

# **D**OMOVSKÝ ZPRAVODAJ

## **DS A DZR**

**zábava na dosah**

### **LÉTO 2019**

číslo 24.

*Neprodejné, slouží pro interní potřebu DS a DZR*

***PO PŘEČTENÍ PŘEDEJTE PROSÍM DALŠÍMU ČTENÁŘI***



*„Uprostřed zimy jsem v sobě objevil věčné léto.“*

**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](mailto:reditel@dsloucka.cz)

[www.dsloucka.cz](http://www.dsloucka.cz)

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| ÚVOD.....                            | 2 |
| SPOLEČENSKÉ A KULTURNÍ DĚNÍ DS.....  | 3 |
| SPOLEČENSKÉ A KULTURNÍ DĚNÍ DZR..... | 4 |
| VAŠE PŘÍSPĚVKY .....                 | 6 |
| ZAJÍMAVOSTI, AKTUALITY, ZPRÁVY ..... | 7 |
| SOCIÁLNÍ KOUTEK .....                | 8 |
| ZÁBAVA A VOLNÝ ČAS .....             | 8 |

## ÚVOD

Milé dámy a pánové, kolegyně a kolegové,

společně jsme vstoupili nástupem léta do druhé poloviny letošního roku. Chci vám všem ze srdce poděkovat za příjemnou atmosféru a prostředí, které jsme si všichni společně vytvořili. Děkuji všem zaměstnancům za přístup a práci, kterou jste v první polovině roku odvedli. Děkuji také všem obyvatelům, kteří reprezentovali naši organizaci při různých kulturních a sportovních akcích v rámci Zlínského kraje.

Červnovým slunovratem jsme vstoupili do krásných letních měsíců. Chtěl bych vám všem popřát příjemné prožití těchto krásných měsíců, plných sluníčka a pohody. Přeji všem dobrou náladu a pevné zdraví. Všem zaměstnancům přeji příjemnou a zaslouženou dovolenou, plnou krásných zážitků a relaxace. Přeji nám všem, abychom se v době dovolených a odpočinku dokázali také zastavit. Pročistit svou mysl od nadbytečných myšlenek a starostí. Aby se podařilo vyklíčit všem našim snům a nápadům, které jsme přes rok kvůli nedostatku času nezrealizovali. Pokusme se zastavit, a jen tak „chvíli být“, odpočívat a relaxovat, protože: „zakalená voda se vyčistí, je – li v klidu“.

Ještě jednou vám všem děkuji a přeji krásné léto.



*Dalibor Maniš, ředitel*

## SPOLEČENSKÉ A KULTURNÍ DĚNÍ DS

Kroužkovanou nahradily kuželky. Naši klienti se již nemohli dočkat hezkého počasí, aby mohli začít hrát společně kuželky. Dočkali se. S nadšením se pustili do další ligy v kuželech. Vítěz, jako vždy bude vyhlášen na Kateřiském posezení. Přebornicí ve společenské hře „kroužkováná“ se stala p. Lysaková Anna. Blahopřejeme!!!



Každé druhé úterý v našem zařízení probíhá cvičení jógy. Tuto aktivitu jsme v našem zpravodaji již zmiňovali, ale dovolte nám, abychom touto cestou poděkovali p. Denise Balšanové ze Slavičína, která pod svým vedením naše klienty seznamuje s tímto cvičením. Jedná se o půlhodinovou odpočinkovou terapii, na kterou jste všichni srdečně zváni.

Při kácení máje naše klienty čekal pestrý program. Opět byly nachystány špekáčky, pivo a výborný moučník. „Děkujeme paní kuchařky!!!!“. O zábavu se postaral p. Mát'a se svou harmonikou a písničkami, které si každý milovník dobré muziky rád poslechne.



Vystoupení dětí z MŠ Loučka našim klientům připomnělo přicházející prázdniny. Děti měly opět nacvičeno krásné vystoupení plné básniček a písniček a opět proběhlo představování předškoláků, kteří školku pomalu opouští a chystají se na nový začátek. Klienti vždy ocení práci učitelů, jsou potěšeni návštěvou dětí a těší se na další setkání.

