

jak jde čas ... v CSP Vodňany

Advent a Vánoce

Slovo advent pochází z latinského adventus (příchod). Advent je vlastně doba čekání na příchod Ježíše Krista. Začátky slavení adventu se objevují v jižní Galilei a Španělsku na konci 4. století. Advent začíná první adventní nedělí. Datum tohoto dne je pohyblivé. V roce 2011 připadá první adventní neděle na neděli 27. 11. 2011. První neděle se nazývá železná, poté bronzová, stříbrná a poslední je neděle zlatá. Vrchol adventního období přichází 24. 12. na Štědrý den. Adventní období je chápáno křesťany jako doba zklidnění, sebezpytování a čekání na oslavy narození Ježíše Krista. Období mezi první adventní nedělí a Vánocemi je plné starých a krásných tradic a zvyků.

Adventní věnec - společně s první adventní nedělí zapalujeme také na adventním věnci první svíci.

Adventní kalendář - adventní kalendář je zvláštní druh kalendáře ukazující 24 dní spojených s křesťanskými Vánocemi a dobou adventu. Kalendář slouží k odpočítávání dnů adventu ke Štědrému dnu.

Vánoční trhy - k adventu také neodmyslitelně patří vánoční trhy, které jsou u nás velmi oblíbené. I v každém menším městě najdeme na náměstí stánky s punčem, medovinou, tradičními výrobky a podobně. Události také bývá rozsvěcování vánočního stromku.

4. prosince - Barbora - V minulosti bylo zvykem, že v předvečer svátku svaté Barbory chodily ženy a dívky zahalené v bílém oděvu se závojem nebo rouškou přes obličej. Bílá barva zde znamenala panenskou čistotu. Jeden ze zvyků se zachoval až do dnešní doby. I dnes se 4. prosince řežou třešňové větvičky, které se nechávají v teple domova do Vánoc vykvést.

6. prosince Mikuláš - Svatý Mikuláš byl biskup, který po tři noci obdarovával lidi, aby jim pomohl z chudoby. A odtud také pochází zvyk, který se zachoval dodnes. Nyní v předvečer 6. prosince obchází Mikuláš s čertem a andělem rodiny s dětmi. Hodné děti Mikuláš obdaruje sladkostmi, děti zlobivé uhlím. Mikuláš je symbolem úcty, anděl klidu a čert má za úkol nahnat lidem strach.

13. prosince Svatá Lucie - Svatá Lucie je patronkou švadlen, kočích a sklenářů. Svátek Lucie je určen především ženám a dívkám. V tento den ženy nesmějí příst ani prád. Lucie byla také symbolem čistoty a tak tento den může být určen k vánočnímu úklidu.

Vánoční zvyky - Se samotnými Vánocemi jsou spojené mnohé další zvyky a tradice. Mezi nejčastěji používané patří např. házení pantofle, třesení bezem, sbírání rybích šupin, krájení jablka, lití olova a vosku pouštění svíček ve skořápkách. Některé z těchto zvyků se stále dodržují i českých domácnostech.



V pondělí 6. ledna v 9,00 hodin
Tříkrálové koledování žáků ze ZŠ Alešova
na pokojích klientů



Ve středu 15. ledna v 9,00 hodin
Návštěva Českého rozhlasu
v Českých Budějovicích
Doprovod pí. Remišová

Ve středu 29. ledna v 9,30 hodin
„Putování románovou krajinou
Strakonicka a Vodňanska“



Beseda s Ing. Miroslavem Šobrem - z Odboru životního prostředí ze Strakonice
ve společenské místnosti pro seniory



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



Termín bude upřesněn
„Černá hodinka“

Posezení se starostou ze Strunkovic
V kavárně Colombina, zájemci hlaste se u pí. Remišové
v kanceláři 1.p. SB, odchod od CSP ve 14,30 hodin doprovod zajištěn



Projekt „ROTOPEDTOURS A PĚŠKOTOURS 2013“

Jak senioři překonali vzdálenost z Vodňan do Bernu...

