kávě i speciální chlebíček, na kterém jsme si moc pochutnali.

Ve **čtvrtek 19. 10. 2023** jsme na oddělení D dopoledne přivítali **psí návštěvu**, odpoledne jsme se věnovali další aktivizaci a přípravě na blížící se vánoční jarmark.



Ve čtvrtek 19. 10. 2023 si někteří senioři přáli **navštívit kino** a v rámci dopoledního programu pro seniory zhlédnout nový český film s názvem "Buď chlap!". Dobrodružná komedie o jednom setkání, který změnil život hned několika lidem, se seniorům líbila.



V pátek 20. 10. 2023 dopoledne jsme u nás přivítali děti z MŠ Safari, tentokrát ale u zvláštní příležitosti. Jelikož se náš domov již před dlouhou dobou zapojil do mezigeneračních aktivit v rámci spolupráce s neziskovou organizací Mezi námi o.p.s., získali jsme ocenění, **značku MEZIGENERAČNĚ**. Ocenění dostaly jak děti a zaměstnanci mateřské školky, tak i aktivizační a sociální pracovníci našeho domova. Po oficiálním předání medailí a ocenění jsme se společně pustili do zajímavé **tvorby kokedamů** - mechových koulí. To byla zábava! Těšíme se na další spolupráci s dětmi, na další vzájemné setkání a tvoření.



Odpoledne si senioři **uvařili dýňovou polévku**, po polévce nechyběl ke kávě ani malý zákusek a příjemné povídání.

V úterý 24. 10. 2023 jsme odpoledne ve společenské místnosti na oddělení A přivítali **seniorský pěvecký soubor NÁVRAT**, se kterým jsme si zazpívali.

Ve čtvrtek 26. 10. 2023 jsme dopoledne na oddělení D **vyrobili další přírodní mýdla** na prodej na plánovaný vánoční jarmark. Nechyběl ale také trénink jemné motoriky, povídání, čtení na téma „bacil lenosti“ a nakonec zajímavý retro kvíz.

Odpoledne se sešli zájemci ve společenské místnosti na oddělení A, někteří senioři tak přijali zajímavé pozvání **na promítání filmu „Mwamgaya - ztraceni v Africe“**, který režíroval pan Pavel Justich. Film byl inspirován podle skutečného příběhu, prožili jsme velké dobrodružství.

V pátek 27. 10. 2023 se **pečení vskutku vydařilo!** Trochu s předstihem jsme si pochutnali na **výborných svatomartinovských rohlíčcích**, které jsou charakteristickým pečivem na svátek svatého Martina, který se slaví 11. listopadu. Rohlíčky jsme naplnili tvarohem a povidly, zavoněly po celé budově až k recepci.

PŘÍPRAVA NA VÁNOČNÍ JARMARK AKTIVIZACE

Aktivizace byla před vánočním jarmarkem opět v plném proudu! S velkou radostí jsme připravovali výrobky a vánoční aranžmá na plánovaný vánoční jarmark, který se uskutečnil 22. 11. 2023.



V úterý 31. 10. 2023 jsme se společně setkali ve společenské místnosti, abychom si užili další společenskou akci, zazpívali jsme si s našimi oblíbenými muzikanty na **klubu seniorů**.

LISTOPAD 2023

Ve středu 1. 11. 2023 jsme si zase pro změnu ve společenské místnosti vychutnali **koncertní vystoupení** kytaristy pana Pavla Koudelky, který nám zahrál nejenom klasiku, ale také něco ze své tvorby, a i nějaké moderní skladby.

V pátek 3. 11. 2023 se uskutečnilo další **setkání s dětmi** z MŠ Safari, se kterými jsme se společně protáhli a prožili radost ze setkání.



Ve středu 8. 11. 2023 si mohli senioři na oddělení A a B vyzkoušet **výrobu gelových svíček**, tentokrát již s vánoční vůní. Odpoledne se zase někteří senioři domova rozhodli zapojit do krájení sádla, cibule a **přípravy** výborných „**Dědových škvarků**“.



V **pátek 10. 11. 2023** dopoledne jsme se sešli v rámci **mezigeneračního prolínání** tentokrát v Domově pro seniory U Kostelíčka. Během setkání s dětmi jsme zjistili možnosti využití mobilních telefonů a další elektroniky. Děti nám ukázaly zajímavé hry a kvízy nejenom na trénink paměti, ale také k pobavení a rozveselení mysli.

