

DOMOVSKÝ ZPRAVODAJ

DS A DZR

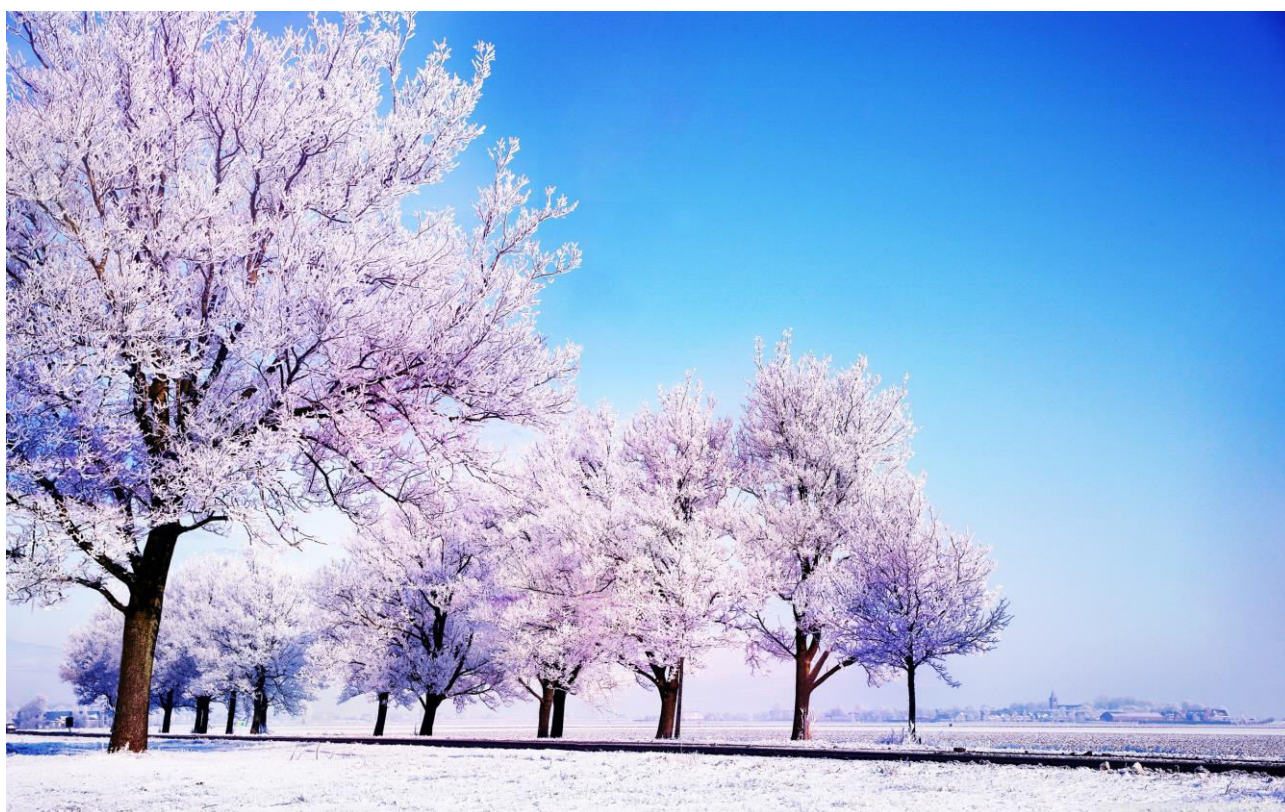
zábava na dosah

ZIMA 2018

číslo 22.