Centrum sociální pomoci Vodňany se přihlásilo do aktivizačního projektu **Pěškotours a Rotopedtours 2013**, kterého se aktivně zúčastnilo v první etapě 20 seniorů a na konci třetí etapy již 48 seniorů ve věku 60 – 100 let.

Akce neměla soutěžní charakter, vždyť pro někoho, kdo potřebuje k pohybu chodítko nebo berle, je překonání několika metrů stejně těžký výkon jako pro jiného několik kilometrů. Každý účastník je tedy vítězem. V CSP Vodňany jsme počítali každý metr, a výsledek nás velmi překvapil. Celkem senioři ušli a ujeli 700,76 km a tím překonali vzdálenost z Vodňan do Bernu.

Všichni, kteří se aktivně účastnili „tohoto dálkového pochodu“ obdrželi jako poděkování od pí. ředitelky CSP Vodňany Mgr. Bc. Davidové diplom a malou pozornost. Smekáme před jejich přístupem k životu a jsme velice pyšní, že věk není překážkou k aktivnímu životu.

Chtěla bych poděkovat všem, kteří na projektu spolupracovali, sponzorům a podporovatelům Nadaci Táni Kuchařové Krása pomoci, Ministerstvu zdravotnictví ČR, firmě Tropico, Krajskému úřadu Jihočeského kraje. Národní síť podpory zdraví, o.s. Magistrátu města České republiky, Českému rozhlasu České Budějovice, ale především ošetřovatelům a veškerému personálu, který neváhal „udělat něco navíc“.

Vždyť hlavně díky jejich podpoře, nejen fyzické, ale i psychické, naši senioři společně ušli tuto nemalou vzdálenost.

Jako malý dárek přikládám příběh paní Milušky z Vodňan, o který se podělila paní Miluška s jednou z organizátorek této akce pí. M. Tichákovou. Podrobnější informace o této akci naleznete na www.podpora-zdravi.cz a www.nspz.cz.

Připravila Eva Remišová Instruktorka volného času

Příběh paní Milušky z Vodňan

Při své návštěvě jsem se setkala s paní Milou. Když přišla před časem do domova, vůbec nechodila a nyní se pohybuje o dvou berlích. Za vše děkuje hodným a milým sestřičkám, které jí pomohly na nohy. Skoro nechodí z domova ven, pouze při hezkém počasí do altánku v areálu domova. Chodí tedy hlavně po dlouhé chodbě u svého pokoje, motivací pro pohyb byl i projekt Rotopedtours a Pěškotours 2013. Tato krásná paní seniorka se narodila v roce 1928 a při našem krátkém setkání mi sdělila svůj životní příběh. Tatínek byl obecní kovář, takže obživa rodiny, to byla velmi tvrdá práce, všichni pracovali i na skromném políčku. Maminka byla v domácnosti a starala se ještě o čtyři roky mladšího bratra. Paní Milušku velmi bavila škola a učení, ale za války gymnázium zrušili, a tak absolvovala alespoň školu zemědělskou. Pomáhala rodičům v hospodářství, ráda se starala o domácnost, také o koně a dobytek. Zakrátko se také vdala, a světe div se – vzala si za muže kováře a odstěhovala se nedaleko své rodné vesničky. Paní Miluška zavzpomínala na svou svatbu – bylo na ní 80 hostů, plno veselí a tance a na svatbu měla troje šaty.

Po válce nějaký čas soukromě hospodařili, ale posléze odešli do zemědělského družstva a paní Miluška začala pracovat v kravíně. To nebyla lehká doba, ale přitom všem se narodily tři děti a ještě se Miluška staralo o svou tchyni. Nemálo životních zkoušek jí život připravil. Manžel i vnuk zemřeli ve dvou dnech. Zůstala v domě se svým synem a žila velice aktivním životem. Se synem sbírali byliny, s přáteli z družstva hodně cestovali, ráda vzpomíná na zážitky od moře – z Bulharska a Jugoslávie. Miluška velice ráda vařila a pekla pro rodinu a přátele, ráda vzpomíná, jak vařila brigádníkům na bramborových brigádách. Velmi také milovala tanec a zábavu s přáteli. Ještě když odešla do důchodu, tak se věnovala práci v hospodářství – na zahradě a péči o rodinu a vnoučata a pravnoučata.