I letos naši klienti obdrželi pozvání na turnaj v pétanque, který probíhal pod záštitou Zlínského kraje a Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR v DS Burešov. Za naše zařízení opět jeli bojovat p. Handl. P. Kovář, p. Podešva. Umístili se na krásném 4. místě. Blahopřejeme a děkujeme za krásnou reprezentaci DS Loučka.



*Výchovně nepedagogické pracovnice DS*

## SPOLEČENSKÉ A KULTURNÍ DĚNÍ DZR

### **Turnaj v šípkách v Kvasicích**

Velmi rádi jsme přijali pozvání z DZR Kvasic na turnaj v šípkách, kterého se účastnili i DS Otrokovice, DS Nezdenice. Velmi přátelská atmosféra provázela celou akci. Naši borci obsadili první místo.



### **Jarní otevřená dílna**

Opět letos proběhla každoroční Jarní otevřená dílna na DZR. Navštívilo nás spoustu šikovných lidí, včetně dětí z místní školky, které nám hned při příchodu zazpívali písničku a mile odstartovali náš tvořivý den. Všichni měli pořád plné ruce práce a my jsme moc rádi, že o naši dílnu je rok od roku větší zájem.



### **Valašský kumšt pro radost' aj užitek 2019**

Velikonoční tradice, ručně vyráběné věci, řemesla i krásný hudební a taneční program. To vše jste mohli vidět na každoročním jarním kumštování na Sokolovně ve Slavičíně. Tohoto kumštu se pravidelně účastníme i my s výrobky od našich klientů z domova se zvláštním režimem a ani letos jsme si to nemohli nechat ujít.



## 5. Jarní ples po našem v Nedašově

Jarní ples, který byl organizován Domem sociálních služeb Návojná a odehrával se v prostorách KD Nedašov, na který jsme byli pozváni, opět neklamal. Atmosféra, program i účinkující skupina Manewr byla plná energie a dala nám zapomenout na každodenní starosti. V tanečním duchu jsme strávili večer až do pozdních nočních hodin.



## Výlet na hrad Buchlov

Na hrad Buchlov jsme se chystali už v květnu, ale počasí nám nepřálo a nemohli jsme se dočkat náhradního termínu. Buchlov není daleko a tak jsme se vypravili. Klienti si navzájem pomáhali při zdolávání schodů a nerovného terénu. Občerstvili jsme se v restauraci v areálu hradu. Výlet jsme si všichni užili.



## 5. ročník Valašského Doremi

V pořadí již páté Valašské Doremi se opět neslo ve veselém a přátelském duchu. Jsme moc rádi, že se k nám i přes velmi teplé počasí připojilo spoustu milých lidí, kteří měli nacvičené různé představení, ať už hudební, pěvecké, nebo literární. Mimo tato představení se nám postarali o zábavu taky děti ze ZUŠ Valašské Klobouky pod vedením paní učitelky Jany Bodlákové, které si přichystaly pár svých hudebních představení a Národopisný spolek Klobučan, který nám za doprovodu cimbálové muziky ukázal pásmo polkových tanců, valašské točené a staré uherské.



*Výchovně nepedagogické pracovnice DZR*

## VAŠE PŘÍSPĚVKY

### **Barva**

*Alexandra Navrátilová*

Černá barva není bílá  
-co taková šedivá.  
Každá barva je mi milá,  
nejraději se na zeleň podívám.

Kdy naposled jsem v lese byla,  
kdy jsem lesem chodila.  
Kdy jsem z kvítí něco vila  
dnes nemohu spočítat.



### **Láska na celý život**

*Josef Macháček*

Šel jsem pod tvójím okénkem,  
lásko moje,  
a slyšel Tvůj hlas,  
a duše naše i těla splynula zas.

Oba jsme svobodní svým životem,  
a chceme se mít stále rádi,  
ať osud přeje nám,  
doma i v dáli.

V novém domově ať se nám daří,  
láska kvete stále.  
Jsi štěstí to pravé,  
které jsem tak dlouho hledal.

