

ÚNOR 2019

NÁŠ ČASOPIS PLNÝ ZAJÍMAVOSTÍ

D é č k o



Domov pro seniory Velké Meziříčí,

příspěvková organizace

Zdenky Vorlové 2160

594 01 Velké Meziříčí

www.domovvm.cz

OBSAH

Blahopřání na únor.....	3
Ze života domova	4
Stálá nabídka měsíce	4
Co se dělo u nás v domově v lednu	6
Pozvánka na akce v únoru	8
Z kuchyně	9
Významné dny a výročí v únoru	12
Příběhy pro potěchu duše	13
Pranostiky	14
Fotogalerie	15
Rozhovor	16
Tiskové zprávy	18
Pověsti z Velkého Meziříčí	20
Zajímavost	22
Vtipy	23
Básnička	24
Dobrovolnické okénko	24
Křížovka	27

BLAHOPŘÁNÍ NA ÚNOR

Ludmila KOZMONOVÁ

Jiřina MALOUŠKOVÁ

Antonín KRŠŇÁK

Božena PODSEDKOVÁ

Jaromíra CEJPKOVÁ

Anežka KOZOVÁ

Vincenc ZÁVIŠKA

Marie POŽÁROVÁ

Josefa MORKUSOVÁ

Dagmar ZEISELOVÁ

*Všem oslavencům přejeme k jejich
narozeninám hodně štěstí, zdraví a
spokojenosti do dalších let.*

Obyvatelé a zaměstnanci domova.



ZE ŽIVOTA DOMOVA

V měsíci lednu odešli:

Paní Ludmila Žáková + 18. 1. 2019

Paní Miloslava Kučerová + 19. 1. 2019

V lednu přišli noví obyvatelé:

Paní Marie Požárová z Velkého Meziříčí

Pan Jan Rous z Velkého Meziříčí

STÁLÁ NABÍDKA MĚSÍCE

• PŮJČOVÁNÍ KNIH

Pokud máte o nějakou knihu zájem, kontaktujte přímo recepci nebo svého klíčového pracovníka, který informaci předá.

• PRAVIDELNÉ AKTIVITY

Každý všední den		ranní hlášení s denními událostmi
Pondělí	10:00	tvůrčí činnosti nebo trénink paměti
	13:00	canisterapie s paní Dyntarovou
Úterý	9:00	canisterapie s paní Kamenskou
	10:00	tvůrčí činnosti

	14:30	canisterapie s panem Trojanem
Čtvrtek	10:00	vaření/ společenské hry/ tvoření
		výuka Univerzity třetího věku
	13:00	výuka Univerzity třetího věku
	15:00	výuka Univerzity třetího věku
Pátek	13:00	společná modlitba
	13:30	bohoslužba v kapli domova

• **SCHRÁNKA DŮVĚRY**

V domově jsou umístěny v každém poschodí schránky důvěry, do kterých je možné umístit vzkaz, stížnost, připomínku či podnět k poskytování sociálních služeb v domově. S napsáním vzkazu Vám může pomoci pečovatelka, rodina, dobrovolník.

Schránky důvěry v domově naleznete:

- V 1. poschodí – u vstupu do terapeutické zahrádky
- Ve 2. poschodí – u schodiště při vcházení na chodbu 2B
- Ve 3. poschodí – u schodiště na brance s fototapetou plotu

Vzkaz, stížnost, připomínku je možné umístit také do **přenosné schránky důvěry**, která je pravidelně **přenášena po jednotlivých pokojích**.

• PROSTORY K VOLNOČASOVÉMU VYUŽITÍ

- Zahrádka za domovem s pískovištěm
- Atrium v přízemí
- Venkovní terasy ve 3. poschodí
- Společenské místnosti v každém podlaží
- Kaple ve 3. poschodí
- Dětský koutek ve vstupu do zahrady a na 2. B
- Park – otevřený od dubna do října

CO SE DĚLO U NÁS V DOMOVĚ V LEDNU

Nový rok jsme odstartovali výukou na Univerzitě třetího věku, a to hned 3. ledna. Tématem byl Londýn – Gherkin.

