

Den boje za svobodu a demokracii a Mezinárodní den studentstva

Na den 17. listopadu připadá státní svátek - Den boje za svobodu a demokracii. K tomu datu se váží hned dvě události, první z roku 1939, kdy byly české vysoké školy uzavřené nacisty. Stalo se tak po pohřbu Jana Opletala, jehož čin byl projev odporu proti německé okupaci. Hitler následně nařídil, aby všechny demonstrace byly potlačeny silou. Následně byly uzavřeny vysoké školy a 9 vedoucích představitelů vysoškolařů bylo popraveno.

Druhý, který si většina z nás pamatuje, se váže k roku 1989, ke studentským protestům na Národní třídě, které byly rukou Veřejné bezpečnosti násilně potlačeny a tím spustily sametovou revoluci. Tyto listopadové události vedly k pádu komunistického režimu. Označení sametová revoluce vymysleli novináři, a jedná se o označení naší revoluce, která byla provedena v podstatě bez násilí a na základě vzájemného dialogu. Nejvýraznější osobností celé revoluce se stal v té době budoucí prezident Václav Havel.

Petra Pecková – účetní, zdroj: Internet

Akce na prosinec 2014

V PONDĚLÍ 1. PROSINCE V 9.30 HODIN

Vánoční koledování žáků ZŠ A lešova na pokojích klientů

V ÚTERÝ 2. PROSINCE V 16.00 HODIN

Mikulášská zábava

k tanci a zábavě hraje „Dřemlinka“

V jídelně Domova pro seniory

VE STŘEDU 3. PROSINCE V 10.00 HODIN

MŠ Sluníčko - Zdobení stromčku

v domově pro seniory

V zimní zahradě Domova pro seniory

V PÁTEK 5. PROSINCE V 15.00 - 15.30 HODIN

Návštěva čertů Krampus

V Domově pro seniory

V ÚTERÝ 9. PROSINCE V 10.00 HODIN

MŠ Sluníčko - Zdobení stromčku

v domě s pečovatelskou službou

Akce se uskuteční na dvoře Domečku u DPS

V ÚTERÝ 16. PROSINCE V 9.30 HODIN

Vánoční pásmo dětí z MŠ Smetanova

V zimní zahradě Domova pro seniory

V PONDĚLÍ 22. PROSINCE V 16.00 HODIN

Sváteční večere

V jídelně Domova pro seniory

TERMÍN BUDE UPŘESNĚN

„Černá hodinka“ v kavárně Colombina

Zájemci hlase se u pí. Remišové v kanceláři 1. p. SB, doprovod bude zajištěn

V PONDĚLÍ 8. PROSINCE V 10.00 HODIN

„Barborka a had“

Společné cvičení dětí a seniorů

Ve „společenské místnosti“ Domova pro seniory

v rámci projektu „Jen tak s námi“

Projekt je podpořen

z Komunitní nadace Blanicko - Otavské a města Vodňany



Nová rehabilitační pomůcka Motomed v CSP Vodňany

Pro zlepšení možnosti rehabilitace našich seniorů, byl zakoupen přístroj Motomed ActiveCycle. Tento mechanicko-elektrický přístroj důkladně procvičí horní a dolní končetiny, a to jak pasivně tak aktivně. Umísťuje se jak na podlahu, kde s jeho pomocí trénujeme pohyb nohou. Přístroj, zde dopomáhá cvičenci, pokud nezvládá vlastní silou, točit šlapadly. Druhá možnost je využití na stolku, kde cvičenec uchopí madla přístroje rukama, a tak s jeho pomocí snadněji provádí točivé pohyby horními končetinami. Pro chůzi potřebujeme umět řídit pohyb a rovnováhu, mít koordinaci, sílu svalů a částečně vytrvalost. S některými vlastnostmi musí cvičencům-seniorům vypomáhat pracovník rehabilitace.

A tak s jeho dopomocí a s vhodným použitím přístroje Motomed dochází ke zlepšení kondice a zdraví našich uživatelů.



Martin Trubka, všeobecná sestra

Den otevřených dveří v CSP Vodňany

NAROZENINY

LISTOPAD 2014

- 1. 11. Petrášková Marie
- 11. 11. Bürgermeisterová A.
- 12. 11. Soušek Josef
- 16. 11. Vavrušková Marie
- 16. 11. Jindrová Marie
- 23. 11. Jerhot Pavel
- 25. 11. Petráková Božena

!!!BLAHOPŘEJEME!!!



