



Čtvrtletník

# Jablíčko

časopis Sociálních služeb HB



4/2016 ročník 6.

číslo 24

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

strana 3



Vánoční posezení

strana 6



Novinky z lékařské  
ordinace

strana 9-10



Zahrada  
našeho domova



## Vánoční trhy v našem domově

Ve středu 23. listopadu se v našem domově rozléhala vánoční nálada. Pro naše uživatele a pro děti ze ZŠ Nuselská, se kterou již delší dobu spolupracujeme, jsme si připravili vánoční trhy. Nejen, že si všichni účastníci mohli za pomyslné peníze nakoupit

drobné dárečky, ale došlo i na zpívání koled, zdobení perníčků a krásné předvánoční odpoledne zakončila hudba v podání kapely Rose Band. Na celou akci se přišel podívat i pan starosta Tecl a paní místostarosta Mojžíšková. Všichni popřáli uživatelům i

dětem krásné svátky a zazpívali si s námi koledy. Myslím, že můžu mluvit za klienty, děti i personál a říct, že se celá akce báječně vydařila, všichni jsme se dobře bavili a to je to nejdůležitější.

**Zdena Lehmannová,**  
aktivizační pracovník

## Úvodník ředitelky



Dne 22.12.2016 v Domově pro seniory, Reynkova 3643 proběhlo setkání, které se dotklo srdcí všech přítomných. Mladá maminka Tereza Fironová nás navštívila se svou dcerkou Viktorkou. Setkání proběhlo na základě pozvání zaměstnanců Sociálních služeb města Havlíčkova Brodu, kteří chtěli Viktorku podpořit finančním darem a mamince sdělit, že na svoji životní situaci není sama. Jsou zde

lidé, kteří s ní cítí v její nelehké životní situaci. Viktorka trpí nevyléčitelnou nemocí, při které postupně ochabují svaly v jejím tělíčku včetně těch dýchacích. Tato nemoc dle lékařů bude pokračovat tak, že Viktorka začne své schopnosti postupně ztrácet, nebude moci sama polykat a později ani dýchat. Maminka Viktorky se ale snaží udělat vše, co může a zajistit Viktorce vše potřebné jako jsou pomůcky ke cvičení, vertikalizační pomůcky ke stání, později i domácí plicní ventilátor a hlavně pro obě získat čas, který jim dá alespoň malou naději, že bude vynalezen lék a Viktorka bude mít šanci zde být déle, než pouhé dva roky, které ji lékaři dávají.

Tento příběh vedl zaměstnance Sociálních služeb města Havlíčkova Brodu pomoci Viktorce a její mamince finančním darem.

Dětské oči Viktorky a slzy maminky vedly všechny přítomné k myšlenkám, jak je potřeba pomáhat lidem v nouzi. A mne vedla k zamýšlení, jací jsou zaměstnanci v Sociálních službách. Dávají porozumění a lásku seniorům při své práci, ale není jim lhostejný i osud okolních lidí mezi námi. „Za to si zaslouží všichni velké poděkování.“ sdělovala mi maminka malé Viktorky se slzami v očích.

Ráda bych také poděkovala všem, kdo se této akce podporující Viktorku zúčastnili. Moc si toho vážím, že lidem v naší organizaci není lhostejný osud potřebných.

Na závěr přeji všem čtenářům našeho časopisu do roku 2017 hodně zdraví, štěstí a lásky ať se Vám vše daří tak jak si přejete.

Vaše  
**Magdalena Kufrová,**  
ředitelka SSMHB

### BLAHOPŘEJEME

V uplynulých měsících oslavili narozeniny.

Všem klientům k jejich životnímu jubileu

#### GRATULUJME

a vše nejlepší, hodně zdraví a štěstí v roce 2017 přejeme i všem ostatním!

#### ŘÍJEN

Rejzková Ludmila  
Tachovská Marie  
Palán František  
Krupičková Marie  
Moravcová Anežka  
Burda Zdeněk  
Čiháková Iva  
Fuxová Irena  
Borovičková Ludmila  
Paulová Bedřiška  
Venzhöferová Milada  
Havlíková Eva, Mgr.  
Součková Hana  
Matoušková Oldřiška  
**Domovinka**  
Malečková Marie  
Prchalová Danuše

#### LISTOPAD

Krčálová Zdeňka  
Lukeslová Blanka  
Michelfeit Jaroslav  
Marková Marie  
Březinová Ludmila  
Čápková Věra  
Hiršová Emilie  
Hojná Jitka  
Prchalová Hana  
Marek Evžen  
Teclová Ludmila  
Trnková Irena  
**Domovinka**  
Kopřivová Alžběta  
Štrachová Marie

#### PROSINEC

Rezek Bohumil  
Michalíčková Marie  
Novotný Stanislav  
Hofmanová Miloslava  
Fučíková Soňa  
Pokorná Jarmila  
Jiráková Jarmila  
Šimánková Štěpánka  
Kubátová Marie  
Havel Jiří  
Vlodarčíková Marie  
Čelanská Libuše  
Záruba Josef  
**Domovinka**  
Štefánková Eva

## Přání do roku 2017

Tímto bych chtěl ze srdce popřát všem uživatelům a zaměstnancům Sociálních služeb města Havlíčkova Brodu do nového roku pevné zdraví, štěstí, lásku a porozumění. Jako starosta města bych si samozřejmě nejvíce přál, abyste byli v Havlíčkově Brodě spokojeni a hezky se Vám tady žilo.

**Mgr. Jan Tecl, starosta města**

Do nového roku bych chtěl popřát všem čtenářům a občanům hlavně zdraví, radost, štěstí, klid a po hodu.

**Ing. Čeněk Jůzl, místostarosta města**

Do nového roku bych všem chtěla popřát hodně štěstí, zdraví, lásky, životního optimismu a vždy úsměv na tváři.

**Bc. Ivana Mojžysková, místostarostka města**

Nejen všem klientům Sociálních služeb města Havlíčkova Brodu, ale všem čtenářům našeho Jablíčka, děkujeme za přízeň a těšíme se na příjemné počtení v roce 2017, který bude už sedmým v řadě, kdy časopis vydáváme. Pochopitelně přejeme hodně zdraví, štěstí a pohody!

**redakce časopisu Jablíčko**

## Vánoční posezení v Domě s pečovatelskou službou Na Výšině

V úterý 6. prosince navštívili obyvatele našeho Domu s pečovatelskou službou Na Výšině představitelé města v čele s panem starostou Janem Teclem. Toto předvánoční posezení vedení města a těch dříve narozených se stalo hezkou tradicí a obě strany se na toto setkání



upřímně těší. V příjemné atmosféře, svátečně vyzdobené jídelně a s všudypřítomnou vůní svařeného vína se hezky poví-

dalo o novinkách, které naše město v příštím roce čekají, co je nového a co zajímá naše seniory a pan starosta a oba

místostarostové paní Mojžysková a pan Honzárek ochotně odpovídali na všechny dotazy. Nechyběla ani velmi pěkná a spontánní kulturní vsuvka paní Prchalové, která s citem zarecitovala báseň a na její popud si všichni zazpívali koledu Nesem vám noviny. Celé setkání

navodilo opravdu sváteční náladu a doufáme, že si ji každý odnesl domů.