Ve středu 9. ledna do domova zavítal tradiční Tříkrálový průvod. Tři mudrcové z východu - Kašpar, Melichar a Baltazar byli doprovázeni Jasnou hvězdou. Zářivá hvězda a královská družina rozdávali radost a přání všeho dobrého do nového roku. Vzácný průvod obyvatelům zazpíval, představil se jim a také napsal požehnání na dveře pokojů.

Ve čtvrtek 10. ledna jsme v prostorách univerzity třetího věku uspořádali filmový čtvrtek. V improvizovaném biografu se hrál film Hotel Modrá hvězda s Natašou Gollovou a Oldřichem Novým.

Duo z Moravských Budějovic – Jana Daňhelová a Karla Křivanová alias Ježíškova vnoučata zavítala do našeho domova ve

středu 16. ledna. Odpoledne to bylo velmi příjemné. Zahrály nám české i moravské lidové písně, na řadu přišly i modernější hudební kousky.

Ve čtvrtek 17. ledna byl zahájen první letošní zahradnický kroužek, který je pořádán ve spolupráci s ekologickým střediskem Chaloupky. Tentokrát byli tématem ptáci a účastnice kroužku společně s lektorkou vyráběly koule z loje a ze semínek.

Tentýž den se konala výuka na Univerzitě třetího věku. Tentokrát pan profesor Kameník přednášel o Thomasovi Beckettovi.

V úterý 22. ledna domov provoněla bábovka a muffiny, které ozdobené šlehačkou byly přichystány pro prosincové a lednové narozeninové oslavence.

Narozeninová oslava se konala ve středu 23. ledna. Na U3V byli pozváni narozeninoví oslavenci z tohoto i předchozího měsíce i ostatní obyvatelé domova a hrála se z přehrávače hudba na přání.

Ve středu 30. ledna za námi přišli žáci ze Základní školy Školní společně s paní učitelkou Rosovou a na jídelně nám zpestřili dopoledne svou zimně laděnou besídkou. Děti také klienty obdarovaly drobnou pozorností v podobě perníčku a vyrobenými drobnostmi. Tento den se také konal pravidelný zahradnický kroužek s Chaloupkami.

Poslední lednový den byl věnován výuce na Univerzitě třetího věku s panem profesorem Kameníkem. Přednáška byla první z řady

lekci letního semestru roku 2019 a tentokrát se putovalo do francouzských Versailles.

POZVÁNKA NA AKCE V ÚNORU

Prosinec – březen

Výstava fotografií podél atria – Vysočina a partnerské regiony

6. února/ středa

Divadelní představení Anděl Páně s DS Březejc (od 10.15 hod v jídelně)

13. února/ středa

Přednáška o třídění odpadu s Ekokomem (od 10.00 hod na U3V)

14. února / čtvrtek

Výuka na U3V

14. února/ čtvrtek

Zahradnický kroužek (od 14.00 hod na společenské místnosti 2B)

27. února/ středa

Tradiční zabijačka

28. února/ čtvrtek

Výuka na U3V

28. února/ čtvrtek

Zahradnický kroužek (od 14.00 hod na společenské místnosti 2B)

Masopust – termín bude upřesněn

Z KUCHYNĚ

SKOŘICE



Když je za okny bílo a rtuť v teploměru zdola kouká na nulu, nastal čas sáhnout po potravinách, které nás zahřejí, zrychlí metabolismus a posílí imunitu. Co třeba skořice?

