



*„Jaro je krásné pro toho, kdo zažil dlouhou zimu.“  
Bjornstjerne Bjornson*

Další krásné měsíce jsou za námi. Co všechno jsme společně zažili?

### ŘÍJEN 2022

Třeba v říjnu 4. 10. senioři smažili výborné bramboráky!



6. 10. 2022 Navštívili naše uživatele terapeutičtí psi a kočky.



6. 10. 2022

Senioři ze střediska D1 šli na procházku kolem stacionáře. Slunce svítalo a připomínalo téměř zapomenutou sílu léta.

PONDĚLÍ AŽ PÁTEK  
6:30 - 16:30  
A. Krause 1995, 530  
02 Pardubice  
Tel: 466 304 924  
E-mail:  
[slunecnice@ssmpce.cz](mailto:slunecnice@ssmpce.cz)



6. 10. 2022 bylo krásně. Uživatelé s mentálním postižením jeli na výlet do Apolenky. Obdivovali různé druhy zvířat a některá si i pohladili.





7. 10. 2022 zazpívala seniorům pracovnice Irča.

Ve středu 27. července 2022 se uživatelé ze střediska D1 pustili do tvoření. Kreativní tvorba je příjemnou terapií a zároveň přináší radost z pěkných výrobků.

7. 10. 2022 slavilo celé středisko seniorů narozeniny jednoho z uživatelů. Všichni si oslavu pořádně užili.

11. 10. 2022 Senioři vyrazili na výlet do Domu dětí a mládeže Beta na výtvarnou dílničku. Vyráběli košíček z podpalinek.



V úterý 11. 10. jsme se pustili do tradičního úterního pečení. Uživatelé upekli výborný štrúdl, který se podává v kavárně seniorům. Vyzkoušeli jsme také nový recept na sváteční čokoládovou bábovku, která ne a ne vypadnout z formy!

10. 10. 2022 si senioři upekli výbornou buchtu!



**11. 10. 2022** vyráběli uživatelé podzimní výzdobu. Šlo jim to pěkně od ruky a všichni si tvoření užili.



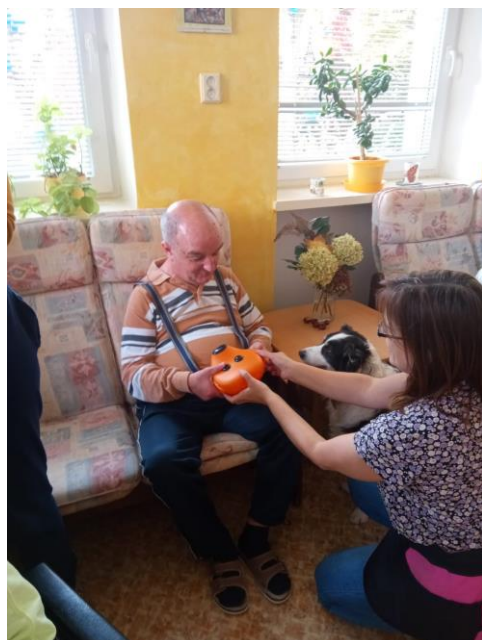
**12. 10. 2022** senioři ze střediska D1S vyrazili na podzimní procházku. Cestou se zastavili občerstvit v kavárně Slunečnice. Pila se káva, horká čokoláda, šlehačka stříkala proudem a nechyběl ani tradiční střeďeční čerstvý štrúdl.



Ve středu **12. 10.** si uživatelé stacionáře opět užili muzikoterapii.



Ve čtvrtek **13. 10.** nás opět navštívila správná chlupatá parta! Canisterapie je naše oblíbená zábava.



V pondělí **17. 10.** se senioři ze střediska D1S rozvášnilí v kuchyni. Usmažili výborné lívanečky, na které se nám všem sbíhaly sliny.



Přišel podzim a s ním i mnoho spadaneho listí. Uživatelé stacionáře ze střediska D1 listí **19. 10. 2022** shrabali v rámci aktivizace. Děkujeme!



19. 10. 2022 senioři ze střediska D3 upekli vynikající závin. Jablka a skořice? Osvědčená kombinace podzimních dezertů...



Uživatelé ze střediska D1 se 24. 10. pustili do výroby haloveenských rekvizit. Stacionář brzy ozdobí vydlabané dýně a další papírové ozdoby.



24. 10. 2022 senioři ze střediska D1S pekli kynutý závin s jablíčky. Aby těsto pěkně vonělo, přidali do něj uživatelé i kapku rumu!



V úterý 25. 10. se vydali senioři ze střediska D1S na návštěvu do naší milé kavárny a občerstvili se dobrou kávou či sladkou čokoládou.