## **Program a akce na léto**

Jelikož období letních prázdnin již od školních let stále vnímáme jako období volna, odpočinku, dovolené, navštěvování nejrůznějších akcí apod., níže vám nabízím pár tipů jak volný čas v létě využít.

### **Koupaliště v Újezdě**

**Pondělí - pátek:**

**10.00 - 19.00 hodin**

**Sobota :**

**10.00 - 19.00 hodin**

**Neděle:**

**10.00 - 19.00 hodin**

**Dospělí**

**Celodenní 50 Kč**

**Polodenní 25 Kč**

**polodenní od 16.00  
do 19.00**

**PIKNIKOVÝ DEN V ZÁMECKÉM PARKU VE  
VIZOVICÍCH**  
**21. 7. 2019, 11.00-16.00**

**TĚŠIT SE MŮŽETE NA DROBNÉ OBČERSTVENÍ,  
ŽIVOU HUDBU, ZAPŮJČÍME VÁM KLIDNĚ I  
PIKNIKOVOU DEKU, DESKOVÉ HRY A STEJNĚ  
JAKO PŘED ROKEM NABÍZÍME MOŽNOST  
VYZKOUŠET TRADIČNÍ I NETRADIČNÍ HRY -  
BADMINTON, KROKET, KUBB A SPOUSTU  
DALŠÍCH.  
V PŘÍPADĚ ŠPATNÉHO POČASÍ SE AKCE NEKONÁ.**

Farmářské trhy - Vsetín, Dolní náměstí

Farmářské (také selské, sedlácké či zemědělské) trhy se konají na jednom místě v určité časové frekvenci (denně, určitý den v týdnu či měsíci) většinou ve městech pod otevřeným nebem. Mezi prodejci jsou zastoupeni zejména malí a střední zemědělci a výrobci potravin. Tí zde prodávají čerstvou zeleninu, ovoce, mléčné i masné výrobky, doplňkově také jiné produkty. Zboží pochází z dané země či přímo z daného regionu.

Farmářské trhy se konají v těchto termínech:

20.7. , 3.8. , 17.8. , 31.8. , 14.9. , 28.9. , 12.10. , 26.10.



**‘Lázeňská káva ‘Luhačovice**

**Cupping – řízená degustace kávy**

– Poznáte výběrovou kávu a její chuť

– Zúčastníte se řízené degustace s pražičem

– Ochutnáte 4 kávy z různých kontinentů

**max. 1 hodina, 100 Kč / osoba**



**‘Prohlídka pražírny s pražičem**

– Uvidíte moderní proces pražení

– Poznáte sociální a finanční aspekt kávy

– Ochutnáte výběrovou kávu

**max. 1,5 hodiny, 180 Kč / osoba**

## **KNIŽNÍ NOVINKY**



Polly je v pohodě. Je jí sice třicet, je single a za uplynulý rok měla sex pouze dvakrát, ale jinak je naprosto v pohodě. A to i přesto, že šance na nalezení ideálního doprovodu na letní svatbu nejlepší kamarádky se povážlivě tenčí. Má plno správných předsevzetí, ale jen dokud jí do života nevstoupí neblaze proslulý člen britské smetánky Jasper, který rozhodně nepředstavuje vhodného společníka na svatbu...  
Kniha vychází 1.8.2019.

Jsem hezká, ale ne Barbie, jsem chytrá, ale ne intelektuálka, jsem vtipná, ale ne za každou cenu. Takovou ženu by chtěl každý muž. Než však k této dokonalosti žena dozraje, stihnou se jí zpravidla kromě obzorů rozšířit i boky a kromě životních zkušeností prohloubit vrásky. Tak co je vlastně nejdůležitější? Přece nadhled, humor a zážitky. A o tom tahle knížka je. Potkáte se v ní s ženou bez make-upu, bez iluzí, bez krajek. Zato opravdovou a především velmi, velmi důvtipnou.  
Kniha vychází 1.8.2019.