Neprodejné, slouží pro interní potřebu DS a DZR

PO PŘEČTENÍ PŘEDEJTE PROSÍM DALŠÍMU ČTENÁŘI



„Pravda má jednu velkou výhodu: člověk si nemusí pamatovat, co řekl.“

Vydává:

Domov pro seniory Loučka, příspěvková organizace

Loučka 128

Domov se zvláštním režimem Loučka

Loučka 119

Újezd u Valašských Klobouk 763 25

reditel@dsloucka.cz

www.dsloucka.cz

ÚVOD.....	2
SPOLEČENSKÉ A KULTURNÍ DĚNÍ DZR.....	5
VAŠE PŘÍSPĚVKY	9
ZAJÍMAVOSTI, AKTUALITY, ZPRÁVY	10
SOCIÁLNÍ KOUTEK	11
ZÁBAVA A VOLNÝ ČAS	12

ÚVOD

Milí přátelé, dámy a pánové, kolegyně a kolegové, společně vstupujeme do nového roku. Roku 2019. Podle celosvětově nejrozšířenějšího gregoriánského kalendáře připadá již po staletí na 1. ledna. Společně jsme prožili vánoční svátky a společně oslavili narození a příchod Ježíše Krista spasitele. Doufám a věřím, že i letošní rok 2019 prožijeme v klidu, v pohodě a v míru. Buďme prosím na sebe milí, příjemní a laskaví i přesto, že především leden a únor vstáváme do tmy a odpoledne je také brzy tma. Optimismus, úsměv a pohoda nám všem vzájemně pomůže překonat mrazivé a sychravé dny v začátku roku.

Přestože pominul adventní čas, nepřestávejme myslet i na ostatní. Vykouzlit úsměv na rtech, zahřát u srdíčka nestojí moc, a je to ten nejhezčí dárek, který můžeme jeden druhému věnovat. Moc bych si přál, aby i rok 2019 byl rokem klidu, pohody, lásky, vzájemné tolerance a ochoty pomáhat jeden druhému.

Přeji vám všem milí přátelé a vašim rodinám po celý rok pevné zdraví, hodně lásky, pohody, štěstí a úspěchů. Abychom byli spokojeni v osobním i profesním životě a rádi se každý den s úsměvem potkávali. Přeji všem lidem dobré vůle krásný, šťastný a spokojený rok 2019.



Dalibor Maniš, ředitel

VÁNOČNÍ

*Hvězdička stříbrná dopadla na Zem
a všechno kolem nás mění se rázem.
Hvězdička stříbrná jehličím zavoní,
v zavřeném pokoji zvoneček zazvoní.
Hvězdička stříbrná nám zase po roce
přináší stromeček, přináší Vánoce.*



Představujeme Vám novou společenskou hru s názvem kroužkovaná nebo-li házení kroužků. Hra je vyrobená ze dřeva a skládá se z hracího kříže a 5 - ti kolmo upevněnými cílovými kolíky. Každý cílový kolík odpovídá jiné bodové hodnotě. Na kolíky se hází provazovými kroužky. Tato hra je vhodná pro všechny věkové kategorie, není náročná na fyziku, je zábavná a trochu i napínavá. Tímto zveme všechny, kteří si touto hrou rádi zkrátí dlouhé zimní dny. Od nového roku rozjedeme turnaj v házení kroužků a nejlepší hráč bude odměněn na Velikonoce.



Podzimní dny přijeli našim klientům zpestřit dcéry a chlapci ze Slavičína a taky děti z Doubrav.



Kateřinské posezení u cimbálu spojené s vyhlášováním vítězů turnaje v kuželkách, odměňováním klientů za výpomoc v DS a tombolou, nemohlo chybět ani letos. Děkujeme za hojnou účast!



Předvánoční čas v našem domově každoročně zahajuje Mikuláš se svou družinou. Opět se Mikuláš byl podívat i na děti do místní školky, které naše klienty navštěvují každý rok na Vánoce. V adventním čase se rozezněly vánoční písně a koledy v podání pěveckého souboru ze ZŠ Újezd pod vedením paní Janošové a paní Raškové. Pásmo plné známých koled souborů Diviš a Divíšek z Horní Lhoty potěšilo všechny přítomné ve společenské místnosti.



Díky šikovným ručičkám v naší ruční dílničce vznikly originální vánoční ozdoby všeho druhu. Je pro nás potěšením, že výrobky sloužící k výzdobě celého domova získávají ocenění nejen od klientů ale i od jejich rodinných příslušníků, zaměstnanců a ostatních návštěvníků našeho zařízení.