Ve středu 26. 10. si naši uživatelé užili pečení slaných dobrot na Halloween! Uživatelé pekli strašidelné slané prsty z listového těsta a sladké listové koláčky. Děsivé dobroty zmizely dříve, než jsme se stačili polekat.



Ve středu 26. 10. se senioři ze střediska D3 vydali do kavárny na oblíbený štrůdl.





Ve čtvrtek 27. 10. 2022 byla na Dukle vojenská přehlídka, na které nemohli naši senioři chybět!



31. 10. zima už pomalu klepe na dveře... Výbornou rybízovou bublaninou si senioři ze střediska D3 připomněli léto...



LISTOPAD 2022

První listopadový den si senioři ze střediska D2 užili příjemný čas se zvířátky na statku Apolenka.



2. 11. na Dušičky uživatelé dlabali dýně a vyráběli podzimní výzdobu. Moc se jim to povedlo.



Ve čtvrtek 3. 11. se senioři protáhli u pravidelného cvičení jógy.



Barevné listí a podzimní sluníčko - ideální kombinace na příjemnou procházku. Nejkrásnější konce procházek jsou ty, u kterých voní káva a teplý štrůdl. To naši senioři dobře vědí, a tak se vydali 3. 11. na kondiční procházku.



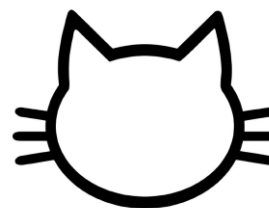
Ve čtvrtek **3. 11.** se uživatelé vydali na delší kondiční vycházku. Cestou okukovali vánoční výzdobu a sbírali inspiraci pro vánoční tvoření.



Ve středu **9. 11.** přivítali senioři chlupaté mazlíčky. Do stacionáře přijelo několik psů a koček.



9. 11. správná chlupatá parta potěšila uživatele na středisku D1.



10. 11. Pravidelné cvičení pomáhá seniorům udržet se v kondici. Jóga je nejen baví, ale také jim velmi prospívá.



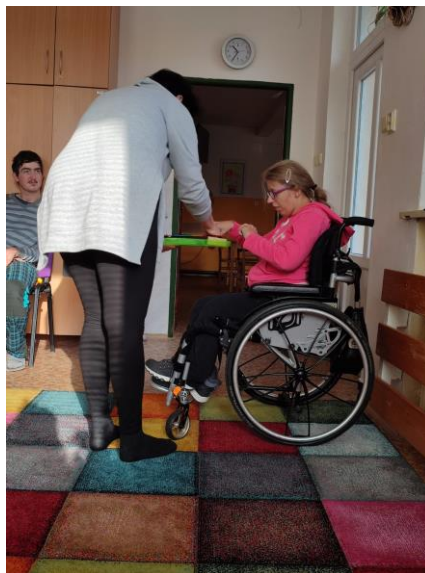
10. 11. proběhlo ve stacionáři „soutěžní dopoledne“. Klienti se zúčastnili několika soutěží, které byly pro ně připraveny v přízemí i v horní denní místnosti. Změřili své síly v „židlované“, lovu rybiček a také v předvádění různých zvířat dle zadání. V přízemí se pobavili skládáním puzzle, chůzí s vajíčkem na lžičce a házením malých kroužků na cíl. U akcí se všichni dobře bavili. Vše bylo zakončeno hledáním „pokladu“, kde si každý vybral, co se mu nejvíce líbilo.



14. 11. 2022 - návštěva kavárny Slunečnice. Po pořádné procházce si každý zaslouží odměnu.



14. 11. 2022 si uživatelé užili příjemnou hodinu plnou hudby.



V pondělí 14. 11. seniři ze střediska D3 upekli výbornou rybízovou buchtu. Jak jinak si osladit chmurné pondělí, že?



15. 11. uživatelé stacionáře pomáhali s údržbou nábytku. Natírání jim šlo pění od ruky a židle jsou jako nové.





**15. 11. 2022** se senioři vydali na vánoční jarmark do Domova pro seniory Dubina, kde si prohlédli výrobky tanních seniorů a shlédli vystoupení.



První adventní neděle je na dosah, tak se uživatelé věnovali výzdobě. Vše středu **23. 11.** krásně ozdobili vánoční stromeček a poslechli si u toho krásné koledy.



**24. 11.** proběhlo veselé zpívání známých populárních písniček ve stacionáři pod názvem „Zpívat můžeme v každém věku“ s Pavlem Justichem. Do zpěvu se zapojili téměř všichni, kteří se akce zúčastnili. Nechyběl ani taneček na pomalé skladby. Zaposlouchali jsme se do písniček Pavla Nováka, Václava Neckáře, Michala Tučného, bratří Nedvědů a také skupin Turbo a Katapult.