**Eva Šílová**

## Něco malého o práci pracovníků přímé péče

Náplní naší práce je zabezpečit uživatelům co nejlepší péči v oblasti základních lidských potřeb a celkově se snažíme, aby se naši uživatelé zde cítili jako doma. Naše práce je fyzicky i psychicky velmi náročná a určitě každá z nás musí mít kou-

sek té pravé lidskosti, abychom se mohli o naše seniory dobře postarat. Někteří uživatelé stárí, nemoci a různé rodinné problémy nesou hůře a na nás pak je být tou vrbou a pomocnou rukou, která jim mnohdy pomůže se s problémy smířit. Za

celý kolektiv pracovníků žlutého patra si troufám říci, že „je to dřina“, ale mnohonásobně se nám to vrací v podobě spokojených uživatelů, pochval od rodin nebo třeba jen úsměvem našich obyvatelů.

**kolektiv pracovníků přímé péče žlutého patra**

## Příprava na Vánoce

O čem budu psát se odehrávalo dávno v roce 1934 nebo v roce 1935.

Inspirovala mne k tomu známá píseň od Jaroslava Uhlíře a Zdeňka Svěráka : „To byl ten slavný den, kdy k nám byl zaveden elektrický proud.....“ Hned jsem si vzpomenu na svá dětská léta, kdy se toto dělo u naší babičky v Koutech pod kopcem Melechov. Můj otec byl nadšencem nových objevů a hned se snažil, pokud to šlo, zavést tyto novosti také pro sebe. Elektrický proud měl již zaveden do bytu i do kanceláře v Praze, kde tenkrát naše rodina žila. Jakmile se na trhu objevilo rádio, okamžitě si ho také pořídil. Nevadilo mu, že pořad se vysílal jen několikrát za den v určitou dobu z provizoria ze Kbel u Prahy.

Ihned ho napadlo, že elektrický proud zavede také babičce v Koutech. Nedávno velká část chalup vyhořela a elektrický proud částečně zamezí dalšímu ohni. Otec se svým nápadem svěřil starostovi. Ten byl pro elektrifikaci celé obce. Učinili objednávku u elektrického podniku a dalších firem, které k tomu byly potřeba. Starosta obdržel podrobný plán, jak se bude postupovat a také jak vysoké budou jednotlivé finanční náklady. Firma ve vlastní režii postavila elektrické sloupy až na okraj katastru obce. Dál si občané museli sloupy odkoupit. Obec zavedla elektrické osvětlení do školy, kde byla jedna místnost obecního úřadu. A také do chalupy, kde bydleli místní bezdomovci,

muži i ženy. K chalupě babičky stačily sloupy dva. K dalším se přidal mlynář, truhlář, pekař a jeden hostinský. To byla první etapa. Přišla čtená skupina montérů, kteří sloupy spojili elektrickými dráty, další označili v chalupách a objednaných provozních místnostech kudy povede elektrický proud ve zdi až doprostřed stropu, kde bude umístěna stahovací lampa. Připojili elektrické hodiny a každému zákazníkovi vysvětlili, jak se s vypínači a žárovkami zachází a jak vyměnit pojistky. Do Vánoc bylo vše hotovo.

V chalupách bylo po elektrikářích vše začištěno a místnosti uklizeny a vymalovány vápnem. Hospodyňky již v klidu mohly péci cukroví, vánočky a vše připravit pro vánoční dny.

Tenkrát jsme zcela výjimečně jeli na Vánoce k babičce. Otec jí vezl jako dárek zaplacený účet za provedené práce na chalupě jak v jejím výměnku, tak za rodinu jejího syna - hospodáře, neboť bydleli společně v jedné chalupě. A další překvapení od otce – pod stromeček nadělil Ježíšek babičce rádio a jejímu synu - hospodáři též. To bylo radosti !!! Ve večerních hodinách hrálo rádio a ona a její syn-hospodář měli řadu návštěv, které ten zázrak chtěly vidět a slyšet. Neuměly si vysvětlit, jak taková nalakovaná bedýnka může toto dokázat. Jedna tetka nelenila a odešla hledat muzikanty do chodby i na zápraží. Vrátila se zklamaná, nikoho nenašla.

Žárovky rozzářily celou chalupu, rádio hrálo vánoční koledy a purpura provoněla celý objekt. ŠTASTNÉ VÁNOCE!

Naším čtenářům přejeme krásné prožití vánočních svátků a do nového roku 2017 především přijatelné zdravíčko a úspěch ve všem konání.

**Věra Niklová**



## A to je ten pokrok, pokrok, pokrok, už jsme zase o krok, o krok dál

Tak si prozpěvoval můj otec, když se dohodl u babičky s jejím synem hospodářem, že již nebude mlátit po žních cepem obilí, ale že použijí mlátičku. Tu si u nějakého podniku vypůjčili i s odbornou obsluhou a byla přivezena na dvůr den před zahájením mlácení. Odborný pracovník ji předem vyzkoušel, zda správně funguje a druhý den se spustila brzo ráno naostro. K mlátičce se dopravil žebříňák vrchovatě naplněný snopy žitného obilí. Na ten den přijeli další členové rodiny, aby pomohli, kde bude třeba a také ze zvědavosti. Než se mlátička dala do pohybu, odborník, který mlátičku obsluhoval, rozdělil pracovníky k obsluze jednotlivých částí u mlátičky, informoval je, jak je nutné tu či onu část obsluhovat, jak vkládat snopy do mlátičky a pověřil dva pracovníky, kteří budou podávat vidlemi snopy ze žebříňáku nahoru na mlátičku. A spustil stroj. Ten vydával neuvěřitelně silný hluk, že nebylo slyšet vlastního slova. Za malou chvíli ho zastavil a dával nějaké pokyny obsluze nahoře na mlátičce. Kolem mlátičky se utvořil shluk zvědavců. Takový stroj viděli prvně v životě. Tu mezi ně vběhla nějaká stará babka, nad hlavou lomila rukama a silným hlasem volala: „Lidičky, lidičky, dejte honem pryč to ďáblov dílo! Proboha, propadnem se do pekel! Rychle, rychle, dělejte, dělejte, než se propadnem, já na to nebudu čekat!“, a rychle běžela pryč. Ve shluku lidí to zašumělo. Měli své dotazy, zda jsou cepy uvnitř a jak tam mohou mlátit, sype se z toho

zrno rovnou do pytle, vymlácená sláma se sbírá jinudy, také plevy, to je záhada! Toto jsme nikdy neviděli. Kdo na takové mlácení přišel? Teta, chtěla byste také takovou mlátičku? A další dotazy, záhada jak to asi funguje. Někdy se stalo, že obsluha hodila moc rychle snopy do mlátičky a ta se zastavila. Odborný pracovník vyskočil na mlátičku, ukázal, jak snopy zpět vyndat a kolik jich tam znovu dát, aby mlátička mohla fungovat. Když do pytle napadalo 50 kg vymláceného zrna, pytel se provazem uzavřel a odnesli ho rovnou na valník, připraven k odvozu do mlýna. Dal se tam nový pytel. Sláma se nosila zpět do stodoly. Některý člen personálu si ho upravil jako slamník pro lůžko, na kterém v noci ležel. Postelí v chalupě se pro všechny nedostalo. K tomu účelu byla pro některé využita půda, kde bylo tepleji než ve stodole. Na dvoře neustával hluk od mlátičky a lítalo kolem hodně prachu, že nebylo časem ani vidět kolem. A najednou hluk ustal.