SPOLEČENSKÉ A KULTURNÍ DĚNÍ DZR

Den krásy

Již po třetí jsme uspořádali pro naše klientky i zaměstnankyně krásnou akci Den krásy. Celé dopoledne i odpoledne se nám věnovala paní Leona Molková ze Zlína, která nám velmi ochotně ukázala, jaké můžeme nosit denní líčení. Klientky si opět užívaly, velmi zdařenou akci, díky níž se mohly cítit opět krásně. Na závěr si pro ně paní Leona nachystala malou tombolu, kde se losovalo o krásné kosmetické ceny.



Svatomartinský večírek

Připravili jsme si pro naše klienty Svatomartinský večírek, který proběhl ve společenské místnosti na DS. Tancovali jsme, zpívali, jedli a bavili se.



Výlet do Vizovic – výstava baněk + čokoládovna

20. 11. 2018 jsme navštívili spolu s klienty galerii Mariette ve Vizovicích, kde byla výstava nazdobených vánočních stromků ručně zdobenými baňkami, vizovickým pečivem, slámou a ozdobami vyrobenými z látky a korálků. Potom jsme se občerstvili v čokoládovně čokoládou. Prošli jsme se ještě zámeckým parkem. Výlet v nás navodil začínající atmosféru Vánoc.



Zdobení vánočního stromku v Drnovicích SumiRiko AVS

Byli jsme požádáni firmou SumiRiko AVS z Drnovic, abychom jim nazdobili vánoční stromeček v jídelně. Ozdoby jsme vyráběli spolu s klienty v aktivitách. Odpovědní vedoucí výroby nás provedli a ukázali nám pracovní náplň ve firmě. V jídelně bylo pro nás přichystané občerstvení. Zaměstnancům z firmy jsme představili další výrobky vyráběné u nás v dílně.



Mikulášská nadílka

Jako každý rok, tak i letos k nám opět zavítala Mikulášská družina s nadílkou. Družina budila dostatečný respekt. Všichni klienti měli z Mikulášské nadílky radost.



Rozdávání dárků na DZR

S velkým napětím a očekáváním jsme vyhlíželi Ježíška a těšili se na rozdávání dárků u vánočního stromčeka. Vše probíhalo v příjemné atmosféře, kterou nám podtrhly i koledy rozléhající se po celém domově.



Adventní neděle na DZR

Letošní adventní neděle byly opět výjimečné svou atmosférou. Úžasné bylo, že klienti čekali v jídelně dříve, než začal samotný "koncert". Společně jsme zpívali známé i méně známé koledy a písně např. od kapel Spirituál kvintet, Dareband, Čechomor a píseň Vánoční od Karla Kryla.



Rozdávání dárků Ježíškova vnoučata

I letos jsme se zapojili do projektu Ježíškova vnoučata. Ježíškova vnoučata jsou projekt Českého rozhlasu. Propojuje lidi v domovech a dalších státních i nestátních zařízeních s dárci, kteří se rozhodnou jim na vlastní náklady splnit přání nebo poskytnout věcný dar. Děkujeme!♥♥



Výchovně nepedagogické pracovnice DZR

Vánoční

Petr Kroupa



Už zase se strojí
stromček vánoční,
poklady se otvírají
v té době půlnoční.

Jeden druhému dárky strojí
na dobu do Vánoc,
těm, co v zimě sami stojí,
přijdeme na pomoc.

V číších nalitých po okraj
rozpustíš zármutek,
nehledej v tom žádnou báj,
k pití podržíš a cink a přípitek.

Nad planinou majáček záchranky
svítí a houká dneska až do noci,
víš-li, kdo zůstal sám,
neboj se zkusit mu právě dnes pomoci.

Ta dnešní radost je
vskutku až nákazné,
lidi si pomáhají
přes půlnoc do rána.



Nakreslila Jana Najtová

Až mě řekneš

Alexandra Navrátilová



Až mě řekneš, mám tě rád
ráda uvěřím.
Doufám, že se dočkám, snad
než zima udeří.

Až mě řekneš, mám tě rád
budu šťastná hned,
říkat mi to napořád
líbilo by se mě.