V rámci již šestého ročníku Týdne sociálních služeb se v sobotu **11. října 2014** konal v CSP Vodňany **Den otevřených dveří**. Celoročně se naše organizace snaží pomáhat lidem a poskytovat kvalitní sociální služby všem uživatelům při zachování důstojnosti, soběstačnosti a co nejvíce zpestřit volný čas kvalitním programem. Bylo nám potěšením přivítat mezi námi muzikanty tělem i duší, Pouličníky z Tábora, kteří všem přítomným zpřijemili nejen chvíle strávené při hudebním vystoupení, ale i dlouhé chvíle následující, jelikož zde zanechali příjemnou „skotačivou náladu“.

Zvláště nás z jejich úst potěšilo hodnocení celého zařízení CSP Vodňany, spolu s upřímným oceněním vstřícné atmosféry, která se prý odráží na tvářích seniorů. Milé bylo i to, že na dotaz náhodně položený sedícím seniorům, byla velice kladná odpověď plná spokojenosti s pobytem a péčí našich zaměstnanců o všechny uživatele.

V závěru prohlídky celého zařízení, která následovala po hudebním vystoupení, Pouličníci zhodnotili naše zařízení jako pětihvězdičkový hotel,



do kterého by v případě, že by potřebovali využití služeb určitě bez strachu nastoupili.

*Připravila: Eva Remišová,
instruktorka volného času*



NÁRODNÍ SÍŤ
PODPORY ZDRAVÍ



ROTOPEDTOURS A PĚŠKOTOURS 2014 v Centru sociální pomoci Vodňany



I v letošním roce se Centrum sociální pomoci Vodňany opět zapojilo do celorepublikového projektu podporovaného **Národní sítí podpory zdraví** ve spolupráci a s finanční podporou Ministerstva zdravotnictví ČR a Nadace Krása pomoci Taťány Kuchařové projektu pro seniory **Rotopedtours a Pěškotours**.

V tomto projektu nerozhoduje věk ani zdravotní stav, pouze chuť udělat něco pro své zdraví. Cílem projektu je zvyšování pohybové aktivity, zvýšení sebejistoty i obecná podpora zdraví. Chceme se podílet na upevňování vědomí, že s přibývajícím věkem aktivní život nemusí končit a podporovat seniory v aktivním pohybu.

Projekt probíhal celý měsíc říjen. Senioři za pomoci rehabilitačního pracovníka, všech pečovatelských a dalších zaměstnanců chodili a počítali nachozené kilometry a společně chtěli dojít co nejdále. Takto masová akce je v celoevropském měřítku ojedinělá, proto patří velký dík koordinátorce tohoto projektu paní M. Tichákové. Senioři z CSP Vodňany ušli společně celkem dlouhých 1 412 020 metrů. Vzhledem k zdravotnímu stavu a průměrnému věku účastníků 80,5 let myslím, že si zaslouží náš veliký obdiv a respekt.

*Připravila: Eva Remišová,
instruktorka volného času*



Projekt „Společná setkání v CSP Vodňany“



V říjnu byl ukončen projekt „Společná setkání v CSP Vodňany“, a to závěrečnou akcí „Vítání zimy“. Tato akce se konala dne 8. října 2014 v dopoledních i odpoledních hodinách. Dopoledne proběhla přednáška pod taktovkou studentů Střední rybářské školy Vodňany, na které se naši senioři dozvěděli některé zajímavosti o škole a o výloveh rybářských sítí. Celé vystoupení bylo velmi poučné a zábavné. Studenti nebyli zaskočeni ani několika zvědavými dotazy od seniorů a personálu, na které pohotově odpovídali. Odpoledne patřilo kapele Dřemlinka, která naše seniory potěšila svým hudebním vystoupením.

Cílem celého projektu bylo zapojit občany různých věkových skupin do kulturních aktivit, které se konají především ve venkovních prostorách našeho domova pro seniory. Ne vždy nám počasí přálo, a tak museli být některé akce přesunuty do společenské místnosti. Pro akce konané ve dvore posloužily zakoupené venkovní lavičky, díky kterým se zatraktivnil prostor našeho dvora a rozšířil počet míst k sezení při společných setkáváních. Během projektu byly navázány nové kontakty, došlo k rozšíření povědomí o stáří a posílení mezigeneračních vazeb.