Odpoledne jsme na oddělení D společně **vyráběli gelové svíčky**, během aktivizace jsme si zahráli nějaké hry na paměť a popovídali si o sv. Martinovi.

V **úterý 14. 11. 2023** jsme měli v domově veselo. Na oddělení D proběhla dopoledne **individuální muzikoterapie** a také nás přišly **navštívit děti** z MŠ Safari na pravidelné dopolední cvičení. Na oddělení A a B proběhla dopoledne ve společenské místnosti **skupinová muzikoterapie** a odpoledne pravidelný **klub seniorů**, kde nám zase zahrála živá hudba.

Ve **čtvrtek 16. 11. 2023** dopoledne jsme si vyzkoušeli **výrobu gelových svíček** na oddělení C. Osvěžili jsme si paměť, přečetli několik mouder a zjistili, jak je čeština krásná a bohatá.

V **úterý 21. 11. 2023** jsme se setkali na oddělení D s **děti** z MŠ Korálek, společné cvičení a protažení, stejně tak skvělá nálada, setkání naše seniory moc potěšilo.

Ve **středu 22. 11. 2023** jsme se všichni dočkali letošního **vánočního jarmarku**. Děkujeme všem, kteří se za námi přišli do domova podívat, navštívili vánoční jarmark a podpořili tak další aktivizační činnosti. Velmi si podpory a zájmu o seniory našeho domova vážíme. Cukroví všem moc chutnalo, punč také, odpolední muzikoterapeutické vystoupení jak komu. Ale i tak jsme si společné předvánoční setkání užili a těšili se na další předvánoční plánované akce.



Ve čtvrtek 23. 11. 2023 se vydařilo další setkání s fenkou Izzy na oddělení C, hravá a veselá návštěva.

V pátek 24. 11. 2023 jsme přivítali v našem domově v rámci projektu **mezigeneračního prolínání dětí** ze ZŠ Resslerova a seniory z Dps U Kostelíčka. Nejenom že jsme si hezky popovídali, ale také jsme společně vytvořili krásné vánoční dekorace.

V pondělí odpoledne dne 27. 11. 2023 zavítal k nám **amatérský ochotnický soubor** s cílem pobavit naše seniory a představit jim zajímavou komedii.

V úterý 28. 11. 2023 se senioři sešli na dalším pravidelném **klubu seniorů**, kde si vypili výbornou kávu a společně si při živé hudbě zazpívali.

Ve čtvrtek 30. 11. 2023 navštívila **psí kamarádka** Izzy seniory na oddělení D, během setkání jsme si jí všichni pohladili a strávili s ní celou příjemnou hodinku. Někteří senioři se rozhodli **navštívit kino CineStar**, kde se odreagovali a zasmáli u nového českého filmu s názvem „Život pro samouky“.

PROSINEC 2023

První adventní neděli 3. 12. 2023 jsme v domově přivítali **amatérský pěvecký soubor** rodičů s dětmi, jejichž hudební vystoupení se všem moc líbilo a mělo velký úspěch.

V úterý 5. 12. 2023 nás v domově navštívili **pekelníci, Mikuláš a andělci**, kteří se dostali do všech příbytků a potěšili svojí návštěvou naše seniory. Mikulášská trojice nám tak připomněla, jak to ve světě chodí, že dobro a zlo krácejí spolu.

Ve středu 6. 12. 2023 jsme v rámci **mezigeneračního prolínání** navštívili žáky ZŠ Resslerova, kteří si pro seniory připravili krásné vystoupení a provedli nás po škole. Odpoledne jsme v domově ve společenské místnosti s radostí **přivítali zpěváka a herce Tomáše Vaňka**, který si pro nás připravil krásný **koncert**.





Ve **čtvrtek 7. 12. 2023** přišly navštívit **psí kamarádky** na jednotlivých pokojích tentokrát seniory na oddělení A a B, svojí přítomností je potěšily a zvedly jim náladu.