Zimní čas

Dittrichová Jana, Vašáková Jana

Zimní čas je překrásný,
je bohatý a hlavně na sny.
všude padá sníh
a děti jezdí na saních.



Zimní čas je krátký zas
v krbu oheň praská zas
rodina se schází,
mrazík od nás odchází.
Punč nás všechny zahřeje
Je pěkné, když se někdo zasměje.



To nejdůležitější z roku 2018

- **12. – 13. ledna** – V prvním kole prezidentských voleb uspěli Miloš Zeman (38,56 %) a Jiří Drahoš (26,6 %). Volby se účastnilo 61,92 % voličů.
- **26. – 27. ledna** – Druhé kolo volby prezidenta České republiky 2018 vyhrál Miloš Zeman (51,36 %)
- **21. února** – Vražda Jána Kuciaka a Martiny Kušnírové
- **5. března** – Tisíce lidí demonstrovaly proti zvolení komunistického poslance Zdeňka Ondráčka do čela komise pro kontrolu Generální inspekce bezpečnostních sborů. Protesty směřovaly také proti stávajícímu premiérovi v demisi Andreji Babišovi.
- **9. – 25. února** – XXIII. zimní olympijské hry v jihokorejském Pchjongčchangu.
- **4. – 20. května** – 82. Mistrovství světa v ledním hokeji v Kodani a Herningu
- **19. května** – Svatba Prince Harryho s Meghan Markle.
- **24. června** – Od tohoto dne mohou v Saúdské Arábii ženy řídit auta.
- **19. června** – Kanadský parlament schválil zákon umožňující legální užívání marihuany. Kanada se tak stala první zemí skupiny G7, která plně legalizovala rekreační užívání této drogy.
- **23. října** – Čínský prezident Si Ťin-pching otevřel 55 kilometrů dlouhý most Most Hongkong–Ču-chaj–Macao spojující ostrovy Hongkong a Macao v deltě Perlové řeky s městem Ču-chaj v pevninské Číně.
- **27. července** – Nejdelší pozorovatelné zatmění Měsíce v 21. století – trvání 1 hodinu, 43 minut, 34 sekund
- **28. září** – Nejméně 380 lidí zemřelo kvůli zemětřesení o síle 7,5 stupně, které zasáhlo jižní část poloostrova Minahasa na ostrově Sulawesi. Zhruba pětimetrová vlna tsunami následně zasáhla město Palu a další obce v provincii Střední Sulawesi.
- **5. a 6. října** – 1. kolo voleb do Senátu Parlamentu České republiky 2018, Volby do zastupitelstev obcí v Česku 2018.
- **12. a 13. října** – 2. kolo voleb do Senátu Parlamentu České republiky 2018
- **28. 10. 2018** - Oslavy 100 let založení Československa
- **28. listopadu** – Na seznam děl ústního a nehmotného dědictví lidstva UNESCO byl zapsán modrotisk, o jehož zápis žádala Česká republika se čtyřmi dalšími státy.

Přeji všem, aby rok 2019 byl pro všechny šťastný a spokojený a mohli jsme se těšit pouze z hezkých událostí.

Vedoucí přímé péče DZR

Valorizace důchodů 2019 - navýšení

Českým seniorům vzroste od ledna 2019 rekordně penze. Včetně valorizace vzrostou důchody od ledna v průměru o 900 korun měsíčně. Senioři nad 85 let dostanou navíc přidáno o tisícikorunu.

Co je to valorizace?

Valorizace důchodů je zvýšení důchodů nejčastěji od lednové splátky důchodu. Valorizace důchodů se provádí ode dne splatnosti důchodu. V případě, že splatnost důchodu důchodce je např. až 20. dne v měsíci, je valorizace provedena až od tohoto data (tedy např. od 20. ledna).

Všechny důchody se skládají ze základní výměry a z procentní výměry důchodu. Při valorizaci důchodu může docházet ke zvyšování základní výměry, procentní výměry nebo obou těchto částek (což je nejčastější varianta). Díky valorizacím jsou zvyšovány všechny v České republice vyplácené důchody – valorizují se starobní i předčasné starobní důchody, invalidní důchody pro invaliditu prvního, druhého i třetího stupně a také vdovské, vdovecké a sirotčí důchody.