Konečně **hotovo!** to si všichni oddychli. Babička vyběhla na dvůr a volala na syna – hospodáře: „Karle, jak jsi spokojený, šlo to dobře? „Maminko, je to velice úsporné. Představte si, /rodičům se tenkrát vykalo/ máme vymláceno všechno za jediný den i když připouštím, že to nebyla lehká práce. Ale víte dobře, jak dlouho jsme to mlátili ve stodole s cepem, i když jsme byli čtyři nebo i pět. Příští rok si opět mlátičku vypůjčím“. Hospodář se nyní musel věnovat vedoucímu od mlátičky. Ten měl připravený protokol,

kde zapsal jak dlouho se mlátilo, změřil na elektrických hodinách jen pro mlátičku, kolik se spotřebovalo elektrické energie a další údaje o provozu. Hospodář protokol podepsal, dal mu nějaké kapesné a pozval ho ke stolu na občerstvení. Mezitím se přihlížející rozešli, parta uklízela na dvoře nepořádek způsobený při mlácení. Mlátilo se bez velké přestávky od rána až do pozdních odpoledních hodin. Za tu dobu obsluha u mlátičky jen něco málo pojedla a hlavně bylo na programu pití, neboť byl krásný, slunný den. U dvou stolů bylo prostřeno pro patnáct osob. Podávala se bramborová polévka, segedinský guláš s knedlíkem a uzené maso se zelím a chlupatými knedlíky. Vše zmizelo jako bys mávl kouzelným proutkem. I soudek s pivem byl velmi žádaný a na řadu přišel i přípitek slivovice. Zešeřilo se, zábava byla v plném proudu. Vyšly první hvězdy na nebi. To již účastníci hodů usoudili, že po tak namáhavé práci je čas jít si odpočinout. Každý již věděl, kde má své místo na spaní. Dobrou noc, dobrou noc. S tímto pozdravem se všichni rozešli. Ticho se rozhostilo nad krajinou. Vyšel měsíc, posvítil si na dvůr, zda je všechno uklizeno. Za malou chvíli se také zachumlal do plovoucích mraků. Asi také usnul, již se na obloze neukázel. Dobrou noc, měsíčku na nebi vysokém.

To je ten pokrok, pokrok, pokrok, již jsme zase o krok, o krok dál.

**Věra Niklová**



## Novinky z lékařské ordinace

Vážení a milí čtenáři, rád bych Vás v tomto krátkém povídání pozdravil a představil se Vám. Jmenuji se MUDr. Ondřej Ondráček, a jak již mnozí víte, od října 2016 jsem převzal lékařskou ordinaci po paní doktorce Čihákové, která po mnoho let úspěšně pečovala o klienty Domova pro seniory v Reynkově ulici. Dovolím si zde uvést i svůj stručný životopis. Po maturitě na Gymnáziu v Chotěboři jsem studoval na Lékařské fakultě v Hradci Králové, kde jsem v roce 2012 také promoval. Poté jsem nastoupil do ordinace MUDr. Čihákové, a pod jejím vedením jsem úspěšně složil atestační zkoušku ze všeobecného praktického lékařství. Tímto také paní dok-

torce velice děkuji. I přesto, že největším koníčkem je pro mě práce lékaře, tak se dále věnuji např. četbě detektivek, sledování filmů či hraní šachu. Jsem ženatý a s manželkou se právě těšíme na příchod prvního potomka. Ale již dosti o mně.

Pevně doufám, že i v nadcházejících letech budeme pokračovat v příjemné a úspěšné spolupráci a mým velkým přáním je i mnoho spokojených pacientů. Vynasnažím se, abych byl pro Vás oporou a přínosem.

Na závěr mi dovolu, abych se s Vámi rozloučil přáním krásného a poklidného prožití vánočních svátků, pevného zdraví Vám všem i vašim rodinám a popřál Vám v novém roce 2017 hodně štěstí, lásky a pohody.

**MUDr. Ondřej Ondráček**

## Odlehčovací pobytová služba

Posláním odlehčovací pobytové služby je poskytnout po časově omezenou dobu seniorům a osobám s tělesným postižením převážně z regionu Havlíčkův Brod ubytování v příjemném prostředí, nezbytnou míru podpory a péče, např. v oblasti stravování, osobní hygieny a dalších činnostech, a umožnit rodině nebo jiné pečující osobě čas na nezbytný odpočinek.



Jedním z uživatelů odlehčovací pobytové služby je také paní Soňa Fučíková, které jsem se zeptala, proč právě ona tuto službu využívá:

Bydlím v bytovce v Pavlově v prvním patře. Do bytu mám 8 schodů a z bytu do sklepa dokonce 16. Dříve jsem to zvládala bez problémů, neměla jsem takové zdravotní potíže, nohy i ruce mi sloužily a tak pro mě nebyl problém dojít do sklepa a zatopit si. Uhlí a dřevo máme v kůlničce za bytovkou. Manžel odešel do domova důchodců a nyní jsem už dva a půl roku vdova. Dokud to šlo, dojela jsem si autobusem do Humpolce nakoupit. V létě je to jiné, doma to hravě zvládám, ale teď v zimě je to obtížné. Sice jsme nakoupili dřevěné brikety, které mám uskladněné v bytě, ale zase musím vynášet popel. Obědy odebírám třikrát týdně a naštěstí do Pavlova jezdí pojízdná prodejna, kam si mohu dojít alespoň pro základní potra-

viny. Sousedé se mi snaží pomáhat. Když ale dcera přišla s nápadem, že bych mohla nastoupit do Domova pro seniory, Reynkova a využívat odlehčovací pobytovou službu, nejprve se mi nechtělo. Přes jejich velké přesvědčování mě sem ale dostali a já si to tady nemohu vynachválit. Budu tu celkem tři měsíce – prosinec, leden, únor. Jednalo se nám hlavně o tyto zimní měsíce, kdy se musí doma topit. Navštěvuji zde muzikoterapii, mši svatou, knihovnu, mám ráda i ruční práce, ještě se chystám navštívit relaxační cvičení. Mám tady také spoustu známých a kamarádek, se kterými se navštěvuji a povídáme si. Jedné paní chodím dokonce předčítat na pokoj. V Pavlově jsem vedla 30 let knihovnu a tak ráda čtu. Moc se mi tady líbí, mám tu teplo, teplé jídlo, prostě jsem zde velice spokojena.