Jako tradiční koření s nezaměnitelnou vůní se používá kůra skořicovníku, stálezeleného stromu z čeledi vavřínovitých, původem ze Srí Lanky (Cejlon). Existují dva základní druhy skořice – cejlonská, označovaná též jako „pravá,“ a čínská (Cassia), která je v obchodech k dostání častěji, je však méně kvalitní a obsahuje vyšší koncentrace kumarinů, které mohou být zdraví škodlivé. Vyplatí se tak hledat skořici cejlonskou. Oba druhy od sebe poznáme podle tvaru ruliček. U čínské skořice se sbírá celá vrchní kůra, tvořící jednu vrstvu, u cejlonské se vrchní část kůry sloupne a sbírá se tenká vrstva vnitřní kůry. Tyto vrstvy se skládají na sebe a tvoří smotek pravé skořice, který je tvořen z více vrstev a na řezu tak připomíná ubalený doutník. Za nejkvalitnější je považována kůra z osmiletých skořicovníků. Domorodci na Srí Lance pak využívají i listy s vůní podobnou karafiátům.

První zmínky o použití skořice pochází z Číny, z doby přibližně 4000 let př. n. l., odkud se postupně toto koření dostalo do Řecka a Egypta, kde bylo velmi oblíbené pro své léčivé účinky. Skořice totiž obsahuje látku cinnamaldehyd, která nejen že jí dodává typickou vůni a chuť, ale především pozitivně působí na naše zdraví. Už charakteristická skořicová vůně zvyšuje mozkovou aktivitu, při klinických testech se zkoumaným dobrovolníkům během vnímání vůně skořice zlepšovala paměť a pozornost při práci. A nejen to, skořice může působit jako prevence neurodegenerativních onemocnění, případně zmírňovat jejich průběh. Skořice totiž obsahuje látky, které potlačují vznik tau-proteinu, tedy látky která se nachází v mozku lidí trpících Alzheimerovou chorobou. V případě Parkinsonovy choroby pak existuje studie, kdy se myším s touto chorobou, díky účinkům skořice zlepšily motorické funkce, nejspíše díky její schopnosti chránit nervové buňky a normalizovat hladiny látek přenášejících nervové vzruchy.

Díky svému složení také skořice dokáže velmi dobře prohřát celé tělo, prohřívací a protizánětlivé účinky tohoto koření se významně zvyšují, je-li užívána spolu s medem, právě v této kombinaci je posilován imunitní systém pro boj s virovými i bakteriálními infekcemi, například i listerie či salmonely. Účinná látka cinnamaldehyd pomáhá i při léčbě houbových infekcí dýchacích cest. Při prvních projevech nachlazení prý stačí v polévkové lžici medu

rozmíchat polovinu kávové lžičky mleté skořice, nechat odstát, přidat pár kapek citronové šťávy a zkonsumovat a to ráno a večer. Do tří dnů by nachlazení mělo ustoupit. Protimikrobiálních účinků skořice můžeme využít i při dentální hygieně ke zmírnění zápachu z úst.

Významný vliv má skořice při léčbě cukrovky druhého typu, a to hned dvakrát. Zvyšuje totiž citlivost tkání k inzulinu, hormonu, který přenáší krevní cukr z cév do buněk, v případě, že si tělo proti inzulinu vybuduje odolnost, dochází k tzv. inzulinové rezistenci, kdy se cukr do buněk nedostává, zůstává v krvi a vzniká tak cukrovka II. typu. Skořice tuto odolnost vůči inzulinu snižuje a brání tak ukládání cukru v krvi. Kromě toho také zpomaluje činnost enzymů zažívacího ústrojí, díky tomu se do krve ze stravy dostane menší množství cukrů, se kterými se pak tělo musí vypořádat. Pozor si však musí dát pacienti užívající inzulin, ti by měli zvýšenou konzumaci skořice konzultovat s lékařem, stejně jako ti, co užívají léky na ředění krve, neboť skořice právě ředění krve zvyšuje a zabraňuje tak vzniku krevních sraženin.