Dnes paní Miluška žije v domově pro seniory a dle jejích slov je velice spokojená. Snaží se v rámci svých fyzických možností chodit, zabývá se i ručními pracemi. Velice ráda plete pro přátele a příbuzné barevné ponožky. Děkuji paní Milušce za hezkou hodinku v její přítomnosti a milé vyprávění.

PF 2014



Všem našim seniorům přeji krásné prožití vánočních svátků, ať radost a světlo prozáří nejen sváteční chvíle Vánoc, ale také dny Nového roku.

*za CSP Vodňany
ředitelka Mgr. Bc. Daniela Davidová a kolektiv zaměstnanců*

NAROZENINY

PROSINEC 2013

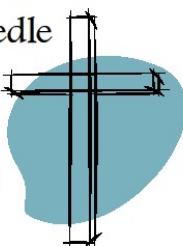
- 1. 12. Tomková Božena
- 4. 12. Mrkvanová Marie
- 4. 12. Mišák Jan
- 8. 12. Vlčková Jana
- 10. 12. Kučerová Božena
- 25. 12. Svatoš Josef
- 29. 12. Nováková Jiřina

!!!BLAHOPŘEJEME!!!



Pietní koutek

Oznamujeme seniorům, že jsme zřídili v budově domova pro seniory pietní koutek, kde se můžeme s úctou rozloučit se zesnulými seniory našeho zařízení. Toto pietní místo se nachází v přízemí staré budovy, vedle výtahu u vestibulu. Díky tomu máte možnost si zavzpomínat na bývalé spoluobčany našeho zařízení.



Projekt „Stáže ve firmách – vzdělávání praxí“ v Centru sociální pomoci Vodňany

V našem zařízení právě probíhá projekt pod názvem „Stáže ve firmách – vzdělávání praxí“. Jeho účelem je možnost absolvování odborné stáže. V současné době nám byly schváleny všechny stáže, o které jsme žádali. Jedná se o tyto pozice: Pracovník v sociálních službách vykonávající základní výchovnou činnost, Pracovník v sociálních službách vykonávající přímou obslužnou péči a Sociální pracovník. Rádi bychom proto touto cestou informovali seniory o tom, že tito stážisté budou vykonávat stáž v našem zařízení, a to po dobu 3 měsíců. Budou spolu se svými mentory vykonávat činnosti uvedené v náplni práce pod jejich odborným dohledem. Již nyní máte možnost se setkávat se stážistou Vojtěchem Štrejnem, který zde vykonává svoji stáž pod dohledem sociální pracovníce Bc. Petry Trnkové, Dis. Cílem projektu je, aby stážisté získali praxi v oboru, ve kterém hledají zaměstnání a tím zvýšili svoji šanci na trhu práce. Z naší strany nezbyvá než popřát, aby tato odborná stáž byla pro ně velkým přínosem.



Fond
Dalšího
Vzdělávání

příspěvková organizace MPSV



Stáže
ve firmách

Národní katalog stáží

SHRnutí KULTURNÍCH AKcí CSP VODňANY

LISTOPAD

V úterý **12. listopadu** jsme v CSP s očekáváním a radostí přivítali sportovce z oddílu **Sport Karate Vodňany**. Začínající i pokročilí karatisté nám předvedli část ze svého umění. O tom, že mají smysl pro humor svědčí i to, že si pro nás připravili krátkou veselou scénku. Měli jsme možnost vidět závodnice a závodníky, kteří nás úspěšně reprezentují na různých soutěžích např. Krajský přebor mládeže, na kterém získali zlaté medaile a mohou nás tudíž reprezentovat na Mistrovství ČR 2013. Přejeme jim v dalším závodění pevné zdraví, mrštnost kočky, rychlost geparda a sílu lva. Budeme všem závodníkům a trenérům držet pěsti.