## Zvyšování úhrad za stravu a ubytování

Vážení klienti,

jak již všichni víte z Výboru obyvatel, od **1. července 2019** dochází k **navýšení platby za ubytování a stravu**. Jak se říká, „opakování je matka moudrosti“, proto si Vám dovoluujeme toto navýšení připomenout, neboť je pro Vás nepochybně důležité. Důvodem navýšení je rapidní růst cen energií a potravin (např. ovoce, zelenina, maso).

To znamená, v případě **ubytování** dochází k navýšení o **5 Kč/den**, v případě **stravy** dochází k navýšení o **7 Kč/den**. **Konkrétně, u racionální stravy ze 140 Kč na 147 Kč. U diabetické stravy ze 152 Kč na 159 Kč.** S ohledem na uvedené změny v navyšování úhrad je nutné sepsat a podepsat dodatky ke smlouvě o poskytnutí sociální služby. Prosíme o trpělivost, během měsíce července obejdeme všechny z Vás, zvýšení vysvětlíme a vyzveme Vás k podpisu.

### PLNÁ VÝŠE ÚHRADY ZA POBYT: STRAVA RACIONÁLNÍ od 1. 7. 2019

| Pokoj          | B/1.     | B/2.     | C/2.     | A/3.    |
|----------------|----------|----------|----------|---------|
| Ubytování /den | 210,-    | 180,-    | 190,-    | 170,-   |
| Strava/den     | 147,-    | 147,-    | 147,-    | 147,-   |
| Celkem/den     | 357,-    | 327,-    | 337,-    | 317,-   |
| Za měsíc:      |          |          |          |         |
| 28 dní         | 9.996,-  | 9.156,-  | 9.436,-  | 8.876,- |
| 29 dní         | 10.353,- | 9.483,-  | 9.773,-  | 9.193,- |
| 30 dní         | 10.710,- | 9.810,-  | 10.110,- | 9.510,- |
| 31 dní         | 11.067,- | 10.137,- | 10.447,- | 9.827,- |

### PLNÁ VÝŠE ÚHRADY ZA POBYT: STRAVA DIABETICKÁ od 1. 7. 2019

| Pokoj          | B/1.     | B/2.     | C/2.     | A/3.     |
|----------------|----------|----------|----------|----------|
| Ubytování /den | 210,-    | 180,-    | 190,-    | 170,-    |
| Strava/den     | 159,-    | 159,-    | 159,-    | 159,-    |
| Celkem/den     | 369,-    | 339,-    | 349,-    | 329,-    |
| Za měsíc:      |          |          |          |          |
| 28 dní         | 10.332,- | 9.492,-  | 9.772,-  | 9.212,-  |
| 29 dní         | 10.701,- | 9.831,-  | 10.121,- | 9.541,-  |
| 30 dní         | 11.070,- | 10.170,- | 10.470,- | 9.870,-  |
| 31 dní         | 11.439,- | 10.509,- | 10.819,- | 10.199,- |

### KALKULACE STRAVY od 1. 7. 2019

|                 | Potraviný | Režie | Celkem Kč |
|-----------------|-----------|-------|-----------|
| Snídaně         | 23        | 11    | 34        |
| Oběd            | 34        | 33    | 67        |
| Svačina         | 10        | 3     | 13        |
| Večeře          | 21        | 12    | 33        |
| Celkem rac./den | 88        | 59    | 147       |
| 2. večeře       | 9         | 3     | 12        |
| Celkem dia./den | 97        | 62    | 159       |

## Průběžné navyšování důchodů o 1.000 Kč

I nadále platí průběžné navyšování důchodů, jež bylo schválené od 1. ledna 2019. Toto opatření spočívá ve **zvýšení procentní výměry důchodu o 1.000 Kč u osob, které V PRŮBĚHU ROKU DOSÁHNOU 85 LET**. Záměrem tohoto navyšování bylo zvýšení životní úroveň těch osob, u kterých lze již téměř s jistotou předpokládat, že její případné zvýšení si nemohou zabezpečit samy, například ani částečným uplatněním na trhu práce. Od počátečního komplexního navýšení o 1.000 Kč došlo v následujících měsících o navýšení důchodu o 1.000 Kč u dvou klientů z DS. V měsíci červenci to budou další tři klienti DS a tento trend bude i nadále pokračovat v případě dovršení 85 let.