**Soňa Fučíková**

## Alšovská zima – sbírka básní

Prosinec, chalupy se krčí,  
sníh ke střeše až navátý,  
na pocestného z prahu vrčí,  
dobrácký ovčák huňatý.

Je ticho- jako po vymření,  
zvonečkem cinkne jenom smích.

Jak koně letí ve spřežení  
v prastarých saních dřevěných.

V houni jen starý vozka klímá

- má beranici do čela,  
rukama mrazem červenýma,  
zem-modré oči protřela.

Je soumrak –

vzduchem poletuje už vířivý a hebký sníh  
a ve všech oknech  
rozsvěcuje se jedno prosté slovo – klid.

Mám ráda nade všechno pravé lidské štěstí,  
které musí dopřát člověk stejně všem,  
mám ráda kameny i suché ratolesti,  
nade vše miluji svou zem.

Mé Čechy, země zimomřivá,  
kde srdce leckdy zazebou.

Však z dýmu práce je zahřívá  
i oblak hudby nad Tebou.

V klapotu mlýnů, v znění zvonců,  
uprostřed jáсотu a shonu  
národ svou melodii pěl.

Učí-li matka mluvit syna, či dceru,  
slyšíš tam skřivánky?

Sladká ústa maminčina,  
když učila nás říkanky.

Lidé zpívají – toť zemský ráj,  
kde, jen tak krásnou zemi mají,  
nikde, nikde světa kraj.

I kdyby skýva suchá byla,  
kúrky jen potem solené,  
z té země jde k nám síla,  
k prostému stříbru pramene.

Ať lidé třeba lají,  
ze všech zemí jsi jediná,  
má rodná zem.

Za zamrzlým oknem lehce poletuje sníh.  
do obydlí se vloudila radost a dětský smích.

Přeji Vám do nového roku život plný radostí,  
pohody a spokojenosti.

Smutek a zloba,  
ať se Vám vyhýbají,  
štěstí s láskou,  
ať Vás stále rádi mají.

**Ludmila Prchalová**

## Ohlédnutí za akcemi v domově

V říjnu jsme vyrazili na výlet do Dýňového světa v Nové Vsi u Leštiny. Jelikož bylo ale nepříznivé počasí a do deště se nám nechtělo ani vylézat z auta, jen jsme si objeli okolí a pokochali se krajinou. Dále nás navštívil pan Beránek se svojí zajímavou přednáškou o požární bezpečnosti. Jednou měsíčně nás navštěvuje pan Kotlas a promítá nám dokumenty o krásách české přírody, uživatelé se na jeho promítání vždy moc těší. Jako novinku jsme tu měli skupinu Solideo, která se specializuje na interpretaci instrumentální a vokální hudby gotické, renesanční a barokní. Také jsme se opětovně vydali

do Peleškovské hospůdky, kde jsme si při doprovodu kytary vychutnali místní bramboráčky. Na vánoční trhy, které jsme pořádali zde v domově, jsme s uživateli napekly řadu perníčků, po kterých se na trhách jen zaprášilo. Začátkem prosince jsme si užili čertovské odpoledne, kdy nás navštívily děti ze ZŠ Wolkerova se svým čertovským programem. Paní spisovatelka Hejkalová, paní poslankyně Fischerová, ředitelka KK Vysočiny paní Hladíková, paní Domkářová a naše paní ředitelka Kufrová při této akci ozdobily již tradičně vánoční stromeček. Také nás k naší veliké radosti navštívil pě-

vecký sbor Oříšek, na který se vždy moc těšíme. Po celý adventní čas se zde konala vystoupení různých základních a mateřských havlíčkobrodských škol, díky nimž jsme se všichni mile naladili na přicházející vánoční čas. Na Štědrý den jsme si s paní ředitelkou při doprovodu kytary paní Ranecké zapívali pár vánočních koled a poslední den v roce nám k poslechu zahrála kapela Sádlo v pohybu. Věříme, že i v roce 2017 nám zachová svou přízeň spousta vystupujících, kteří nám svými kulturními programy obohacují všední dny.

**Petra Plodíková,  
aktivizační pracovník**

## To byl ten slavný den, kdy k nám byl zaveden elektrický proud...

Když jsem prvně slyšela tuto píseň od Jaroslava Uhlíře a Zdeňka Svěráka, hned jsem si vzpomenu na svá dětská léta, kdy se toto dělo u naší babičky v Koutech pod kopcem Melechov. To se psal rok 1934 nebo 1935. Můj otec byl nadšencem nových objevů a hned se snažil tyto novosti zavést také pro sebe. Elektrický proud již měl doma v Praze, kde tenkrát naše rodina žila. Samozřejmě, že si také hned pořídil rádio. Pořad se vysílal z nějakého provizoria ze Kbel u Prahy jen několikrát za den v určitou dobu. U naší babičky v Koutech toto zařízení postrádal, ale měl v úmyslu, aby babička také toto rádio vlastnila. Mělo to být i pro rodinu jejího syna. Bydleli společně v jedné chalupě. A tak se také stalo. Otec se svým nápadem došel za starostou obce. Ten svolal občany, kde jim vysvětlil o co jde a zda se zavedením električiny do vsi souhlasí. Většina byla pro. Nevím, jak se tenkrát elektrický podnik jmeno-

val. Postavil elektrické sloupy až na okraj katastru obce. Dál si občané sloupy museli odkoupit. Obec zavedla elektrické osvětlení do školy. Pro naši babičku stačily sloupy dva, k dalším se přidal truhlář a pekař jako první etapa. Přišla čtená skupina montérů, kteří položili elektrické dráty, připojili elektrické hodiny. Každému zákazníkovi vysvětlili, jak se s vypínači a žárovkami zachází a k čemu jsou elektrické hodiny. A už u babičky hrálo rádio a ve večerních hodinách měla ona i její syn-hospodář řadu návštěv, kteří ten zázrak chtěli vidět a slyšet. Neuměli si vysvětlit, jak taková bedýnka může toto dokázat. Ale to nebylo ještě vše. Z chalup mizely petrolejové lampy a vařiče. Hospodyňky si je uložily pro všechny případy. Babičky starší bratr, švec si také pořídil rádio. To byl pro něj velmi důležitý přístroj. Byl pověřen ohlašovat čas a ostatní důležité zprávy na místním zvonu. Již se nemusel

řídít svými hodinami, ale využil hlášení času z rádia, který byl přesný. Údery zvonu ohlašoval v létě šest hodin ráno, v zimě v sedm, v poledne ve dvanáct hodin, večer v devatenáct a v osmáct podle ročního období. Ale děda, jak jsem mu já říkala, měl na každou hodinu jiný rytmus zvonu. Měl na to své říkánky. V poledne například: „Dej mouky na vdolky, pro naše pacholky....atd.“ Když něco ve vsi hořelo či stalo se jiné neštěstí, zvon tloukl na poplach, když někdo zemřel, zvonil umíráček. Ale na to děda rádio nepotřeboval. Velebný hlas zvonu se šířil daleko po okolí a ozvěnou, která hladila duši se vracel z lesa rozechvěně zpět do údolí. Harmonie s překrásnou přírodou. Tento zvyk dlouho přetrval. Dodnes je zvon na svém starém místě zavěšen na památku na kmenu staré lípy.