Skořice dále působí příznivě na zažívání, díky obsahu vlákniny, manganu a vápníku pomáhá při nadýmání, zácpě i průjmů. Opět ve spojení s medem může pomoci od bolesti žaludku a působit proti vzniku žaludečních vředů. Díky podpoře funkce střev dokáže trávicí

system odplavit z těla přebytečné tuky, čímž prokazatelně snižuje hladinu cholesterolu v krvi. Dle klinické studie skořice snižuje hladinu LDL cholesterolu a triacylglycerolů, tedy látek škodlivých pro srdce a cévy, hladina prospěšného HDL cholesterolu pak zůstává stejná. Doporučuje se například smíchat med se skořicí a tuto směs mazat na pečivo místo marmelády. Obecně ale neplatí, že čím více skořice, tím lépe, optimální denní dávka bývá okolo 3 gramů.

*Zdroje: <https://cs.medlicker.com/1115-skorice>

<http://bylinkovyraj.net/skorice-skoricovnik-cejlonsky/>

<https://www.celostnimedicina.cz/skoricovnik-cinsky.htm>

Autorem je Jan Hutař

VÝZNAMNÉ DNY A VÝROČÍ V ÚNORU

- 11. 2. Světový den nemocných** – vyhlášen roku 1993 z podnětu papeže Jana Pavla II.
- 21. 2. Mezinárodní den mateřského jazyka** – vyhlásilo UNESCO roku 1999.
- 22. 2. Den obětí zločinu** – vyhlášen pro stále rostoucí počet postižených násilím na připomenutí dne, kdy v roce 1990 podepsal britský ministr vnitra Chartu práv dětí.
- 22. 2. Den sesterství** – celosvětový svátek skautů, výročí narození zakladatelů skautingu manželů Baden-Powellových.

2. 2. 1929 narozena **VĚRA CHYTILOVÁ**, filmová režisérka a scenáristka (zemřela 12. 3. 2014) – 90. výročí narození.

12. 2. 1809 narozen **CHARLES DARWIN**, anglický přírodovědec a cestovatel (zemřel 19. 4. 1882) – 210. výročí narození.

14. 2. 1919 narozen **MIROSLAV ZIKMUND**, prozaik, cestovatel a publicista – 100. výročí narození.

27. 2. 1924 narozena ve Žďáře nad Sázavou **VLASTA DVOŘÁČKOVÁ**, básnířka, prozaička a překladatelka – 95. výročí narození.

29. 2. 1864 narozen **JOSEF SVATOPLUK MACHAR**, básník, prozaik a politik (zemřel 17. 3. 1942) – 155. výročí narození.

*Zdroj textu: <http://kjm.data.quonia.cz/kalendarium>

PŘÍBĚHY PRO POTĚCHU DUŠE

DVA OSLÍCI



K betlémskému chlévu se dobelhali také dva unavení a vychrtlí oslíci. Hřbety měli odřené od těžkých pytlů s obilím, které na ně jejich pán, mlynář, každodenně nakládal, a od ran holí, kterými na nich nešetřil.

Zaslechli, jak si pastýři vyprávějí o Králi králů, který přišel z nebe, a chtěli se na něj taky podívat.

Chvíli se na Ježíška tiše dívali. Sklonili před ním hlavu a modlili se jako všichni ostatní. Před dveřmi do chléva už na ně čekal mlynář.

Naložil jim na hřbet pytle, až se prohnuli. Oslíci se skloněnou hlavou poslušně vyrazili.

„Není to k ničemu,“ prohlásil po chvíli první. „Modlil jsem se k Mesiáši, aby ze mě to břemeno sňal, a co se stalo? Nic!“

„To já jsem ho prosil, aby mi dal sílu to snášet,“ odpověděl druhý a pevně krácel dál.

Když si ti někdo postěžuje, že život je příliš tvrdý, zeptej se: „Ve srovnání s čím?“

*Zdroj textu: Bruno Ferrero – Osvěžení pro duši

*Zdroj obrázku: www.google.com

PRANOSTIKY

Na Hromnice potřebuješ ještě polovinu píce.