Celý projekt proběhl v hojně účasti, a to 168 seniorů na námi konaných 7 akcích. Jednotlivé aktivity se konaly v období dubna až října letošního roku. Poděkování patří všem, kteří se na projektu podíleli.

*připravila Petra Pecková,
účetní*

Projekt je realizován s finanční podporou Jihočeského kraje.



Projekt „Jen tak s námi“ v CSP Vodňany

V rámci projektu „Jen tak s námi“ se dne 15. Října konal výlet do nedalekých Smilovic u Týna nad Vltavou do dílny manželů Limových. Ti mají domeček jako z pohádky a v něm tvoří nádherné a originální výrobky. Pan Lima na starém tkalcovském stavu tvoří krásné originální „oblečky“, paní Limová je doplňuje například paličkovanou krajkou. Proběhla ukázka originálních šatů vyšíváných rybími šupinami, plstěných klobouků, ukázka krosienkování (pletení na rámu) a spousta nápaditých „zlepšováček“ z rukou pána domu. Senioři byli potěšeni krásnými výrobky vycházejících z této dílny. Další akce, konaná v rámci tohoto projektu, nese název „Chyt' si míček“ – bližší informace na plakátu.

*připravila Eva Remišová,
instruktorka volného času*

Tento projekt je podpořen ze Společného grantu Komunitní nadace Blanicko – Otavské a Města Vodňany



Centrum sociální pomoci Vodňany
pořádá v rámci projektu

Jen tak s námi



**Ve středu 12. listopadu v 9, 30 hodin
akci pod názvem**

**„Chyt' si míček“
Společné cvičení dětí a seniorů**

akce se uskuteční ve „společenské místnosti“ Domova pro seniory

Projekt je podpořen
z Komunitní nadace Blanicko - Otavské a města Vodňany

ŘÍJEN 2014

Další návštěva paní ředitelky Městské galerie ve Vodňanech u nás v CSP Vodňany se uskutečnila ve středu **1. října**. Připravila si poutavou přednášku o **obrazech v Městské galerii**, aby přednáška nebyla pouze teoretická, měli jsme možnost vidět všechny obrazy na dataprojektoru. A klást zvědavé otázky případně doplňovat vyprávění o své vzpomínky a zážitky

V pondělí **6. října** přednáška pana Šikla na téma „**Aktivní stáří**“. Sám již senior různými aktivitami jen hýří. Důležité v provozování aktivit je především zdraví a snaha „nevzdat to“. Aktivita ve stáří jsou spojeny s aktivitou, kterou provozovali současní senioři již v mládí, a s pozitivním životním postojem. Je pravdou, když máme dar zdraví, snáze můžeme přistupovat k životu pozitivněji.



CSP Vodňany pořádalo v rámci projektu „Společná setkání v CSP Vodňany“ akci pod názvem „Vítání zimy“. Ve středu **8. října** studenti Střední rybářské školy ve Vodňanech předvedli ukázkou **pletení rybářských sítí** doplněnou zajímavou **přednáškou** o škole, výlovu rybníků a různých zajímavostech. Nebyli zaskočeni ani několika zvědavými dotazy od seniorů a personálu, pohotově na ně odpověděli.



Téhož dne odpoledne k dobré náladě zahrála kapela **Dřemlinka**. Akce byla určena pro seniory a zdravotně postižené osoby z Vodňan a okolí. Projekt je realizován s finanční podporou Jihočeského kraje.



V rámci Společného grantu Komunitní nadace Blaník – Otavské a Města Vodňany pod názvem: „**Jen tak s námi**“ ve středu 15. října senioři z CSP Vodňany zamířili do nedalekých Smilovic u Týna nad Vltavou. Zde mají domeček jako z pohádky manželé Limovi, který sdílejí spolu se svými psy. V domečku s nimi žije i láska, dobrá nálada, spokojenost a hlavně šikovné pracovitě ruce, chuť nezahálet a stále se učit něco nového. Na starém tkalcovském stavu ruce pana Limy vytvoří krásné originální „oblečky“, paní Limová je doplní například paličkovanou krajkou. Všechny nás okouzlili originální šaty vyšívané rybími šupinami, plstěné klobouky, ukázka krosienkování (pletení na rámu) a spousta nápaditých „zlepšováček“ z rukou pána domu. Je krásné, když se najdou dva šikovní pracovití lidé, kterým je spolu dobře a je to vidět, nejen na krásných výrobcích vycházejících z jejich dílny.



připravila Eva Remišová, instruktorka volného času