**Věra Niklová**

### Místo zvonu rádio

Babičky starší bratr, švec, si také pořídil rádio. To byl pro něj velmi důležitý přístroj. Byl pověřen ohlašovat čas a ostatní důležité zprávy na místním zvonu. Již se nemusel řídit svými hodinami, ale využil hlášení času z rádia, který byl přesný. Údery zvonu ohlašoval podle ročního období. V létě o hodinu

dřív. Ale děda, jak jsem mu já říkala, měl na každou hodinu jiný rytmus zvonu. A k tomu své říkánky do taktu. Například v poledne : „Dej mouky na vdolky, pro naše pacholky....atd.“ Když ve vsi hořelo, či stalo se jiné neštěstí, zvon tloukl na poplach, když někdo ve vsi zemřel, zvonil umíráček. Ale na to děda rádio

nepotřeboval.

Velebný hlas zvonu se šířil daleko po okolí a ozvěnou, která hladila duši, se vracel z lesa rozechvěně zpět do údolí. Harmonie s překrásnou přírodou. Tento zvyk dlouho přetrval. Dodnes je zvon na svém starém místě zavěšen na památku na kmenu staré lípy.

**Věra Niklová**

Chcete přispívat do Jablíčka? Máte pro nás nějaké nápady, připomínky?

Napište nám na [terapie@ssmhb.cz](mailto:terapie@ssmhb.cz)!

## Zahrada našeho domova

Milí čtenáři, přeji Vám hezké dny. Máme tu zimu, pro zahrádkáře klidnější období, kdy můžeme chvíli odpočívat a těšit se ze zpracované úrody, chodit krmit ptáčky a plánovat další sezónu na své zahrádce.

Do jara můžeme na zahradě ponechat přezimující druhy zeleniny: růžičkovou kapustu, kadeřávek, pórek, zimní naťovou cibuli, a využívat jejich vitamínů a drahocenných látek pro náš organismus. Ochraňujeme keře a stromy proti okusování zvěří, prořezáváme jabloně a sypeme do krmítek ptáčkům, kteří nám pomáhají na jaře tím, že se krmí hmyzími škůdci. Keře růží a teplomilných rostlin ochraňujeme přikrývkou z

chvojí. Kontrolujeme na zimu uskladněné ovoce a zeleninu, zaléváme uschované květináče s teplomilnými rostlinami.

V zimě si dopřáváme převážně tepelně upravenou stravu a vaříme a pečeme ji delší dobu, aby nám dodala více tepla. Ze zelenin vaříme hlavně tu kořenovou, kapustu, zelí a všechny cibulovité zeleniny a česnek, které zahřívají. Z ovoce jíme jablka a hrušky. Jíme vlašské a lískové ořechy, semínka mandlí a slunečnice. Vitamíny doplňujeme konzumací kvašeného zelí a křenu. V zimě můžeme také jíst více kvalitního masa, rybího masa z kapra a českých sladkovodních ryb.

Pijeme bylinkové čaje z bylin, které jsme si v létě nasušili. By-

linné sirupy a medy z pampelišky, černého bezu, máty, mateřídoušky se hodí do bylinných čajů, zvýší jejich léčivý účinek. Pro zahřátí pijeme čaj černý nebo zelený s kořením: skořicí, zázvorem, hřebíčkem atd. (zdroj kniha: Magdaléna Staňková-Kröhnová: Bylinky pro děti a maminky)

A právě o koření Vám dnes píši. Zůstaneme v teple domova a budeme si užívat chuť i vůni vanilky, hřebíčku, badyánu a skořice.

Přeji hezké čtení a těším se, že se spolu naladíme na kouzelnou vánoční atmosféru.

Na shledanou v novém roce

**Petra Vencová**

**Badyán** (zdroj kniha: Magdaléna Staňková-Kröhnová: Bylinky pro děti a maminky)

Voňavé hvězdičky badyánu jsou sušené plody stromu Badyáníku pravého pocházejícího z Číny, kde byl jako koření i lék známý už před 3000 lety. Pro svou anýzovou nasládlou chuť a vůni se používá do ochucování bonbónů a likérů. Celé plody se používají na vánoční dekorace a do pečiva se používá badyán mletý práškový. Žvýkáním badyánu si osvěžíme dech, podporuje trávení a zklidňuje organismus.



**Skořice** (zdroj kniha: Magdaléna Staňková-Kröhnová: Bylinky pro děti a maminky)

Skořice pochází z ostrova Srí Lanka a má teplou, příjemně dřevitou sladkou vůni. Skořicovníkové zahrady na ostrově Srí Lanka leží u pobřeží, rostou tam mladé stromky v hustých trsech, ze kterých seřezávají dělníci tenké pruhy kůry k sušení. Pěstuje se také v Číně, na Jávě a Sumatře. Skořice je velmi staré léčivo a koření, hovoří o ní už Starý zákon, byla jedním z koření, které Bůh doporučovat Mojžíšovi vzít s sebou do Egypta. Do Evropy se dostala v polovině 16. století. Skořice je silným desinfekčním prostředkem s antibiotickým působením. Zlepšuje trávení a odkašlávání, působí proti nadýmání a průjmům, podporuje krevní oběh.



**Hřebíček** (zdroj: [www.celosnimedicina.cz](http://www.celosnimedicina.cz))

Hřebíček plod Hřebíkovce vonného je v Číně znám jako koření již 2500 let. Sbírá se z něj kalich s poupětem. Silice hřebíčku brzdí růst mikroorganismů, místně prokrvuje a tlumí lokálně i bolest, stimuluje tvorbu trávicích šťáv, odpuzuje hmyz a také revmatismus.

Účinnou ústní vodu lze vyrobit rozmícháním několika kapek hřebíčkové silice (nebo kávové lžičky tinktury) v deci vody.



*Pokračování na straně 8.*

*Pokračování ze strany 7.*

Touto vodou lze kloktat při potížích a bolestech v krku, případně ji inhalovat při problémech se zá-  
nětlivými průduškami pro její dezinfekční efekt.