Po Hromnicích musí zaječice vrhnout, i kdyby jí měli zajíčkové zmrznout.

Na svatého Matěje musí skřivan vrznout, i kdyby měl zmrznout.

Je-li v únoru zima a led, nebude nouze o žitný chléb.

*Zdroj textu: <http://www.pranostik.cz/>



FOTOGALERIE



ROZHOVOR

Rádi bychom Vám prostřednictvím Děčka a krátkého rozhovoru představili pracovníky našeho domova, se kterými máte možnost se denně setkávat. V následujícím rozhovoru se nám představí **sociální pracovnice:**

ELIŠKA GREGOROVÁ



Mohu Vás poprosit o krátké představení se našim čtenářům?

Jmenuji se Eliška Gregorová a v domově pracuji jako sociální pracovnice, předtím jsem v domově působila na recepci. Pocházím z vesničky nedaleko Jimramova, vzdálené asi 15 km od Nového Města na Moravě i od Bystřice nad Pernštejnem. Letos to bude již šest roků,

co jsem se přestěhovala do Velkého Meziříčí. Odmalička jsem chtěla být lékařkou nebo sestřičkou, ale po gymnáziu mě osud zavál do Olomouce, kde jsem vystudovala speciální pedagogiku a učitelství přírodopisu. Po ukončení studia jsem docházela jako dobrovolník do charity a později jsem zde získávala první pracovní zkušenosti se sociálními službami pro seniory.

Jak se Vám práce v domově líbí?

V domově se mi líbí, práce sociální pracovnice je zajímavá a velmi různorodá. Velmi si cením také příjemného pracovního kolektivu, který není samozřejmostí.

Co byste ráda v novém roce zažila?

V novém roce nemám stanovená přání nebo předsevzetí. Letošní rok by jen mohl ubíhat o trochu pomaleji než předchozí, aby mi zbývalo více času na mé nejbližší a odpočinek.

Na jaké místo byste se ráda podívala a proč?

Ráda poznávám přírodu i památky s batohem na zádech a po svých. Ráda bych probádala další zajímavá místa nejen u nás, třeba Šumavu a Lužické hory, ale také na Slovensku, kam se ráda vrátím.

Co ráda děláte ve volném čase?

Ve volném čase si odpočinu při procházce, výletech nebo trávím čas s rodinou a přáteli. Někdy je pro mě příjemným odpočinkem zvelebování domu, zahrady, pečení nebo šití.

Děkujeme za rozhovor. A přejeme Vám vše nejlepší, Eliško.

TISKOVÉ ZPRÁVY

DO DOMOVA PRO SENIORY SE CHODÍ ZA BABIČKOU NA OBĚD, ALE TAKÉ ZA NOVÝM PŘÁTELSTVÍM

Již druhým rokem se velkomeziříčský domov pro seniory zapojil do projektu Ježíškova vnoučata, který je pod záštitou Českého rozhlasu. Letos bylo v našem domově splněno rekordních 91 přání. Někteří z dárců poslali dar poštou, jiní překvapení předali osobně. Byly to chvíle plné krásných okamžiků, dojetí, ale i nových přátelství.

„Za Ježíškova vnoučata je třeba poděkovat všem těm, kteří se do projektu zapojili. Lidem z Českého rozhlasu, všem vnoučatům, která se nějakým dárkem rozhodla potěšit staré a často opuštěné seniory, a hlavně personálu domova. Všem mým kolegům a kolegyním, kteří měli s projektem celý prosinec plné ruce práce, aby ten přívál porozumění, lásky a lidské solidarity dokázali vůbec zvládnout“, chválí ředitel domova Vítězslav Schrek.