V **pátek 8. 12. 2023** dopoledne jsme pro změnu ve vzdělávacím pořadu **Akademie třetího věku - zábavná historie českých kostelů** společně navštívili katedrálu sv. Bartoloměje, chrám sv. Barbory, metropolitní katedrálu svatého Víta, Václava a Vojtěcha. Dozvěděli jsme se, jak dlouho se stavělo na Hradčanech, jaký je rozdíl mezi kostelem a kaplí, i proč má Týnský chrám v Praze každou věž jinou. Pořad se všem moc líbil, účast byla veliká. Odpoledne jsme si pro změnu **uvařili pudink** různých příchutí.

V **pondělí 11. 12. 2023** jsme přivítali v našem domově **děti z MŠ Zvoneček**, které si pro nás připravily krásné **vánoční vystoupení** a předaly našim seniorům malé dárečky a vánoční přání.

V **úterý 12. 12. 2023** dopoledne se uskutečnila **individuální a skupinová muzikoterapie**, tentokrát jsme si i společně zazpívali s kytarou. Odpoledne jsme se sešli ve společenské místnosti opět na pravidelném **klubu seniorů**.

Ve **středu 13. 12. 2023** dopoledne jsme si pro změnu užili **koncert s klasickou kytarou**, kde zazněly skladby J. S. Bacha, J. K. Mertze, L. Brouwera a dalších. Odpoledne se setkali senioři na **józe s paní Cucykovou**, při které navodili klidnější mysl.

Ve **čtvrtek 14. 12. 2023** nás přišla dopoledne na oddělení C pozdravit a potěšit svojí přítomností naše již dlouhodobá **psí kamarádka**.

V **pátek 15. 12. 2023** dopoledne si přišly s námi společně na oddělení A a B zacvičit **děti z MŠ Safari**. Někteří senioři se setkali v rámci projektu **mezigeneračního prolínání** dopoledne v prostorech ZŠ a Praktické školy Svítání na Pernštýnském náměstí. Uzavřela se tak roční spolupráce a navazování kontaktů s mladší generací v rámci uvedeného projektu organizace Bethany, dům pomoci z.ú., a to krásnou výstavou fotografií zachycující společná setkávání během různých aktivit a příležitostí. Odpoledne jsme si připomněli **pletení vánoček**, několik jsme si jich upekli, a moc se nám povedly!

V **úterý 19. 12. 2023** dopoledne nás navštívily **děti z MŠ Safari**, tentokrát neproběhlo společné cvičení, ale děti si pro nás připravily kouzelné vánoční vystoupení plné koled.

Ve **středu 20. 12. 2023** se uskutečnila v celém zařízení **vánoční besídka**, během které jsme mohli seniorům předat dárky, které si přáli. Nechybělo ani cukrovíčko, perníčky od pana starosty a přípitek vaječným koňakem. Děkujeme všem dárcům, kteří splnili přání našim seniorům. Senioři byli šťastni a měli z dáreků velkou radost. Odpoledne jsme se sešli ve společenské místnosti na **józe pro seniory**, abychom se vsedě protáhli, prodýchali a uvolnili celé tělo.

Ve **čtvrtek 21. 12. 2023** se za námi přišly podívat **fenky Goldie a Izzy**, tentokrát nás potěšily na oddělení D.

V **pátek 22. 12. 2023** jsme se rozhodli pro velký úspěch se znovu pustit do **pečení vánoček**. Těsto nám hezky nakynulo, pletení jsme zvládli na jedničku a vánočky byly prostě úžasné!



Kvíz, jak dobře znáte státní svátky i další významné dny v roce.

- 1) Je Nový rok státním svátkem?
 - A) Ano
 - B) Ne, je to den jako každý jiný

- 2) Kdy si připomínáme Památku zesnulých, lidově Dušičky?
 - A) Celý první týden v listopadu
 - B) 2. listopadu

- 3) Co oslavujeme 1. května?
 - A) Svátek práce
 - B) Svátek osvobození

- 4) Dne 1. června slavíme MDD. Co je to?
 - A) Mezinárodní den dětí
 - B) Mezinárodní den dělnictva

- 5) Svatý Valentýn je svátek koho?
 - A) Jde o patrona lékařů
 - B) Svátek zamilovaných

- 6) Pořekadlo „Na Hromnice o hodinu více“ znamená:
 - A) Hromnice 2. února připomínají, že se výrazně prodlužuje doba denního světla
 - B) Na Hromnice se mění zimní čas za letní