Zvýšení důchodů důchodcům starším 85 let

Od ledna 2019 dochází ke změně, díky které se o 1.000 Kč měsíčně zvýší procentní výměru důchodu u důchodce, který dosáhl věku 85 let. Změna bude účinná od lednové splátky důchodu v roce 2019. Důchodcům, kteří dosáhnou věku 85 let po roce 2018, se důchod zvýší o 1.000 Kč od splátky důchodu v měsíci, ve kterém mají 85. narozeniny



sociální pracovníce DS



Novoroční předsevzetí

Předsevzetí je forma motivace, příležitost pustit se do něčeho, co dlouho odkládáme - nic víc a nic méně. A obecně lze říci, že pomáhá, pokud do toho „jdeme“ ve více lidech. Buď jde o předsevzetí nereálná, anebo je nebereme vážně.

Jaká předsevzetí si máme dávat?

Jednoduše řečeno splnitelná. Obecně nemá cenu vykřikovat, že zhubnu do února 50 kilo, už nikdy nikam nepříjdu pozdě nebo konečně si najdu normálního chlapa. Předsevzetí je forma motivace, příležitost pustit se do něčeho, co dlouho odkládáme - nic víc a nic méně.

V čem většinou selžeme?

Buď jde o předsevzetí nereálná, anebo je nebereme vážně. Vztít něco vážně totiž znamená vidět v tom něco důležitého pro svůj život. Dennodenní starosti a všudypřítomná lákadla nás nakonec od našeho úmyslu odvedou.

Mají předsevzetí vůbec cenu?

Pracovat na sobě a na svém rozvoji je vždycky dobrá věc. Za rozumnější než novoroční předsevzetí ovšem považuji pravidelné zamyšlení nad tím, co děláme a jak žijeme.

Co o vás říká barva, kterou si rádi oblékáte?

Červená

Červená barva je pokládána za nejvíce sexuálně přitažlivou. Zvyšuje krevní tlak, zrychluje tep a dýchání. Láska k červené hovoří o tom, že jste člověk cílevědomý, někdy až agresivní. Jdete vpřed hlava nehlava a v oblékání jste ochotni k těm nejodvážnějším experimentům. Obvykle dosáhnete toho, oč usilujete. Protivit se vám je těžké. Jste vášnivá, energická osobnost. Je prokázáno, že lidé, u nichž tato barva vyvolává podráždění, bývají věrní a stálí, trpí však komplexy méněcennosti.

Modrá

Úsměv je u vás vzácná věc. Získat vaši důvěru je velmi obtížné a schopni jsou toho pouze ti, kdo obstáli ve zkušební lhůtě, kdo své přátelství prověřili časem. Jste člověk velmi klidný, budíte v okolí důvěru. Tep, krevní tlak i dechová frekvence při pohledu na modrou klesají. Nejčastěji se nalézáte ve stavu vyváženém, bez napětí, cítíte se součástí kolektivu.

Bílá

Ideální barva, barva nulové zářivosti. Bílá znamená absolutní svobodu jak ve smyslu překážek, tak ve smyslu možností. Proto jsou nevěstiny šaty bílé. Proto je také bílá symbolem fyzické smrti a znakem smíření. Nikoho nezapuzuje, avšak nenese žádnou informaci. Přednost jí obvykle dává člověk s podobně utvářeným charakterem.

Fialová

Fialová spojuje červenou a modrou. To znamená, že jste povaha zároveň vášnivá i klidná, emotivní i pokojná. Tato barva zosobňuje vše, co je nestandardní. Dáváte-li přednost fialové, přejete si nejspíš magický vztah. Přejete si být očarováni a zároveň sami vládnout kouzelnou silou a spalujícím šarmem. Experimentálně bylo dokázáno, že 75 procent dětí do věku pohlavní zralosti dává přednost fialové barvě. Je



to spojeno právě s magickým spojením červené a modré barvy, jako mužského a ženského prvku.