Podobně lze nechat odpařovat do místnosti čistou hřebíčkovou silici, která silně odpuzuje hmyz.  
Pro tento účel stačí nechat hřebíčkovou vodu na talíři v místnosti v blízkosti okna a mouchy i ko-  
máři si návštěvu u vás rozmyslí. Hřebíček nevoní ani mravencům, takže přidáte-li lžičku silice  
nebo lžici tinktury do kbelíku s vodou na mytí podlah, odmítnou mravenčí faraóni pochodovat po  
umytých plochách.

Hřebíčková silice se pro její prokrvující a bolest tlumící schopnost používá i při revmatizmu na bo-  
lavé klouby či svaly nebo do masť a masírovacích prostředků.

Hřebíček jako koření zlepšuje chuť k jídlu a uvolňuje křeče v břiše související se špatným tráve-  
ním, zlepšuje vylučování trávicích enzymů a ubližuje patogenním mikroorganismům ve střevech  
způsobujícím koliky, průjemy a přílišnou plynatost.

Je uváděn i příznivý efekt na afty, proti zvracení, pro snížení cukru, ke zklidnění pokožky, posílení  
organismu a zlepšení spánku.

## **Vanilka** (zdroj: [www.celosnimedicina.cz](http://www.celosnimedicina.cz))

Vanilka pochází z Mexika, je to fermentovaná tobolka některých druhů  
orchidejí rodu Vanilovník. Hlavní obsaženou látkou je vanilin, který je  
zdrojem příjemné vůně a sladké chuti, další důležitou látkou je piperonal, cel-  
kem však vanilka obsahuje kolem dvou stovek obsažených látek.

Vanilka je silným afrodisiakem, používala se na snížení horečky, v aromaterapii se po-  
užívá pro svůj zklidňující účinek, což pomáhá při stresu a stavech úzkosti a napětí. V součas-  
nosti se hojně používá v potravinářském průmyslu jako přísada do sladkých jídel (zmrzlina,  
čokolády, pudinků). Použití našla i v kosmetice při výrobě parfémů.



## **Hudba léčí**

### **1. část - úvod**

Mnoho lidí dnes hledá způsob, jak ozdravit tělo i mysl. Žijeme v hektické rychlé době, stále spěcháme a kolem nás se všechno rychle mění. Někdy je v nás nepohoda, mráz, vichr, slova nás matou. Existuje ovšem řeč beze slov a i tak nás umí obohatit, potěšit a rozesmát. Je to hudba.

Už kdysi dávno byla hudba prostředkem komunikace a rozhodně měla jinou funkci než plní hlavně dnes. V do-  
bách, kdy si ještě zpívali a tančili všichni ( nejen ti, co měli talent a diplom), kdy se ještě neměřil čas a prostor jen penězi, zpěv léčil jedince a posiloval vztahy i celá spole-  
čenství. V proudu rytmu a lásky spojoval lidi s podstatou života. Jenom když se zamys-  
líme nad texty mnoha lidových

a zlidovělých písní, tak pře-  
vládá láska, štěstí, radost. Mládenci si namlouvali děv-  
čata písní a tancem.

Hudba byla jedním z hlavních komunikačních prostředků už v pravěkých dobách. Lidé se dorozumívali posunky a po-  
mocí bubnů. Léčili se společ-  
nými rituály. Postupem doby přibývaly další hudební ná-  
stroje, lidé využívali všech do-  
stupných materiálů a čas trávil jejich vyráběním. Hudba je povzbuzovala k aktivitě a jejím účelem bylo zahnání ne-  
gativního myšlení.

Dnes má hudba mnoho podob, mnoho nástrojů, druhů, stylů a každý z nás rád poslouchá něco jiného. I tak se ale nevědomky obracíme k hudbě, hlavně, když se necí-  
tíme dobře, máme smutnou

náladu a snažíme se, aby nám bylo lépe. Pouštíme si hudbu v rádiu, v autě, v televizi nebo si jen tak zazpíváme a možná ani netušíme, jak na nás hudba působí. V tomto krát-  
kém seriálu bych Vás ráda se-  
známila s několika hudebními styly, zajímavostmi ze světa hudby a hlavně s jejími po-  
ziitivními účinky na naše tělo a mysl. Vnímání hudby nás mo-  
tivuje poslouchat nejen jí, ale hlavně sami sebe, což většina z nás neumí. Tak se pojďme společně naladit hudbou mo-  
mentálně na atmosféru vánoč-  
ních svátků krásnou koledou „Purpura“, určitě ji všichni znáte. Krásné svátky a v příš-  
tím Jablíčku pokračování.

**Vladka Ranecká,**  
**aktivizační pracovník**

## Jaroslav Tlustý: Příběh mého života

Milí čtenáři, rádi bychom Vám tímto životním příběhem předali vzpomínky pana Jaroslava Tlustého, který byl od roku 2010 klientem Domova pro seniory Reynkova. Bohužel pan Tlustý v prosinci 2015 zemřel a jeho příběh ne-

stačil prezentovat, jak zamýšlel. Proto jsme se rozhodli (a věříme, že by tomu byl pan Tlustý rád) zveřejnit jeho vzpomínky touto cestou.

Pan Jaroslav Tlustý přemýšlel o sepsání svých vzpomínek delší dobu. V minulém roce se se-

známil s paní Tomšů (dobrovolnicí Domova pro seniory Reynkova), která ho v jeho váhání podpořila, nabídla se, že mu se sepsáním pomůže a takto hezky to dopadlo. Příběh publikujeme na pokračování.

### Část čtvrtá – PRÁCE A VOJNA

Po ukončení měšťanky v roce 1939, jsem začal pracovat jako dělník na regulaci potoka, která se dělala od Martěnic přes Záboří a Proseč, až do Zderazu.

V zimě roku 1939 byly velké mrazy a hodně sněhu, bylo potřeba všech lidí z obce na prohánění sněhu a zprůjezdnění silnice, aby mohl pan Vobejda přijet s koňmi a přivést poštu, potraviny a pokud bylo potřeba někoho dovést na ošetření do špitálu, jak se dříve nazývala nemocnice. Tatínek mně vyrobil ze slámy boty, které byly ovázány staršími provazy z bot, aby mně neumrzly prsty na nohou. Také dovážel z lesa dřevo na zatopení. V roce 1940 jsem nastoupil, jako všichni mí sourozenci, do továrny k panu Jarchovskému. Toto místo mně vyřídil můj bratr Miroslav. Pracoval jsem na vyřezávání ozdobných zářezů na čibuku. Tato práce se mně moc nelíbila, vydržel jsem tam přes rok, pak jsem se domluvil s panem Jarchovským, že půjdu pracovat na opravy silnic, tam jsem pracoval do nástupu do základní vojenské služby. Než jsem byl odveden, tak jsem měl velkou starost, abych nebyl přidělen ke koním, neboť pan Vobejda jednou v zimě chtěl projet s koňmi, tak se stalo, že jsem se

přitočil ke koni, chtěl jsem mu vyházet větší místo a on mně chytl za hlavu, strhl mně čepici a shodil mě na zem. Pan Vobejda velmi silně zatáhl za opratě a tím zastavil koně. Mně zůstal hrůzný zážitek na zbytek života.

