

jak jde čas ... v CSP Vodňany

Den stromů - 20. října

Nápad slavit Den stromů vznikl už v polovině 19. století ve Spojených státech, konkrétně v Nebrasce. Tamější krajina byla přibližně před 150 lety popisována jako krajina "bez stromů". Až jeden z prvních osadníků v této oblasti - J. Sterling Morton začal v okolí svého domu pěstovat různé druhy stromů, keřů a květin. Povoláním však nebyl zahradník, ale novinář a vydavatel prvních novin v tomto americkém státě. A právě noviny využil k tomu, aby vyzval své spoluobčany k následování jeho příkladu - k pěstování stromů. Vysvětlil jim, že stromy zastavují větrnou erozi půdy a poskytují stín před pálicím sluncem. Svým nadšením dokázal strhnout velké množství lidí a zrodil se tak "The Arbor Day" - Den stromů, který připadl na 10. dubna 1872. V tento den bylo oficiálně vysázeno přes milion stromů a o dva roky později byl nebraským gubernérem R. W. Furnasem vyhlášen první oficiální Den stromů, který připadl na 22. dubna - na den narozenin J. S. Mortona.

Myšlenka se postupně šířila i na další kontinenty. Jen datum oslav se liší podle klimatických podmínek a podle toho, kdy je možné stromy vysazovat.



Centrum sociální pomoci Vodňany pořádá
v rámci projektu
„Olympiáda třetího věku“
Akce na měsíc ŘÍJEN 2013:

Pátek 4. října 2013 v 14.00 h
Protahování s Thera - bandem
- společenská místnost v Domově pro seniory

Úterý 8. října 2013 v 9.30 h
Kostkovaná - hra v házení molitanovou kostkou
- společenská místnost v Domově pro seniory

Úterý 8. října 2013 v 14.00 h
Rehabilitační cvičení
společenská místnost v Domečku u DPS

Pátek 11. října 2013 v 9.30 h
Míčkováni - rehabilitační cvičení s pěnovými míčky
- společenská místnost v Domově pro seniory

Úterý 15. října 2013 v 14.00 h
Kroužkováni - hra v hodů kruhy na cíl
- společenská místnost v Domečku u DPS

Úterý 22. října 2013 v 9.30 h
Rehabilitační cvičení na fitness míčích
- společenská místnost v Domově pro seniory

Akce pro veřejnost určené seniorům a osobám se zdravotním postižením z Vodňan a okolí. Bližší informace získáte na tel. čísle 383 382 625 u pí. Evy Remišové nebo osobně v Centru sociální pomoci Vodňany, Žižkovo nám. 21, Vodňany, kancelář sociálních pracovníků.

**Projekt je podpořen ze Společného grantu
Komunitní nadace Blanicko - Otavské a města Vodňany**

Historie Dne stromů v ČR

Do Čech myšlenku přinesl "Svaz spolků okrašlovacích" a poprvé se zde Den stromů masově slavil počátkem dubna roku 1906.

Tradice, přerušena válkou a komunistickým režimem byla znovu obnovena až v roce 2000. A jak se zdá podle narůstajícího zájmu, historie Dne stromů ani po více než 150 letech zdaleka nekončí.



S nápadem na obnovu této tradice v ČR přišli bývalý ředitel Botanické zahrady Univerzity Karlovy a známý popularizátor stromů Václav Větvička a dřevosochař Martin Patříčný. Datum první oslavy svátku stromů bylo stanoveno na 20. října 2000, protože v mnoha lokalitách České republiky jde o vhodný termín pro sázení stromů a podzim je také časem, kdy jsou stromy asi nejkrásnější a hrají všemi barvami.

Den stromů se nyní slaví 20. října nejen v České republice, ale i v Polsku a na Slovensku.

Dvacátý říjen se tak stal Středoevropským Dnem stromů.