Růžová

Růžová je barvou mírnosti, něžnosti, laskavosti a sentimentu, barvou snění. Spojuje v sobě červenou a bílou. Svoboda mírní vášně a v tom je svůdný půvab růžové. Jestliže máte rádi růžovou, pak nesnášíte krutost a násilí v jakémkoli jejích projevu. Člověk, který volí tuto barvu, dává přednost životu v lehkém, pohodlném světě, který si sám vymyslí. Potřebuje vedle sebe někoho, s kým by žil klidně a beze strachu.

Zelená

Pro většinu lidí je vaše duše skutečnou záhadou. Tato záhadnost je však základní součástí vašeho půvabu, hleďte ji tedy nepoztrácet. Náklonnost k věčně zelené vypovídá také o tom, že jste si vědomi své převahy, moci a síly. Chcete se líbit, toužíte po uznání, bojíte se podlehnout a snažíte se vyhnout cizímu vlivu a hledáte způsoby vlastního prosazení.

Žlutá

Jste klidný a přívětivý člověk radující se ze života. Máte smysl pro humor. Žlutá je barvou uvolnění. Kdo dává přednost žluté, hledá nejspíš možnost osvobození, které by mu přineslo postrádané štěstí. Žlutou si vybírají lidé hledající nový, uvolněný vztah, který by jim poskytl možnost otevřít se a dosáhnout toho, po čem touží. Pokud někdo úplně odmítá žlutou, je to člověk prázdný, izolovaný nebo krajně podrážděný.

Blankytná

Jste člověk bezstarostný a veselý. Světle modrá je barvou lehkomyšlnosti, barvou nenáročnou, která se neváže nějakými povinnostmi. Nikoho nepodráždíte, do každé společnosti dobře zapadnete. Světle modrá je ono „okouzlující nic“, o němž hovořil Goethe.

Hnědá

Jste zvyklí dělat všechno s citem, obratně a uvážene. Snažíte se nikam nespěchat, což je dnes vzácný jev. Lidé, kteří dávají hnědé barvě přednost, touží po fyzickém oddechu, po klidu. Rovněž ji mají v oblibě lidé přikládající velký význam svému zdraví a ti, kdo si považují stability, tradice a rodiny. Člověk zavrhuje hnědou hledá svou vlastní individualitu.