Ve čtvrtek **14. listopadu** navštívil CSP Vodňany vzácný host dobrodruh, spisovatel a polárník v jedné osobě pan **Jaroslav Pavlíček z Písku**. Člověk, který se mimo jiné zasloužil o to, že Česká republika má svoji výzkumnou stanici na Antarktidě. Několikrát přešel Aljašku a Grónsko. V roce 1990 byl ministrem životního prostředí delegován jako zástupce České republiky na schůzku signatářů Antarktické smlouvy, když se připravovala nová verze této smlouvy. Učí dobrovolníky, jak přežít v extrémních situacích, na toto téma vydává i příručky. Bylo nám velkou ctí, že jsme mohli v jeho společnosti strávit krásné odpoledne a ještě se dovědět spoustu zajímavostí.



Ve středu **20. listopadu** si pro seniory připravily učitelky s dětmi z **MŠ Smetanova** pásmo veselých podzimních písní a básní. I když tento den nám sluníčko zůstalo ukryto za mraky, přesto v podobě rozzářených dětských očí sluníčko vstoupilo do našich duší. Budeme se těšit na příští setkání s nimi.



V pátek **22. listopadu** přišel seniorům do CSP Vodňany vyprávět zážitky ze své poutě pod názvem: **„Z Vodňan do Jeruzaléma ve šlépějích svatého Pavla“** p. Mgr. Pavel Janšta. Zajímavé cestopisné povídání doplnil autor stejnojmenné knihy a výstavy pěknými fotografiemi.

V pondělí **25. listopadu** proběhlo v rámci spolupráce CSP Vodňany s **Domovem sv. Linharta v Chelčicích**, další přátelské odpoledne v přátelské atmosféře. Tentokrát zpříjemněné **arteterapií**, pod odborným vedením pí. ředitelky Mgr. Kláry Kavanové- Muškové.



V úterý **26. listopadu** při další tentokrát 258. **„Černé hodince“** pořádané k 40. výročí otevření Kulturního domu ve Vodňanech, si připravil pan Louženský zajímavé vyprávění, ve kterém seznámil přítomné s historií kultury Vodňan od 2. poloviny 19. století. Vyprávění bylo doplněno dobovým Týdeníkem a výstavou fotografií, která probíhala v Kulturním domě.

Na **„Podzim v zahradě“** zavzpomínali senioři ve středu **27. listopadu** spolu s dětmi z **MŠ Ma-**

lovce. Šikovné paní učitelky připravily veselé pásmo básní doplněné písničkami, které si zazpívali senioři společně s dětmi.

*připravila Eva Remišová
instruktorka volného času*

Jak jsme „vítali adventní čas...“

Bližící se poslední měsíc kalendářního roku, a s ním i vánoční svátky před některé z nás klade mnoho otázek o smyslu života a naléhá na nás, abychom se více ohlédlí okolo sebe. Jak se žije seniorům, kteří bydlí ve svém domácím prostředí, jak jsou vnímáni současnou společností? Někteří žijí zcela osamoceni, někteří se svými rodinami, ale doba, ve které dnes žijí je pro ně plná obav z vymožeností postmoderní společnosti a životních nejistot. Naše pečovatelská služba Centra sociální pomoci Vodňany poskytuje mnoha seniorům v terénu potřebné sociální služby, aby mohli svůj život plnohodnotně prožívat, ale shledání s přáteli se nedá ničím nahradit. Veškeré starosti byly alespoň na chvíli odehnány díky přátelskému setkání konaného dne **27. listopadu** v „domečku“ domu s pečovatelskou službou. Akce s názvem **„Vítáme adventní čas...“** byla příjemným vybočením z denních rituálů. Shledání přátel z širokého okolí Vodňan, podpořené dobrým svátečním jídlem a českou muzikou kapely Dřemlinky bylo pro nás všechny jako rehabilitace duše. Zpěv a hlasité diskuse o životě by určitě pokračovaly až do rána, ale i tento večer jednou musel skončit, vzpomínky na hezký den však zůstávají. Toto společné setkání uživatelů sociálních služeb Vodňany bylo podpořeno městem Vodňany, za což všichni zúčastnění ze srdce děkují.



*připravila Mgr. Daniela Davidová
ředitelka CSP Vodňany*