Ježíškova vnoučata tak splnila obyvatelům nejen různá individuální přání, ale umožnila i řadu milých setkání s rodinami,

blízkými, přáteli a dobrovolníky. Díky zmíněnému projektu může pokračovat i klienty oblíbený zahradnický kroužek ve spolupráci s ekologickým střediskem Chaloupky a další kulturní akce. Jednou z takových událostí bylo také hudební vystoupení dua z Moravských Budějovic, které tvořila Jana Daňhelová s Karlou Křivanovou. Dámy se staly zpívajícími Ježíškovými vnoučaty a patří jim velké poděkování za jejich čas a dobrovolnickou činnost.

Neradi bychom zapomněli také na ostatní dobrovolníky, kteří jsou naprosto neopomenutelnou součástí fungování našeho domova. Například bez ochoty a výtvarného přičinění dobrovolnice Hany Hanzlíkové by nevznikla Babiččina kuchyň, která od Nového roku láká ke slavnostnímu obědu.

Babiččinu kuchyň mohou využít obyvatelé domova a jejich blízcí ke společnému obědu. V nově vybudovaném a k tomuto účelu speciálně zřízeném jídelním koutku naší jídelny, mohou zájemci zavzpomínat na to, jak vypadal slavnostní oběd s rodiči a prarodiči. A ačkoliv je tradicí jezdit na oběd k babičce o víkendu, v domově si mohou klienti vychutnat oběd ve společnosti svých blízkých v kterýkoliv libovolný den. Stačí se informovat nebo si rovnou oběd domluvit u pracovnice vztahů k veřejnosti (tel.: 734 875 428). Babiččina kuchyň se tak stala dalším z mnoha prostor, kde se klienti se svými blízkými mohou setkávat a strávit tak společné chvíle.



Babiččina kuchyň

POVĚSTI Z VELKÉHO MEZIŘÍČÍ

O VODNÍKOVÍ

V Manovu mlýně u Netína zdržoval prý se kdysi dlouhý čas vodník. Chodil každého večera do mlýnice a škádlil tam mleče, tak že konečně tam nechtěl žádný mlet. Mlynáře to mrzelo, tak přemýšlel, jak by vodníka vypudil z domu. Konečně po dlouhém přemýšlení přišel na dobrý nápad. Přivedl si jednoho dne komedianta, který mimo jiné dělal také s dvěma medvědy rozličné kousky. Ti medvědi byli tuze zlí, takže mimo jejich pána žádný se nesměl k nim přiblížit.

Když se přiblížil večer, komediant odepjal medvědům řetězy a pustil je do mlýnice, aby viděl, co se bude dít. O jedenácti hodinách ozval se venku u stavidel jakýsi šplachot a hned na to objevil se vodník ve mlýnici. Měl na sobě zelený fráček a z levného šosu mu kapala voda.

Začal si pohvizdovat a běhal sem tam po mlýnici. Tu vrazil vodník v koutě na medvědy. Ti se hned zdvihli a pustili se do milého vodníka. Každý si ho z jedné strany upřímně obejmul a počali ho svými drápy škrábat po hlavě, po obličeji a po celém těle. Vodník se svíjel a křičel pořád: „Pšic kočky!“ Ale medvědi nedbali na zakřikování, škrábali a trhali vodníka, jak mohli. Konečně se milý vodník nějak těm medvědům přece z jejich náručí vykroutil a huš! – hned byl z mlýnice venku. Mlynář s komediantem div se smíchem nezadusili, když to všecko viděli. Jestli medvědi vodníka dobře vyplatili v první noci, vyplatili ho v druhé noci ještě lépe, takže sotva živý z mlýnice ke stavidlům dolezl.

Ráno, když šel mlynář ke stavu pouštět vodu, seděl tam vodník celý rozškrábaný a ptal se mlynáře: „Kmotříčku, máte tam u vás ještě ty kočky? Koukejte, jak mne sloty celého rozedraly.“

„Milý brachu,“ povídá mlynář, „těch koček se hned tak nezbavím, ty mi z domu nepůjdou. Musíš si dát před nimi pozor, aby tě třeba ještě celého neroztrhaly!“

„To milý kmotříčku, vás musím opustit, když ty kočky vám nechtějí z domu.“

Mlynář div radostí nevýskl a myslel si: „Jen táhni, odkuds přišel!“

Na to se vodník s mlynářem rozloučil a odešel – žádný neví kam.