Naštěstí měsíc po odvodu jsem dostal povolávací rozkaz, který zněl k nástupu k železničnímu vojsku do Pardubic. V roce 1946 zemřel tatínek a maminka to velmi těžce nesla, a tak jsem ještě zůstal doma. Vlastnili jsme kousek pole, kde jsme pěstovali brambory, trochu zelí a jedlou řepu, ze které se dělala povidla a maminka je dávala do koláčů nebo na placky.

V roce 1948 jsem tedy nastoupil základní vojenskou službu v Pardubicích k železničnímu vojsku, tam jsem se dostal k druhé rotě, kde byl velitel štábní kapitán Cinoltr. Nevím, zda jsem měl takové štěstí, nebo smůlu, ale byl jsem zvolen velitelem světnice. Na světnici nás bylo dvanáct, postele byly nad sebou. Jako velitel světnice jsem měl na starosti dohled nad úklidem a dodržováním vojenského řádu. Zároveň jsem byl poslán do poddůstojnické školy. Měl jsem obavy, že to nezvládnou, a tak jsem chodil po skončení pracovní doby do knihovny, kde

jsem se učil techniku, návěstní předpisy a dopravu. Celkem to byly obsáhlé. Při čtení potřebných jsem si říkal, že tohle se nemohu nikdy naučit. Do poddůstojnické školy jsem nastoupil a začal se pomalu učit. Zároveň jsem se věnoval s ostatními vojáky odpoledním cvičením, což byl fotbal, odbíjená, košíková. Pořádaly se soutěže mezi ostatními rotami. Po přísaze nastalo větší volno a byla možnost jít ve městě do kina, divadla i hospody, ne se však opít, i když i toto se občas stávalo. Byli jsme mladí, svobodní a celkem bez starostí.

Při hledání dobrovolníků na škrábání brambor jsem se s několika vojíny přihlásil, vojenská kuchyně byla dobře zásobna, a tak jsme se měli dobře. Několikrát jsem se účastnil poplachu, kdy proběhla i kontrola, zda máme plnou polní. Zároveň se mnou nastoupil na vojenskou službu Jan Dejmek z vedlejší vesnice Podměstí. Kamarád Dejmek hrozně chrápal, a tak jednou vojíni, kteří s ním byli na cimře, mu, když spal, vynesli postel na chodbu a to tak opatrně, že se ani nevzbudil, dali mu do úst kornout z papíru a ten zapálili, naštěstí jsem k němu doběhl dřív, než se stalo neštěstí. Ani nedošlo k popálení, ale takhle to na vojně chodilo a

myslím si, že je to tak dodnes.

*Pokračování na straně 9.*

Byl jsem poslán do Hradce Králové na výcvik sportu, abych mohl více motivovat ostatní vojáky ve sportu. Sport mě začal velmi bavit, zvláště ragby. Bylo to něco nového a tímto sportem jsem nadchl i ostatní vojáky, ani nevadilo, že byli občas odřeni a to nejen na rukou a nohou, ale také na břiše, protože jsme to hráli na škváře. Správné hřiště pro tento sport jsme neměli k dispozici.

V zimě bylo několikrát vyhlášeno vojenské cvičení, které bylo náročné, ale vojna je prostě vojna a jak se říká „vojna není kojná“. Můj bratr, který pracoval v Hradci Králové, mně nosil v tašce buchty od maminky, o které jsem se rád podělil, akorát nešlo podělit všechny, protože tolik buchet mně zase maminka nenapekla. Každý voják musel pravidelně chodit k holiči, stříhali nás dohola. Po půl roce jsem byl odvelen do Chrasti u Chrudimi k železničnímu vojsku, kde se hlídaly velké sklady munice. Než jsem byl převelen, tak jsem byl povýšen do hodnosti svobodníka.

Při hlídání muničního skladu jsem měl na starosti rozdělení služeb vojáků. Jednou za mnou přišel voják Jarda Rolínek s tím, že potřebuje jet domů odpoledne a vrátit se druhý den ráno. Za toto volno slíbil dovézt buchty. Chvilí jsem váhal, zda ho mám pustit, neboť to bylo bez povolení, takzvané propustky, ale představa domácích buchet byla silná a zároveň jsem věděl, že

je na něj spolehnutí, když řekne, že ráno přijede, tak určitě přijede. Službu jsem vzal za něho a jen jsem měl obavy, aby nás nepřijel zkontrolovat štábní kapitán. Druhý den ráno se opravdu voják Rolínek dostavil i se slíbenými buchtami. Každý dostal dokonce dvě. No a pak přijel kapitán, ale to už nezbyl po buchtách ani drobeček, byly snědены a vše probíhalo dle vojenského řádu.

Jedno odpoledne se konalo sportovní odpoledne a já dostal za úkol obsluhovat manželky důstojníků. Podávaly se párky, dršťková polévka, guláš, pivo, voda. Manželky důstojníků mě za donesené jídlo vždy strčily do kapsy pár drobných, nebo je daly na táč, na kterém jsem odnášel použité nádobí, no a večer jsem se nestačil divit, kolik korun jsem si vydělal. Bylo to více, než kolik jsem si vydělával na stavbě.

Po třech měsících jsem byl odvelen do Milovic u Lysé nad Labem na železniční stanici a tam jsem už měl hotové zkoušky na průvodčího vojenských vlaků. Jednou se nám stalo, že jsme měli připravit vlak pro vojenskou delegaci, vlak jsme vypulírovali vzorně po vojsku a to jak vevnitř, tak i zvenku. Delegace nastoupila, byl dán pokyn k odjezdu, ale došlo k chybě, nikdo nezkontroloval připojení lokomotivy s vlakem. No naštěstí se to zvládlo, než si toho nadřízení všimli, že vlak stojí a lokomotiva se pomalu rozjíždí. Kontrola vlaku, zda bude správně vypraven, byla svěřena majoru Palečkovi. Ani on si tohoto pochybení nevšiml. Vlak nakonec v pořádku odjel a my si všichni

oddechli.

Rád jsem se chodil dívat na stadion, kde trénoval Emil Zátopek. Emil Zátopek trénoval v Milovicích, sám běhal na stadionu po oválu a to 3000 m, 5000 m, 10000 m, až pak začal trénovat s trenérem. Veškerou energii věnoval běhání, jeho obrovská vůle porazit celý svět se mu podařila. Stal se jedním z nejlepších sportovců na světě. Kromě toho, že dokázal ke sportu přivést svým příkladem mnoho mladých sportovců, tak také zviditelnil naši republiku.