Zároveň Vám všem přejeme krásné prožití letních měsíců.

*Sociální pracovnice DS*

## ZÁBAVA A VOLNÝ ČAS

### Relaxační místnost - Snoezelen

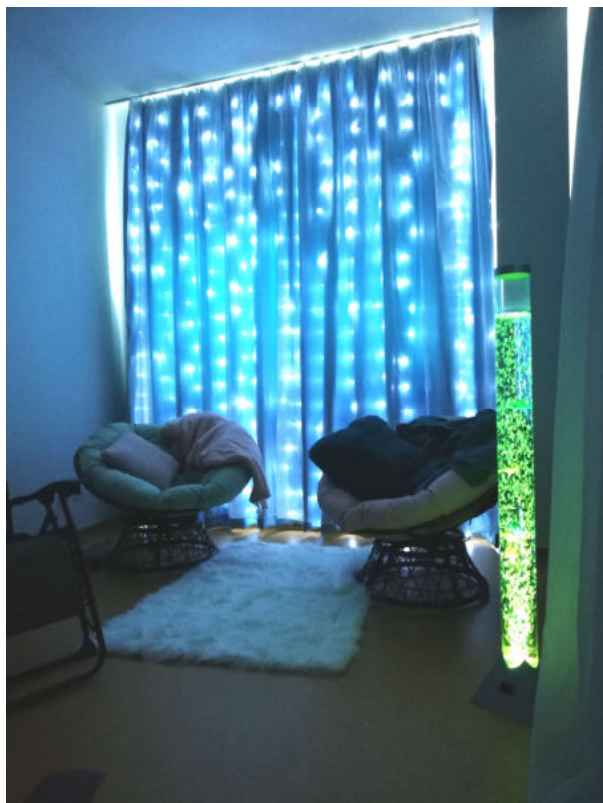
Snoezelen je speciální místnost určená k poskytnutí pozitivně naladěného prostředí, které může mít funkci relaxační, poznávací a interakční. Snoezelen nabízí poznání odlišných sensorických zkušeností, atmosféru vzájemné důvěry a bezstarostného uvolnění. Principem je vytvoření bezpečného stimulačního prostředí, které nabízí příjemnou atmosféru a smyslové podněty.

Prostředí plní funkci relaxační (cílem je celkové uvolnění navozené teplem, vůní, hudbou, tlumeným osvětlením ad.), poznávací (dětem umožňuje např. přemísťovat se, lézt, objevovat), interakční (stimuluje a vybízí k aktivitě, např. spustit masážní stroj, zhasnout). Důležitým prvkem je jeho variabilita, je využíváno pro všechny věkové skupiny.

Snoezelen je místem setkání v atmosféře důvěry a uvolnění. Jedná se o stimulaci a relaxaci. Je vědecky dokázáno, že působí na zlepšení zdraví – u psychických nemocí jako je stres, u fyzických onemocnění v rámci péče, při emocionálních potížích, při poruchách koncentrace – ADHD a dalších. Vede k uvolnění, ale může také aktivizovat, probouzet zájem, přinášet radost a pocit vzájemného sdílení.

V naší relaxační místnosti na DZR můžete využít technického vybavení k multi - smyslové stimulaci, jako jsou bublinkové vodní sloupy, optická vlákna, aroma lampa, speciální pohodlný měkký nábytek a další.

*Tímto bychom Vás rádi pozvali na multi – smyslový zážitek a relaxaci do naší relaxační místnosti na DZR.*



## Vtipy, tajenky

"Maminko, co to nosíš v  
bříšku?"

"Miminko!"

"A máš ho ráda?"

"To víš, že mám!"

"Tak proč si ho snědla?"

Manželka: "Viš co bych si  
přála na narozeniny?"