Víckrát už potom se ve mlýně neukázal.

*Zdroj textu: Pověsti z Velkého Meziříčí a okolí. Ilustroval Oldřich INOCHOVSKÝ. Žďár nad Sázavou: M. Smejkal, 1996.

ZAJÍMAVOST

Únor 2019



Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota	Neděle
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	1 Březen	2	3
4	5	6	7	8	Únor 2019 www.freeprintablepdf.eu	

Letošní únor bude mít 4 neděle, 4 pondělí, 4 úterý, 4 středy, 4 čtvrtky, 4 pátky a 4 soboty. Toto se stane pouze jednou za 823 let. Tento jev znamená podle pověsti pytel peněz a je to založené na čínském Feng Shui.

VTIPY

O BLONDÝNÁCH

Výtahem jede blondýnka a bruneta. Najednou se výtah mezi patry zasekne a tak blondýnka začne křičet: "Pomóóóóc!" Bruneta povídá: "Aby nás někdo slyšel, tak musíme křičet spolu." A tak blondýnka začne křičet: "Spoluuuuuuuuuu!"

Zkouška v autoškole Komisař se ptá blondýny: Jak byste nám popsala funkci motoru? Ona: "Mohu vlastními slovy?" On: "Ale ano." Ona: "Brmm, Brmmmm, Brrrrmmmmmmmmmm."

Jde blondýnka se psem, zastaví se a čte noviny. Přejde k ní brunetka a ptá se: "To je krásnej pejsek, co stojí?" "Já taky nevím, proč si ten blbec nasedne."

Brunetka potká blondýnu a ptá se jí: "Čus bloncko, kam kráčíš?" "No na třešně přece." "Jak to, vždyť je zima?" Blondýna odpoví: "To nevadí, vzala jsem si rukavice."

Rozčarování blondýny: "Dnes už nevěřím ničemu. Otevřela jsem dveře s nápisem MUŽI a byl tam jen záchod."

*Zdroj textu: <http://vtipy.portik.cz/stranky/nejnovejsivtipy/>

BÁSNIČKA

ZIMA

Hlas zvonů táhne po závějích,
kdes v dálce tiše zaniká,
dnes všechny struny v srdce znějí,
neb mladost se jich dotýká.
Strom jak pohne haluzemi,
hned střásá sněžné křišťály,
a země jak by liliemi kvetla,
kam sníh padl, tam se zachytil.



Autorkou je obyvatelka domova

DOBROVOLNICKÉ OKÉNKO

DOBROVOLNICTVÍ V NAŠEM DOMOVĚ

Dobrovolnictví v Domově pro seniory Velké Meziříčí je realizováno díky spolupráci s Kambalou - dobrovolnickým centrem ve Žďáru nad Sázavou a Dobrovolnickým centrem Střed. Dobrovolnické centrum Kambala se zabývá systematickou prací s dobrovolníky, kteří se podílejí především na realizaci projektů Charity a v případě potřeby zabezpečují humanitární pomoc.

Jak dobrovolník pomáhá?

Dobrovolnická činnost představuje aktivitu dobrovolníka, který se ve svém volném čase věnuje seniorům v našem domově, a to bez nároku na finanční odměnu. Nejčastěji dobrovolník vyplňuje volný čas



našim seniorů povídáním, čtením, hrou společenských her, doprovodem na vycházky či doprovodem k lékaři sanitním vozem. Dobrovolníci mohou být nápomocní při přípravě kulturních a společenských akcí, při doprovodu klientů na tyto akce i při samotné realizaci akce (např. výtvarný či hudební program pro menší skupinku klientů).

