

Obsah čísla:

Úvodem - aktuálně	str. 1
Téma měsíce – Velikonoce	str. 2
Shrnutí aktivit	str. 3
Dobré duše v době pandemie	str. 4
Ocenění starosty	str. 6
Recept měsíce	str. 7
Narozeniny, Vzpomínáme	str. 7
Vzpomínkové čtvrtky	str. 7
Dotace a projekty	str. 8



Aktuálně v CSP Vodňany

Očkování proti COVID-19

V domově pro seniory Centra sociální pomoci Vodňany proběhlo ve čtvrtek 4. února 2021, druhé přeočkování vakcínou Pfizer proti onemocnění Covid-19. Na základě dobrovolného souhlasu se očkování podrobili senioři i zaměstnanci. První očkování bylo provedeno 12. ledna 2021. Naším seniorům byl po každé zajištěn „očkovací komfort“ přímo na jejich pokojích. Látka se podávala vždy pod dohledem lékaře. Všichni doufáme, že vakcína zabrání vzniku závažného onemocnění



COVID-19, a začneme konečně žít, jako „za starých dobrých časů“.

V domě s pečovatelskou službou se zatím očkování plánuje. Senioři byli p. ředitelkou Davidovou a vedoucím odboru sociálních věcí p. Traore seznámeni o vakcinaci, o systému očkování očkovacím týmem z nemocnice Strakonice. Očkování bude provedeno přímo v domě s pečovatelskou službou. Čekáme jen na datum, kdy se očkování bude konat. Tak snad brzy, a snad se dostane na

všechny přihlášené seniory.

PO PŘEČTENÍ PŘEDEJTE, PROSÍM, DALŠÍMU ČTENÁŘI !!!

Bohužel i přes proběhlé očkování seniorů i našeho personálu současné situace stále nedovoluje realizovat větší akce formou kulturních programů či oblíbených návštěv harmonikářů či dětí z vodňanských škol. Všichni doufáme, že se vše brzy vrátí do starých kolejí a budeme se moci potkávat při společných setkáních.

Co můžeme našim seniorům umožnit, jsou donášky balíčků či návštěvy rodinných příslušníků a blízkých v našem domově. To vše je možné za dodržení stanovených hygienických pravidel, které jsou podrobně rozepsány na našich webových stránkách. Zde je také možné provádět rezervaci návštěv na pokojích seniorů.



PODĚKOVÁNÍ: Od začátku pandemie, především však v druhé vlně, která nastala od října loňského roku, jsme byli častokrát v nelehké situaci. Přesto se našlo mnoho dobrých lidí a organizací, které nám v této době podali pomocnou ruku. Více o těchto dobrých duších se dozvíte po přečtení našeho periodika. **Všem patří velké díky!!!**

Téma měsíce - Velikonoční zvyky a tradice

Velikonoce jsou považovány za největší křesťanský svátek. O jeho hlubší prožití se stará takzvaná přípravná doba neboli doba postní, která trvá 40 dní. Přípravné období začíná Popeleční středou a končí Zeleným čtvrtkem a je časem přípravy na největší křesťanské svátky. Člověk by se měl zdržet jídla i alkoholu, součástí půstu jsou často také almužny a dobré skutky. Měli bychom být pozornější a citlivější k ostatním lidem v okolí. Půst navazuje na dobu veselí, masopustního jídla a pití, je to přechod od rozverného k rozjímání a vnitřnímu klidu. V posledním týdnu před Velikonocí býval každý den spojován s určitými zvyky.

Modré pondělí - V tento den je velice důležité dodržovat pitný režim a dostat do těla hodně vody. Právě na Modré pondělí se konal velký úklid, k hlavním dveřím domů si lidé nosili vědra s vodou, takže se tento den spojuje právě s pitným režimem.

Šedivé úterý - Velikonoční zvyky a tradice se dodržují i na Šedivé úterý. Proč šedivé? Barva je odvozena od všudypřítomného prachu, neboť hospodyňky začaly s úklidem. V tento den se servírovaly kroupy a šoulet.



Škaredá středa - V tento den se v křesťanství připomíná, jak Jidáš zradil Ježíše kvůli 30 stříbrným. Vždy se na Škaredou středu vymetaly komíny, a proto ten přívlastek. Jakmile byla kamna vyčištěná, lidé si na nich pekli jidášky.