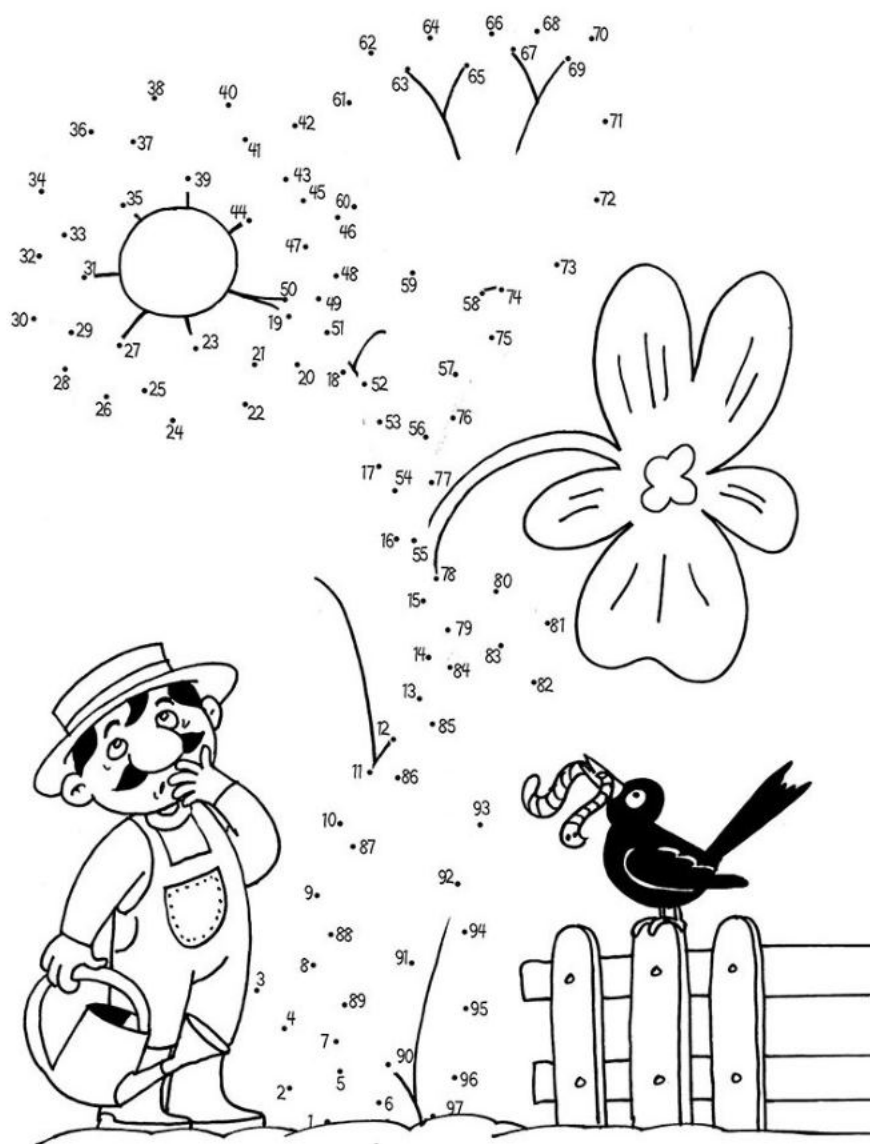
Manžel: "Tak povídej"

Manželka: "No, já bych chtěla  
něco, co udělá z 0 na 100 za 3  
vteřiny..."

Manžel trochu zapřemýšlí a  
řekne...

"Tak to ti koupím váhu!"

„Čím to je, že ti největší  
pitomci mají ty nejkrásnější  
ženy..." „I ty lichotníku!"  
přivinula se k němu manželka.



Pozdě večer přechází přes tmavý park osamělá žena, když se ze tmy náhle ozve:

"Stát!"

Žena se zastaví.

"Lehni!"

Žena si lehne.

"Plazit se!"

Žena je tak ustrašená, že se hned začne plazit. Po chvíli se nad ní někdo skloní a s účastí v hlase se zeptá:

"Paní, je vám špatně? Já tu sice cvičím svého psa, ale mohl bych vám zavolat doktora!"

## 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