Kolik času může v domově strávit?

Pravidelnost a délka návštěv záleží vždy na časových možnostech každého dobrovolníka.

Co požadujeme po dobrovolnících?

Dobrovolník musí být zodpovědný, morálně a trestně bezúhonný. Měl by mít přiměřené schopnosti pro zvolený druh dobrovolnické činnosti. Dobrovolník musí mít platný potravinářský průkaz.

Dobrovolník je proškolen koordinátorkou dobrovolníků a je s ním sepsána Dohoda o dobrovolnické činnosti. Tato dohoda má platnost vždy 1 rok.

Jaké má dobrovolník povinnosti?

Dobrovolník se musí řídit základními dokumenty, se kterými je seznámen při sepsání dohody, a také pokyny a předpisy, které platí v daném zařízení. Dobrovolník by měl docházet do zařízení podle domluvy a plnit sjednané úkoly. Svou činnost si dobrovolník eviduje do docházkového listu.

KŘÍŽOVKA

Řešení tajenky z minulého čísla: **se nachází na tvrzi v Tuchorazi**

 ...zvaný také Na Slovanech, byl založený roku 1347 Karlem IV. pro řád benediktinů. Architektura a výdoba toho kláštera je spojená se jmény jako Karel Stadník, Bedřich Halcar nebo Mistr Oswald.										
POMŮCKA: BILD, LAR, STH	OBRAZ NĚMECKY	1. DÍL TAJENKY	ZÁPASNÍK S BYKY	INICIÁLY REŽISÉRA LIPSKÉHO	NAROZEN ZKR.		DOBYTČE	VYDÁNÍ	OBEC OKR. PŘÍBRAM	ZESILENÝ ZÁPOR
STAVEBNÍ HMOTA						HELENA DOMÁCKY				
ZÁVODNÍ OKRUH						DEKORA- TIVNÍ BYLINA SNIŽENÝ TÓN E				
DRUH OPICE GIBONA				KONTROLA SLÁVA ZAST.						
SOUBOJ					NĚMEC ZNAČKA KILOKA- LORIE				SLANÁ POTRAVA ZVĚŘE	ČÁSTICE S ELEKT- RICKÝM NABOJEM
 JEDEN ZE SMYSLŮ BIBL. TRPÍČI CLOVĚK						SLADKÁ TYČINKA NADPORUČÍK ZKR.				
BYTÍ								INVESTIČNÍ ODBOR ZKR. RYTMICKÝ POHYB		
OZNAČENÍ NAŠICH LETADEL			VRANÍK VYMÝŠLET LEST HOVOR.			TO ZNAME- NÁ ZKR. VÝZVA K SOUBOJI				
DRUH PLEVELE				SPOLEČEN- SKÉ STOLNÍ HRY ŠEVELENÍ					2. DÍL TAJENKY	STARÁ ZNAČKA ČESKÝCH AUT
 BEZPEČ- NOSTNÍ SLUŽBA ZKR.		STŘEDNÍ ŠKOLA ZKR. ŽENSKÉ JMÉNO			MALÉ ZRANĚNÍ ZPĚVÁK BEATLES					
MALÝ DORT						PODSVINČE VADA				
FOTKA							KUS LÁTKY CITOSLOVCE SKOKU			
 DAILY TELEGRAPH SETOTROP. HORMON				HYDRID SODÍKU ASIJEC				ŠKOLSKÝ ODBOR INIC. SPIS. TOLSTĚHO		
INICIÁLY HERCE RAŠILOVA			ZÁCHVAT ZÁJMENO OSOBNÍ							PŘÍSLOVCE ČASOVÉ
ROMÁN ALOISE JIRÁSKA						OBUTÍ AUT				
RAKOUSKÝ HUDEBNÍ SKLA- DATEL						ROKLE				

*Zdroj: <https://kampocesku.cz/clanek/20437/krizovka-ke-stazeni-pp-11-2016>