Zelený čtvrtek - Jídelníček by mělo tvořit zelené jídlo. Nejčastěji se v tento den vaří špenát, jenž je plný vitamínů, draslíku, železa a vápníku. Velikonoční zvyky jsou na Zelený čtvrtek následující:

- Měli byste si dát před východem slunce pečivo namazané medem, budete chráněni před uškntím hadů a žihadly vos.
- Zvony naposledy zazvoní po večerní mši, a potom odlétají do Říma, a to až do Bílé soboty. Během následujících dnů jsou zvony nahrazeny řehtačkami a klapáčkami.

Velký pátek - V tento den si v křesťanství připomínají utrpení a smrt Ježíše Krista, přičemž se jedná o nejpřísnější den půstu. Jak dlouho trvá velikonoční půst na Velký pátek? V podstatě celý den, ovšem máte povoleno jedno bezmasé jídlo. Velikonoční zvyky na Velký pátek jsou následující:

- Vstaňte před východem slunce a jděte se umýt do potoka. Chráníte se tak před nemocemi.
- Nic si v tento den nepůjčujte, neboť půjčená věc by vás mohla očarovat. V dobách minulých se hodně věřilo na čarodějnice a uhranutí.
- Nepracujte na poli či zahradě, nemělo by se hýbat se zemí.
- Neperte prádlo, protože namísto do vody byste ho namáčeli do Kristovy krve.
- Chodí se dům od domu se zvukem řehtaček a říkaček a oznamuje se poledne a ranní i večerní klekání. Tato velikonoční tradice na Velký pátek se v některých menších obcích a na vesnicích dodržuje dodnes.

Bílá sobota - V sobotu je vyhlášen den smutku. V kuchyních se pečou mazance a beránky.

Boží hod velikonoční - V neděli na Boží hod velikonoční se oslavuje zmrtvýchvstání Ježíše Krista. V tento den se chodí do kostela na svatou mši. Jaké má velikonoční neděle zvyky?

- Posvěcují se velikonoční pokrmy, tedy beránek, mazanec, vejce, chleba i víno.
- Návštěvu pohostíte kouskem posvěceného jídla.



Velikonoční pondělí - Pondělí velikonoční je spjato s mnoha lidovými tradicemi a zvyky. Snad nejznámější je velikonoční tradice v podobě pomlázky. Chlapci si chodí k děvčatům koledovat namalovaná vejce. S tím je pak spojena i skutečnost, že od pondělí začíná týden vaječných pochoutek.

Shrnutí aktivit v Domově pro seniory

Na tomto místě pravidelně informujeme o proběhlých akcích, které se v našem zařízení konají. Od října jsme však byli nuceni z důvodu nouzového stavu ohledně epidemie Covid_19 zrušit všechny plánované společenské akce. I přes tento zákaz jsme se snažili nezahálet a nabídnout našim seniorům různé aktivity a zpříjemnit jim tak všední dny.

Pravidelnou aktivitou, která může být za přísných hygienických podmínek realizována je čtvrtěční bohoslužba, kterou vede „náš pan farář“ P. Josef Prokeš. Jsme moc rádi, že vám můžeme tato setkání zprostředkovávat. ►►



◄◄ V době adventu jsme se pustili do vánoční výzdoby. Letos jsme si bohužel nemohli ozdobit stromček do dvora s dětičkami, ale tento zvyk jsme si rozhodně vzít nenechali a pustili jsme se do toho sami.

Na začátku prosince se v domově rozpoutalo peklo. Ale jen to hezké, plné hodných čertů, Mikulášů a andělů, kteří se o naše seniory postarali, přivedli je na jiné myšlenky a vykouzlili jim úsměv na tváři. ►►



◄◄ Užíváme si předvánoční čas s cukrovím, kávou a domácím vánočním vystoupením souboru Trio Bohéma.

Děkujeme vodňanským skautům, za předání betlémského světla ale spoň „mezi dveřmi“. Pomohli nám tím navodit tu správnou vánoční atmosféru a udržet tak zvyky našich tradičních vánoc. ►►



◄◄ Před Štědrým dnem do našeho domova přiletěl Ježíšek a byl dost štědrý. Nejen ze strany Ježíška, který přinesl krásnou nadílku, ale i ze strany seniorů, kteří nešetřili úsměvy, vděkem a chválou.