- 7) Svatý Václav je patron naší země, státní svátek 28. září je dnem jeho:
 - A) Narození
 - B) Smrti

- 8) Kdy slavíme Velikonoce?
 - A) Vždy třetí víkend v dubnu
 - B) Jde o pohyblivý svátek, řídí se prvním jarním úplňkem po rovnodennosti

- 9) Vánoční svátky se myslí:
 - A) 24., 25. a 26. prosince
 - B) Týden od 24. do 31. prosince

- 10) Kdy se slaví Mezinárodní den žen?
 - A) 3. března
 - B) 8. března

Některá stejně znějící cizí slova mají více významů, zapište je.
(např. KOSTÝM dámský oblek + divadelní nebo maškarní oděv)

- 1) RECEPCE
- 2) RESTAURACE
- 3) PARAZIT
- 4) REFERÁT
- 5) FORMA
- 6) HERMELÍN
- 7) BULVÁR
- 8) PROTEKCE
- 9) KABINET
- 10) FUNKCE
- 11) KOMORA
- 12) KOMUNIKACE
- 13) PROCES
- 14) KONDICE
- 15) KONZUM
- 16) REALITA
- 17) KOMPLEX
- 18) KONCENTRACE

Ve větách najděte ukryté názvy květin a stromů.

(např. MasTI Se kupují v lékárně. TIS)

1) KVĚTINY

Hodně dvorů železný plot nepotřebuje.

Vichr pastvinám neuškodil.

Oblast ramen mě bolí nejvíce.

Nová kosa technikům vyhovuje.

2) STROMY

Míchané nápoje dle barového místra obstály.

Děti musíme naučit, jak se smrká.

Závod vyhráli modří nad červenými.

Pondělí patří k méně oblíbeným dnům.

A proto polední pauzu potřebujeme.

V hotelu mají vanu v každém pokoji.

Kroj a sandály k sobě nepasují.

Nováčci byli dobří zaměstnanci.

Tátu noha brněla i v noci.

Profesionální jeřábníci jsou žádání.

Modrý pulovr balím s sebou na výlet vždy.

Pobíral plat anglického hráče.

Kája Voráčková patří ve třídě k nejlepším.

Nad ubytovnou byla vidět duha.



"Buďte ráda, že přišel alespoň po čtyřech! Ten můj se po silvestru nevrátil vůbec ...!!"



"Vidíte, chlapi, vůbec si neplní manželské povinnosti. Od štědrého dne tady už sedm dní čekám, kdy si mě přijde vyzvednout!"



"...už zase ty tvoje novoroční výmluvy! Tak trochu mi připomínáš vánoční televizní program....pořád stejné pohádky ...!!"



Nevím proč tak uklízíš? Ježíšek se přece narodil ve chlévě...

Citáty

- "Není příliš málo času, který máme, ale je příliš času, který nevyužijeme." *Lucius Annaeus Seneca*
- "Svět je zrcadlo. Mračte se do něho a bude se na vás také mračit, zasmějte se a bude vám veselým a laskavým společníkem." *W.M. Thackeray*
- "Žij, jako kdybys měl zítra zemřít a uč se, jako bys měl žít věčně." *Mahátma Gándhí*
- "Lidé se tolik bojí o svou budoucnost, že si neužívají přítomnost. Ve výsledku nežijí život v přítomnosti ani v budoucnosti. Žijí, jako kdyby nikdy neměli zemřít, nakonec umírají, aniž ve skutečnosti vůbec žili." *Dalajlama*

INFORMACE Z DOMOVA

Na konci roku se dokončila rekonstrukce pokojů na oddělení D, stejně tak výstavba **nového altánu** pro uživatele na uvedeném oddělení.

V novém roce bude v našem domově zprovozněno **internetové připojení**.

Od nového roku nastoupí na novou pozici vedoucí sociálního oddělení paní Bc. Eva Reinberková a tým sociálních pracovníků posílí na částečný úvazek paní Michaela Valkýová, DiS.

**PŘEJEME VŠEM V NOVÉM ROCE 2024 HLAVNĚ HODNĚ ZDRAVÍ,
POZITIVNÍ MYSL A SPOKOJENOST!**



DOMOV PRO SENIORY DUBINA PARDUBICE
BLAHOUTOVA 646-649
www.smpce.cz