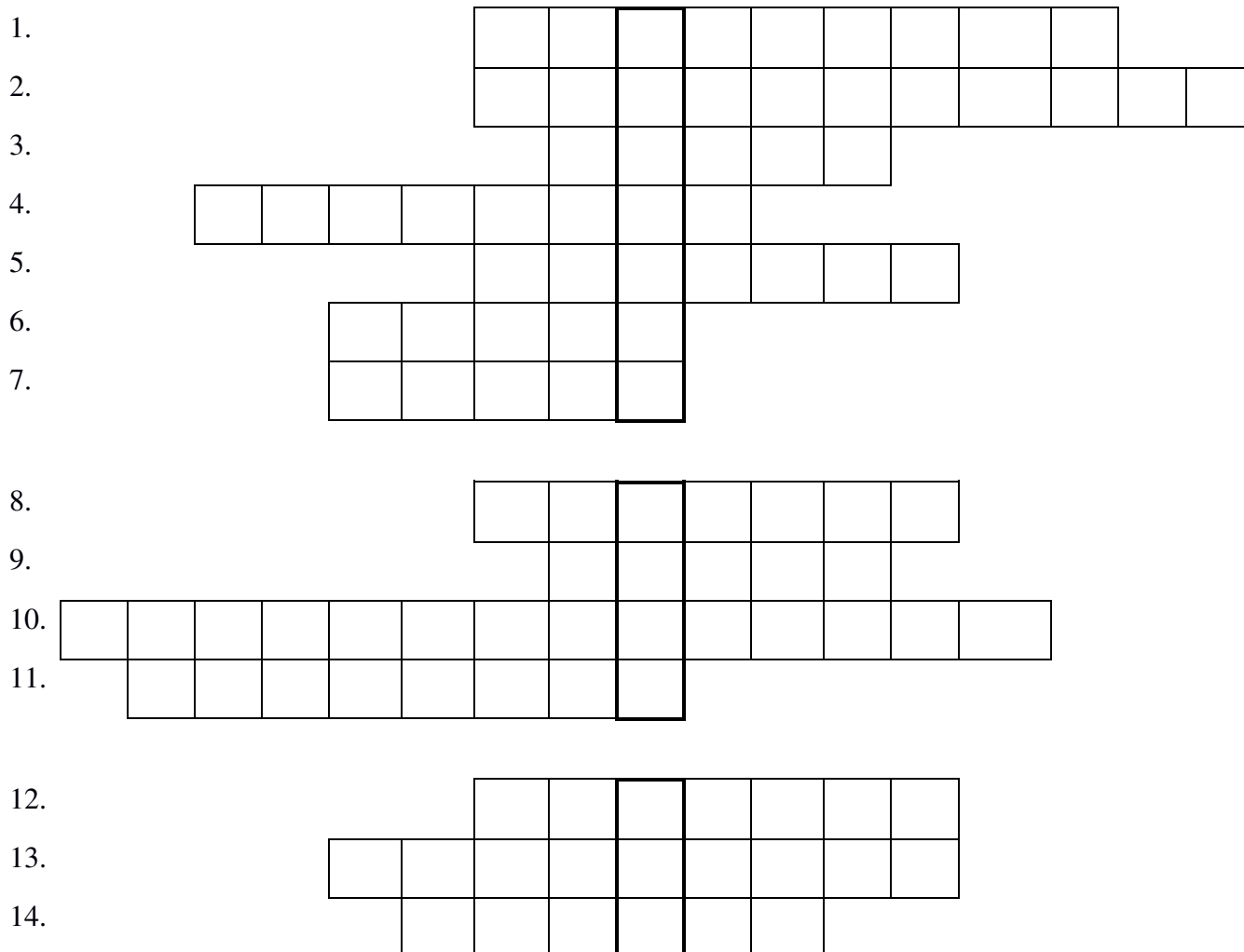
Šedá

Šedou si vybírají lidé, kteří se bojí dát o sobě příliš hlasitě vědět. Možná také chtějí být nenápadní, protože touží něco získat. Šedá je barvou neutrality – není ani barevná, ani světlá, ani tmavá. Ideální pozadí pro jakoukoli další barvu, pro jakoukoli manipulaci nebo hru. Vzpomeňte jen na šedou eminenci.

Černá

Černá je barvou absolutní dokončenosti. Je proto vyjádřením myšlenky „ničeho“. Je barvou přepychu a elegance. V černém budete vždycky vypadat fantasticky. Vypovídá o tom, že máte nemálo tajemství, o něž se nijak nespěcháte dělit.





1. Jedna z obětí vraždy, která se stala 21. února na Slovensku
2. Jméno čínského prezidenta
3. Jméno politika, proti kterému mimo jiné také směřovaly protesty 5. března.
4. Jméno provincie, která byla zasažena ničivými vlnami tsunami.
5. Jev, který probíhal 27.7. a jednalo se o nejdelší časový úsek v 21. století.
6. Jméno prezidenta, který vyhrál letošní volby v lednu.
7. Kolikátý skončil pan Drahoš v prezidentských volbách?
8. Jedno ze dvou měst, které spojuje nejdelší most světa.
9. Co se konalo v lednu a říjnu v ČR?
10. Který stál vznikl před 100 lety?
11. Který parlament schválil legální užívání marihuany?
12. Město, v němž se konalo letošní mistrovství světa v lední hokeji.
13. Co bylo nově zapsáno do světového kulturního dědictví UNESCO?
14. Příjmení ženy, která se provdala za britského prince.

Redakční rada Domovského zpravodaje

Dalibor Maniš, Mgr. Karla Čížová, Bc. Dagmar Fiedorová, DiS, Milada Surovcová, Markéta Zvonková, Michaela Vašíčková, Martina Jálová, Světlana Čurečková, Ing. Daniel Sitko, Blanka Lysáková, Ludmila Divoká, Jana Konečná