Dobré duše v době epidemie Covid-19

Pandemie koronaviru se negativně podepisuje na naší duši. I přesto se mezi námi najde mnoho dobrých lidí, kteří se snaží v této nelehké době pomáhat a dělat radost nejvíce ohrožené skupině osob, kterou jsou jistě i klienti našeho zařízení. Naši senioři mají ale velké štěstí, že v jejich okolí se našlo obrovské množství takovýchto „dobrých duší“. Představme si některé z nich.

Před Vánocemi jsme se zapojili do tradičního projektu **„Ježíškova vnoučata“**, díky němuž jsme mohli obdarovávat naše seniory vánočními dárčky a splnit jim jejich vánoční přání.



Členové Rady města Vodňany se stali pro paní Ivanku Ježíškovými vnoučaty. Osobně za všechny předal pan starosta Milan Němeček speciálně upravené křeslo paní Ivance. Toto křeslo je určeno pro její osobní potřeby. Díky němu se může nyní podívat ven do přírody, kterou má tak ráda a účastnit se různých námi pořádaných venkovních aktivit. Děkuujeme paní Louženské, která je iniciátorkou této dobročinné akce.



Další aktivitou byl projekt **„Krabice od bot“**. RNDr. Zuzana Dvořáková Lišková, PhD., proděkanka pro rozvoj a vnější vztahy z Ekonomické fakulty se svým kolegou Jihočeské univerzity v č. Budějovicích ve spolupráci s vodňanskou Rybářskou fakultou předali do našeho domova pro seniory vánoční dárky pro naše klienty. Všechny dárky byly zabaleny do krabic od bot a rozděleny podle toho, zda jsou určeny pro muže či ženu. Dárky byly našim seniorům rozdány těsně před Štědrým dnem a přinesli jim mnoho radosti a štěstí. Všechny dárčky tak byly pro obdarované seniory nečekaným překvapením.



Děkujeme všem zaměstnancům a dětem z **MŠ Vodňany** za krásné a milé dárečky, které jsme od nich pravidelně dostávali. Moc si vážíme toho, že si cení naší práce a jsme jim moc vděční za pozitivní energii, kterou nás pravidelně zásobují. ►►



Děti z **MŠ Sluníčko** si o vánočním čase připravily překvapení také pro uživatele pečovatelské služby v Domě s pečovatelskou službou. Děti, seniorům ručně vytvořily vánoční přáníčka, která osobně, za pomoci učitelek vhodily do osobních poštovních schránek uživatelů pečovatelské služby v domě s pečovatelskou službou. ►►



◄◄ Také děti ZŠ Vodňany na naše seniory nezapomínají a zpřijemnil jim předvánoční čas svými vlastnoručně vyrobenými přáníčky a sladkostmi.



◄◄ Paní **Ebelová** z vlastní iniciativy prošla veškerými protiepidemiologickými opatřeními, aby mohla zpřijemnit předvánoční chvíle seniorům svým zpěvem a hraním vánočních koled na ukulele. Seniorům se objevily jiskřičky štěstí v očích a úsměv na tváři, což byl pro nás pro všechny velký dar v této době.

Jsme rádi, že ani na naše zaměstnance se nezapomíná a některé projekty jsou určeny i jim. Velké poděkování patří iniciativě **#energiiLékařům**, která pomáhá v době koronavirové pandemie a pravidelně rozdává energii zdravotnickým zařízením a domovům pro seniory. Od loňského jara tato iniciativa složená z dobrovolníků z celé České republiky poslala energii ve více než 150 tisících balíčcích pro tisíce zdravotníků z bezmála 80 zdravotnických zařízení a 80 domovů pro seniory. I my jsme byli vybráni a od podzimu jsme pravidelně dostávali pro naše zaměstnance balíčky zdravých doplňků pro doplnění energie.