ROTOPEDTOURS A PĚŠKOTOURS 2013

v Centru sociální pomoci Vodňany



Centrum sociální pomoci Vodňany se zapojilo do aktivizačního projektu pro seniory pod názvem ROTOPEDETOURS A PĚŠKOTOURS 2013. Hlavním partnerem tohoto projektu je od roku 2010 Nadace Taťána Kuchařové Krása pomoci a Ministerstvo zdravotnictví. Projekt potrvá celý měsíc říjen „odstartoval“ dne 1. října 2013, kdy slavíme Den seniorů. Snažíme se společně dokázat, že věk ani zdravotní stav nerozhoduje, když chce člověk něco udělat pro své zdraví! Cílem projektu je povzbuzení seniorů k aktivnímu pohybu, zvýšení jejich sebejistoty a podpora jejich zdraví.

Po celý měsíc budou senioři sčítat ujeté nebo nachozené metry a kilometry s cílem společně dojet nebo dojít co nejdále. Akce nemá soutěžní charakter - vždyť pro někoho, kdo k pohybu potřebuje berle, chodítka nebo jiné pomůcky, je stejným úspěchem překonat třeba i deset metrů jako pro jiného deset kilometrů. Vítězem se stane každý účastník.

Tohoto projektu se můžeme zúčastnit díky daru pí. Němečkové fyzioterapeutky z Vodňan, která darovala CSP Vodňany rotoped, na kterém mohou senioři v této soutěži „ujíždět kilometry“.

Součástí je i projekt „Čtení pomáhá“. Jehož cílem je motivace dětí k podpoře čtení knih. V rámci spolupráce jsme oslovili učitelky Základních škol a nabídli jim účast na tomto projektu.

Akce je zcela ojedinělá i v evropském měřítku. U nás se sice organizují jednotlivá seniorská zařízení pro své klienty pohybové aktivity a motivační akce, ale podle zjištění organizátorů akce v žádné zemi nedošlo k celostátní koordinaci a tak vysoké účasti, navíc po několik po sobě následujících let!

Všem našim seniorům děkujeme za aktivní účast a přejeme hodně zábavy!!!

*Připravila Eva Remišová
Instruktorka volného času*

ZÁBAVA

Doktor připravuje pacienta na složitou operaci a říká: "Víte, co se stane, když vám amputujeme ucho?" On nato: "To asi přestanu slyšet." Doktor zas: "A víte, co se stane, když vám amputuju obě uši?" Pacient: "To asi přestanu vidět." Doktor: "A proč vidět?" On: "Protože mi spadnou brejle."

Chlap přijde do nemocnice na nějaké testy. Doktor se na něj tak divně podívá a říká: "Mám pro vás dvě zprávy." "Aha, tak nejdřív tu špatnou." "Musíme vám amputovat levou nohu." "A ta dobrá?" "Chlap z vedlejšího pokoje od vás koupí boty."

Babka se chystá s dědou na procházku: "Dědo, mám si vzít podprsenku?" "Jen si ji vezmi. Venku je bláto."

Mladý stopař zastaví auto a ptá se: "Dědo, nevíte, kudy se jede na Hradec???" Děda: "A podle čeho soudíte, že jsem děda?" Stopař: "Jen tak jsem si tipnul!" Děda: "Tak si tipni, kudy se jede na Hradec!!!"

"Nechcete si sednout, dědečku?"
"Ne, děkuji chlapče, já jedu jen jednu stanici!"
"Jen si sedněte dědečku, nejste v tramvaji, ale v parku!"

AKCE Listopad 2013

V úterý 12. listopadu v 15,30 hodin
TJ Karate Vodňany
Ve „společenské místnosti“ CSP Vodňany

Termín bude upřesněn

Internetová kavárna Colombina
Zájemci nahlaste se u pí Remišové v kanceláři 1. p. SB.

Ve středu 20. listopadu v 9, 30 hodin
Pásmo písní a básní žáčků z MŠ Smetanova
Ve „společenské místnosti“ CSP Vodňany

Ve středu 27. listopadu v 9, 30 hodin
Pásmo písní a básní žáčků z MŠ Malovice
„Podzim v zahradě“
Ve „společenské místnosti“ CSP Vodňany

V pátek 22. listopadu ve 14,00 hodin
**Z Vodňan do Jeruzaléma ve šlépějích
svatého Pavla**
Cestopisné povídání s autorem stejnojmenné knihy a výstavy Mgr. Pavlem Janštou
v „jidelně“ CSP Vodňany

V úterý 26. listopadu v 15,00 hodin
„Černá hodinka“
40. výročí otevření Kulturního domu ve Vodňanech
Zájemci nahlaste se u pí Remišové v kanceláři 1. p. SB.