Po půl roce v Milovicích jsem byl převelen zpátky do Pardubic, opět k železničnímu vojsku. Z Milovic se nám nechtělo, tam jsme se měli dobře, jak na vojenské cvičení, tak na jídlo. Zkrátka příjemná vojna. Na vojně se holt musí plnit rozkaz, ať se chce, nebo ne. V Pardubicích jsme u železničního pluku začali tím, že jsme nováčkům plnili strožoky slámou. My staří mazáci jsme chodili na cvičák za pochodu písni „Auta, tanky to jsou zázraky, kam se na nás hrabou na vlaky“, s touto písní, na které jsme si zakládali, jsme vpochozovali na cvičák a to v plné polní, tak uběhl poslední půl rok vojny.

Z vojny se mně moc nechtělo, musím s odstupem času říct, že to bylo jedno z nejkrásnějších období v mém životě, byl jsem povýšen na hodnost svobodníka. Při odchodu z vojny jsem dostal osvědčení, že mohu v civilu nastoupit u dráhy, jako vlakvedoucí.

*pokračování příště*

**Na základě vyprávění  
Jaroslava Tlustého sepsala  
Jana Tomšů**

## Centrum pro seniory – stacionář nebo snad známější Domovinka

Těžké začátky, boj o klienty, šíření osvěty, malý zájem. To jsou pojmy, které již dávno neplatí. Počet klientů s platnou smlouvou je k dnešnímu dni 36. O službu denního stacionáře je mezi veřejností stále větší zájem, dostáváme se pomalu spíše do situace, kdy nejsme schopni plně uspokojit požadavky každého žadatele. Zájem klientů a jejich rodin o využití našich služeb je pro nás důležitým ukazatelem kvality poskytované služby.

### Nejčastěji využívané úkony jsou:

- 1) doprava osoby a jejích věcí ve městě
- 2) pomoc a podpora při podávání jídla a pití
- 3) pomoc při oblékání a svlékání
- 4) pomoc při prostorové orientaci
- 5) pomoc při použití wc
- 6) pomoc při úkonech os. hygieny
- 7) dopolední a odpolední činnosti pro nácvik a upevnění motorických, psychických a sociálních schopností

Co klient, to individuální přístup a vytváření plánu péče na tělo. Každý člověk je jedinečný originál a při práci s klienty dbáme na naplnění individuálních potřeb a přání, každý klient potřebuje jinou míru podpory. Přibývá klientů trpících různými formami demence. U nich je péče nejnáročnější z hlediska psychiky, zásadní je ovšem pro pečující rodiny, které potřebují odpočinek snad více než jiní. V současné době pečujeme také o 3 klienty, kteří jsou upoutáni na invalidní vozík. Práce u nich je náročná zejména po fyzické stránce. Naši zaměstnanci jsou ale profesionálové a o každého klienta pečují s vysokou mírou odbornosti nejlépe, jak dokáží. Důležité při poskytování kvalitní péče je také kontakt a komunikace s rodinou, bez toho by mnohdy nebylo možné nastavit službu adekvátně potřebám klientů.

Ačkoliv je práce ve stacionáři velmi náročná, stále říkáme, že služba denního stacionáře je nejhezčí službou, která je PO SSMHB poskytována. Atmosféru, kterou naši klienti a personál společně vytváří je pro nás poděkováním a dobří nás všechny.

**kolektiv pracovníků Domovinky**

### \* HUMOR \* HUMOR \* HUMOR \* HUMOR \* HUMOR \* HUMOR \* HUMOR \*

Pan Honásek se opozdil s vánočními nákupy a tak na Štědrý den stojí v poloprázdné samoobsluze a ptá se prodavačky, jestli mají něco levného, hezkého a praktického? „Zbyly nám tu celkem pěkné utěrky, pro koho to má být?“ „Pro mou ženu.“ „Tak to bude jistě překvapení!“ „To si pište, myslí si totiž, že dostane kabát!“

„Mami, mami, hoří vánoční stromeček!“ „Neříká se, že hoří, říká se, že svítí, Petříku.“ „Mami, záclony už taky svítí!“

„Tati a odkud je vlastně Ježíšek?“ ptá se pětiletý syn otce pod tromečkem. „Když se podívám na většinu etiket z dárků, tak bych řekl, že z Číny.“

Kubík se ptá celý nadšený pod vánočním stromečkem svých rodičů: „Tohle všechno mi přinesl Ježíšek?“ „Ano Kubíčku.“ Na to si dá Kubík ruce v bok a načuřeně se zeptá: „A co jste mi teda koupili vy?“

„Mami, já bych chtěl k Vánocům psa!“ prosí Michálek maminku. „Nic si nevymýšlej, budeš mít kapra, jako my všichni.“

## Křížovka

Vyplněnou křížovku se správnou tajenkou odevzdejte na recepci DS Reynkova do 10. února, tři vylosovaní luštitelé získají hodnotné ceny.

“VÁNOCE JSOU PŘÍLIŠ KRÁTKÉ NA TO, ABY V LIDSKÝCH SRDCÍCH ROZTÁL LED, KTERÝ .....tajenka.....!”

|   |   |   |   |   |  |  |  |
|---|---|---|---|---|--|--|--|
| 1 | P |   |   | É |  |  |  |
| 2 |   | S |   | A |  |  |  |
| 3 |   |   | P | E |  |  |  |
| 4 |   |   |   | Z |  |  |  |
| 5 |   |   | P | O |  |  |  |
| 6 |   | M |   | G |  |  |  |
| 7 | G |   |   | D |  |  |  |

|   |   |   |   |  |  |  |  |
|---|---|---|---|--|--|--|--|
| M |   |   | E |  |  |  |  |
|   | F |   | Z |  |  |  |  |
|   |   | V | I |  |  |  |  |
|   |   |   | M |  |  |  |  |
|   |   | R | O |  |  |  |  |
|   | M |   | R |  |  |  |  |
| M |   |   | Ý |  |  |  |  |

1. BYTOST Z VIDEOHER
2. ALPINUM
3. PEKÁRENSKÁ FIRMA
4. ÚSPĚCH
5. ZÁPASNICKÝ CHVAT
6. FÚRIE
7. MEČÍK

- AMANT  
LUŠTĚNINA  
ETHENYL  
PŘÍJEMNÝ  
ČÁST MOTORU  
AFRICKÝ STÁT  
DOPLNĚK PÁNSKÉHO ODĚVU

POMŮCKA: PENAM, POKÉMON, PORAZ, VINYL, SKALKA

Autorkou křížovky je Markéta Kufrová.

- **Redakce:** Věra Niklová, Ludmila Prchalová, Jitka
- Hojná a další přispěvatelé
- **Redakční rada:** Ondřej Rázl, Magdaléna Kufrová, Petra Plodíková, Zdena Lehmannová
- **Kontakt:** plodikova@ssmhb.cz, 569 433 757.
- **Náklad:** 400 ks
- *Za případné chyby v textu se omlouváme.*
- *Uzávěrka příštího čísla 5. března 2017.*
- **Evidenční číslo:** MK ČR E 21809

**Sponzorem časopisu  
Jablíčko je firma**

**UNIXXDERMA**  
PROFESSIONAL HYDRA SYSTEM