Od vypuknutí pandemie Covid-19 jsme se dostali několikrát do svízelné situace, kdy jsme museli řešit problém se zaměstnanci, kteří buď onemocněli Covid-19 nebo museli kvůli této nemoci do karantény a některé úseky byly často v personálním oslabení. Z tohoto důvodu jsme oslovili organizace města Vodňany, které neváhali a snažili se nám s touto situací pomoci. Často tak byli naši senioři v kontaktu s neznámými lidmi, kteří se v tomto období stali našimi dobrovolníky a pomáhali nám v této nelehké situaci. Za to jim patří velké poděkování, protože bez jejich pomoci bychom nebyli schopni zajistit chod našeho domova pro seniory.

Proto bychom chtěli touto cestou velmi poděkovat studentkám a pracovníkům vodňanských organizací (Městské kulturní středisko Vodňany, Městská knihovna Vodňany, Městský úřad Vodňany, Městské muzeum a galerie Vodňany), kteří nám pomáhají v době pandemie Covid-19 v našem domově pro seniory. Velmi si toho vážíme.

Ze srdce děkujeme zaměstnancům Úřadu práce z Českých Budějovic, kteří myslí na naše dobrovolníky v domově pro seniory a v pečovatelské službě v této nelehké době. Poslali jim za jejich výpomoc gastro poukazy, a to hned dvakrát. V našem CSP Vodňany máme 13 dobrovolníků, kterým jsme poukazy spravedlivě rozdělili.



◀◀ Děkujeme firmě RED BULL Česká republika, s.r.o. za darované nápoje pro naše zaměstnance, které jim dodají potřebnou energii v této nelehké době.

Od společnosti dm drogerie markt jsme získali zdarma kosmetické, drogistické a dezinfekční přípravky. Tato společnost se dlouhodobě věnuje dobročinným projektům a my jsme vděční, že můžeme být součástí. ▶▶



◀◀ Mnohokrát děkujeme Zahradnictví Šikl za nádherné svícny, díky kterým jsme naši vánoční výzdobu mohli obohatit i o tu živou.

Ocenění starosty



Věhlas naší výborné kuchyně se dostal do výšin Rady města Vodňany, a tak jsme osobně z rukou pana starosty Milana Němečka a pana místostarosty Petra Bednaříka převzali ocenění nejvyšší Řád zlaté vařečky. Toto ocenění je určeno celému týmu ze stravovacího úseku, na který jsme náležitě pyšní.



Recept měsíce

ŠOULET

Ingredience

- 250 g hrachu (fazolí či jiných luštěnin)
- 5 lžic rostlinného oleje
- 2 větší cibule
- 200 g krup
- 3 stroužky česneku
- špetka soli a pepře
- bylinky na dochucení



Postup

Hrách nechejte celé dopoledne namočený ve studené vodě, a potom ho v této vodě dejte vařit, dokud nebude měkký. Během toho si uvařte v osolené vodě kroupy. Hrách i kroupy sced'te a nechejte okapat. Cibuli nakrájejte nadrobno, česnek prolisujte. V pánvi si rozpalte olej, přidejte cibuli a osmahněte ji dozlatova. Smíchejte hrách s kroupami, přidejte do směsi česnek, sůl, pepř a další koření podle chuti. Poté dejte do směsi ještě osmaženou cibulku. Předehřejte si troubu na 190 °C. Připravte si menší pekáč, vymažte ho tukem, a potom do něj dejte celou směs na šoulet.

Narozeniny

ÚNOR – BŘEZEN 2021

16. 2. Fenclová Marie
18. 2. Šťástková Jarmila
19. 2. Šimáková Jaroslava
28. 2. Škraňka Jiří



25. 3. Vobrová Marie
27. 3. Sládková Livia
29. 3. Schánělec Alois
31. 3. Michač František

Vzpomínáme

Opustili nás tyto uživatelé:

Vaňková Marie
Lukoszová Marta
Klewarová Zdeňka
Bílková Jarmila



Žlábková Marie
Vaňata Jan
Kočan Milan, Ing.
Jelínková Jarmila

Vzpomínkové čtvrtky



Námi pořádaná pravidelná aktivita, kterou jsou **Vzpomínkové čtvrtky**, je až do odvolání **ZRUŠENA!** Jedná se o svoz seniorů na místní hřbitov. Až to situace dovolí, budeme vás informovat o opětovném zavedení této aktivity pro seniory.