SHRNUTÍ KULTURNÍCH AKCÍ CSP VODŇANY

ZÁŘÍ

V sobotu 7. září se celé město Vodňany přeneslo o 120 let nazpět do konce 19. století. Do slavnostní atmosféry otevření železnice, kdy z Vodňan odjížděl první vlak do stanice Čičenice. **Slavnosti páry ve Vodňanech** se zúčastnili i handicapovaní senioři, díky dobrovolníkovi panu M. Hamáčkovi, který ochotně přišel pomoci aktivizačním pracovnícím, mohli tuto slavnostní atmosféru z konce 19. století „nasát“ i klienti, kteří jsou upoutáni na invalidní vozík.



V pondělí 9. září mezi naše seniory přišla **Bc. Olga Švecová** ze střediska Salesiánů Dona Boska z Č. Budějovic. Vyprávěla nám o tom, co prožila, při svém působení v **Jihoafrické republice** u kmene Xangani. Tam odcestovala na jeden rok, aby vyučovala tamní děti jako učitelka základní školy. O zajímavé zážitky nebyla nouze a slečna Švecová se o ně ochotně podělila i se seniory.



Ve středu 11. září se opět skupinka seniorů sešla v oblíbené **kavárně Colombina** a strávila další společné příjemné odpoledne.

V červenci letošního roku se slečna Jůnová z Vodňan zúčastnila Světových dnů mládeže v Rio de Janeiro. Ve čtvrtek 19. září přišla mezi seniory našeho domova, kde jsme uspořádali besedu na téma „**Jak bylo v Rio de Janeiro**“. Za pomoci dataprojektoru se senioři přenesli do míst, které nikdo z nás nenavštívil. Z vyprávění slečny Jůnové bylo cítit nadšení a radost, které může člověk zažít a dále šířit, asi pouze při setkání s papežem. Myslím, že v její osobě se naplňuje poselství Otce Františka, kterým nabádal mladé lidi: „Jděte a získejte za učedníky všechny národy“. Jako milé překvapení mezi nás zavítala paní Horáková. V jejím podání jsme vyslechli nádhernou báseň, která je vepsána na podstavci sochy vzkříšeného Krista, tyčící se na vrcholku hory Corcovadono, která tvoří dominantu města Rio de Janeiro.



Ve čtvrtek 26. září do CSP Vodňany přijel z Olomouce pan Zdeněk Černohouz s hudebním pořadem pod názvem „**Na podzim, když kvetou Jiřinky**“. Srdce posluchačů si získal hned při prvních tónech. Směsí jihočeských písniček zahájil své vystoupení a jako úvodní zvolil píseň Na břehu Blanice. A všichni posluchači začali zpívat z „plných plic“.



V pondělí 30. září si ve svém nabytém programu našla čas, a přišla mezi seniory naše **pí. ředitelka Mgr. Bc. Davidová**. Z jednoho „**obyčejného odpoledne**“ hrou na klavír a společným zpíváním lidových písní, vykouzlila krásnou atmosféru, kterou si všichni užili. Zcela neplánovaně se přidal s kytarou jako doprovod pracovník sociální péče p. Viktora, který tyto pěkné chvíle ještě více umocnil.



*připravila Eva Remišová
instruktorka volného času*

NAROZENINY

ŘÍJEN 2013

Dvořáková Věra	2. 10.
Cihlová Marta	2. 10.
Šedivá Růžena	6. 10.
Trubková Zdena	10. 10.
Pýchová Zdeňka	19. 10.
Mrázová Milada	27. 10.
Vaňout Václav	31. 10.

!!!BLAHOPŘEJEME!!!