Vánoce se kvapem blíží, a tak se senioři ze střediska D1S pustili **28. 11.** do pečení vánočního cukroví.



**30. 11.** si naši uživatelé opět užili muzikoterapii.



## Prosinec

**5. 12.** proběhla ve stacionáři tradiční mikulášská nadílka. Klienti byli nedočkaví už od rána. Nakonec se ale dočkali, do místnosti nečekaně vtrhla parta nadpozemských bytostí - Mikuláš, čert

i anděl. Každému byly přečteny hříchy spáchané za minulý rok. Všichni hříšníci slíbili nápravu, a tak byli obdarováni drobnými sladkostmi. Na závěr se všichni vyřádili při diskotéce.



V úterý 6. 12. pekli senioři ze střediska D3 vánoční cukroví. Tentokrát se pustili do lineckého, a tak se peklo, mazalo a slepovalo.



7. 12. jsme využili nabídky „Podkrkonošské společnosti přátel dětí zdravotně postižených“ ze Semil a zúčastnili se „Mikulášských čajů“. Po příjezdu jsme si prošli město, navštívili krámky s

vánočním zbožím a klienti si nakoupili dárečky k Vánocům. Následovala návštěva kavárny na zákusek s kávou a později návštěva restaurace, kde si každý vybral k obědu to, na co měl chuť. Odpoledne proběhly Mikulášské čaje s diskotékou a nadílkou. Všichni byli rádi, že se potkali se známými z jiných zařízení. Akce se velice vydařila.

Ve čtvrtek si senioři protáhli tělo u tradiční lekce jógy. Čím více pohybu, tím více cukroví si můžeme dát!



**12. 12. 2022** Terapie zvířátky patří mezi naše nejoblíbenější. Na to, že k nám přijedou psi a kočky jsme již zvyklí, ale že nám tu bude pobíhat osel, poník, ovce a kozy jsme nečekali! Všichni uživatelé se se zvířátky pomazlili a dozvěděli se spoustu informací o jejich chovu.



13. 12. 2022 uživatelé s mentálním postižením připravili seniorům krásnou vánoční besídku.



13. 12. 2022 vyrazili uživatelé na příjemnou vánoční vycházku.



V úterý 13. 12. uživatelé vytvořili krásný vánoční strom pomocí svých rukou.



Ve středu 14. 12. 2022 si uživatelé užili blahodárných účinků hudby.





Ve čtvrtek 15. 12. senioři navštívili kavárnu Slunečnice.



15. 12. se senioři se prošli zasněženou Duklou.



19. 12. 2022 proběhlo vánoční vystoupení dětí ze ZUŠ a všichni uživatelé stacionáře si koncert dětí velmi užili!



Den před Štědrým dnem se uživatelé vydali na prohlídku vánočních trhů a prohlédli si psa, který byl velký jako kůň.



## Novinky ze stacionáře

- ❖ Srdečně vás všechny zdravím. Nejprve mi dovoluňte popřát všem šťastný nový rok 2023!



- ❖ Ráda vám připomenu nejdůležitější změny, které se ve stacionáři udály během posledních pár měsíců.

### Velké stěhování

- ❖ Došlo k uzavření střediska D2 na adrese Erno Košťála 1017 na Dubině, které fungovalo téměř 11 let. Senioři, kteří do střediska docházeli, jsou nyní na adrese Artura Krause 1995.
- ❖ Dále došlo k přesunu střediska D3 - rovněž na adresu Artura Krause 1995. Všichni senioři jsou nyní na hlavní budově v přízemí, což velmi usnadnilo pořádání společných aktivit. Všichni senioři mohou využívat terasu, zahradu, altán a další benefity stacionáře.
- ❖ Část uživatelů s mentálním postižením byla přesunuta na středisko D3, kde nově dochází také k tréninku chráněného bydlení (nácvik praní, sušení, žehlení, obsluhy

základních elektrospotřebičů, mytí nádobí atp.). Aktivity, na které byli uživatelé zvyklí, samozřejmě pokračují.

- ❖ Každou středu nabízíme v kavárně zákusek pro seniory zdarma. Štrúdl pravidelně pečou naši uživatelé a troufám si říci, že je opravdu výborný!
- ❖ Ke konci roku jsme dokoupili dva krásné a šikovné invalidní vozíky.
- ❖ V kavárně Slunečnice proběhla krásná vernisáž výstavy „Obrazování“, která představuje počítačovou grafiku Pavla Hrubíška.



Pavel Hrubíšek  
**Obrazování**

25. 11. 2022 (16:00) - 28. 2. 2023