Dotace a projekty

Účelová dotace z rozpočtu Jihočeského kraje



Centrum sociální pomoci Vodňany žádalo pro rok 2021 účelovou dotaci ve výši 16 868 000,- Kč. Tuto dotace jsme získali v plné výši a je určena na spolufinancování neinvestičních nákladů souvisejících se zajišťováním základních činností při poskytování sociálních služeb na období 1. 1. – 31. 12. 2021. Dotace bude poskytnuta:

- pro sociální službu Domov pro seniory, identifikátor 4139427 ve výši 15 342 000,- Kč dle Pověření Jihočeského kraje č. OSOV/156/2019
- pro sociální službu Pečovatelská služba, identifikátor 2143602 ve výši 1 526 000,- Kč dle Pověření Jihočeského kraje č. OSOV/55/2019

Služby jsou zařazeny do základní sítě sociálních služeb v Jihočeském kraji pro období 2019–2021.



NADACE ČEZ

Bezpečí na prvním místě

Centru sociální pomoci Vodňany byl schválen projekt „Bezpečí na prvním místě“ v rámci vyhlášeného programu Nadace ČEZ Podpora regionů. Za získané finanční prostředky jsme pořídili průmyslový generátor ozonu v hodnotě 7 755,- Kč, který má prokazatelnou účinnost k likvidaci virů a bakterií v ovzduší i na površích věcí. Díky němu jsme mohli čistit vzduch na pokojích seniorů i v kancelářích zaměstnanců a zabránit tak šíření virů. V době pandemie Covid-19 se snažíme zabránit především šíření této nemoci v našem zařízení a zakoupený přístroj nám v tomto nelehkém boji účinně pomáhá. Zejména v této pro nás nelehké době, kdy se snažíme ochránit především zdraví seniorů, je pro nás každá pomoc vítaná. Proto děkujeme Nadaci ČEZ za pomoc naší organizaci.

Realizaci projektu podporuje Nadace ČEZ

Pro rok 2021 máme zatím podané žádosti o tyto dotace

Ministerstvo kultury – projekt „Ta naše země česká“	29 000,- Kč
Nadační fond Tesco – projekt „Zahrada bez bariér“	30 000,- Kč
Jihočeský kraj – projekt „Rok plný tradic“	27 500,- Kč
Jihočeský kraj – projekt „Inspirace života“ – dotace pro pečovatelskou službu (PS)	21 000,- Kč
Jihočeský kraj – projekt „Rozvoj paliativní péče“	17 000,- Kč
Nadace ČEZ – projekt „Kvalitní hygienické zázemí“	99 734,- Kč
Město Bavorov – žádost o dar na koupi 2 transportních vozíků	14 000,- Kč
Město Protivín – dotace z rozpočtu města	6 000,- Kč
Město Prachatice – dotace z rozpočtu města určená na volnočasové aktivity	4 000,- Kč
Město Týn nad Vltavou – dotace z rozpočtu města	8 000,- Kč
Město Strakonice – dotace z rozpočtu města	4 000,- Kč
Město Písek – dotace z rozpočtu města	4 000,- Kč
Město České Budějovice	15 000,- Kč
Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové – projekt „Kvalitní stáří“	42 995,- Kč
Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové – projekt „Jsme tu pro vás“ – dotace pro PS	60 870,- Kč

Všechny tyto žádosti jsou v procesu schvalování. V současné době však ještě nevíme, kolik finančních prostředků se nám podaří získat. Přesto, i nadále sledujeme vyhlášené výzvy, na které reagujeme vytvářením nových projektů za účelem získání co nejvíce finančních prostředků.

Realizací těchto projektů se snažíme o zpestření volnočasových aktivit seniorů a o zlepšení vybavení s cílem zkvalitnit seniorům prostředí, ve kterém žijí a tím zvýšit kvalitu naší pobytové služby domov pro seniory a terénní pečovatelské služby.

„Jak jde čas ... v CSP Vodňany“ – dvouměsíčník. Vydává a tiskne: CSP Vodňany. ZDARMA. Náklad 100 ks
Centrum sociální pomoci Vodňany, Žižkovo náměstí 21, 389 01 Vodňany, telefon 383 382 625, www.cspvodnany.cz,
Redakční rada: Mgr. Bc. D. Davidová, Bc. M. Hynková, P. Pecková, Odpovědný redaktor: Petra Pecková