

Obsah čísla:

Projekt Péče o pečující	str. 1
Světový den hudby	str. 2
Shrnutí aktivit - DS.....	str. 5 - 9
Stáže v CSP Vodňany	str. 9
Nové vybavení	str. 10
Narozeniny	str. 10
Vítáme Vás, Vzpomínáme	str. 10
Stylově v každém věku	str. 11
Světové dny.....	str. 12
Recept měsíce	str. 12
Plán kulturních akcí	str. 13
Zábava	str. 14

Projekt Péče o pečující

Péče začíná u těch, kdo pečují: projekt, který přinesl podporu i novou energii



Jihočeský kraj

Náročná práce s lidmi si žádá nejen odbornost, ale také vnitřní stabilitu a dostatek sil. Právě na tyto aspekty se zaměřil projekt „Péče o pečující“, který byl letos v Centru sociální pomoci Vodňany reali-

zován díky finanční podpoře Jihočeského kraje ve výši 17 480 Kč. V rámci projektu proběhl akreditovaný kurz „Péče o pečující“ vedený Mgr. et Mgr. Miroslavem Erdingerem ze vzdělávací instituce Cura-tio. Pracovníci zde získali nejen nové podněty pro svou profesi, ale především možnost zpomalit, načerpat energii a zaměřit se také na vlastní potřeby. Kurz spojoval praktické dovednosti s lidským přístupem, což vytvořilo prostor pro hlubší uvědomění, proč je práce v péči tak výjimečná i náročná.

Díky absolvování kurzu došlo také k prodloužení certifikátu „Pracoviště proškolené v paliativní péči“, který naše zařízení získalo v roce 2024. Téma citlivého doprovázení v závěru života je v Centru sociální pomoci Vodňany dlouhodobou prioritou. Projekt „Péče o pečující“ nám připomněl důležitou pravdu: abychom mohli dobře pečovat o druhé, musíme nejprve věnovat péči i sami sobě. Děkujeme Jihočeskému kraji za podporu, která nám umožnila dopřát našim zaměstnancům zasloužený prostor pro růst, sdílení a načerpání nové inspirace.

PO PŘEČTENÍ PŘEDEJTE, PROSÍM, DALŠÍMU ČTENÁŘI !!!

Světový den hudby

Světový den hudby se oslavuje každoročně 21. června. Zrodil se v roce 1982 ve Francii. I když šlo původně o nápad amerického hudebníka Joela Cohena v 70. letech minulého století. Pracoval pro francouzské rádio a chtěl, aby právě tento večer hrála živá hudba na přivítání prvního letního dne.

Myšlenka byla potom přijata ve zmiňovaném roce 1982, kdy se Jack Lang, (francouzský skladatel) a Maurice Fleuret (hudební novinář) připojili k francouzskému ministerstvu kultury k oslavám hudby spolu s amatérskými a profesionálními hudebníky. Přáli si, aby živá hudba byla dostupná všem, a to bez ohledu na jejich původ. První Fête de la Musique (Světový den hudby) tak byl na světě!



První oslava se konala v ulicích Paříže a během roku zaznamenala obrovský úspěch. V roce 1997 byla v Budapešti podepsána charta European Party of Music, která oslovila země mimo Evropu, aby se k této každoroční oslavě rovněž připojily. Podstata Světového dne hudby přitom spočívá v jeho jednoduchosti. Dnes se slaví ve více než 120 zemích a na tisících míst – od městských náměstí po malé vesnické dvorky.

Hudba překračuje hranice jazyků, kultur i generací. Dokáže vyvolat emoce, vyprávět příběhy a spojoval lidi napříč celým světem. Světový den hudby je připomínkou toho, že hudba není jen zábava, ale také nástroj porozumění, empatie a kulturní identity.

Jedním z hlavních principů tohoto dne je otevřenost a dostupnost hudby všem. V rámci oslav se konají koncerty, workshopy a pouliční vystoupení, často zdarma a přístupné široké veřejnosti. Hudebníci – amatéři i profesionálové – mají příležitost sdílet svou tvorbu s ostatními a zaplnit veřejný prostor zvuky nejrůznějších žánrů – od klasiky, přes jazz a folk, až po elektroniku nebo hip-hop.

Ani Česká republika nezůstává pozadu. V Praze, Brně i dalších městech se v tento den konají koncerty na netradičních místech – na ulicích, náplavkách, ve dvorcích nebo parcích. Mnohé školy, kulturní centra a hudební spolky pořádají akce, které dávají prostor mladým talentům i zkušeným hudebníkům.

Hudba není jen zábavou, ale může mít i léčivý účinek. V posledních letech narůstá význam muzikoterapie, která využívá hudbu k podpoře duševního i fyzického zdraví. Světový den hudby tak může být i příležitostí k zamyšlení nad tím, jakou roli hudba hraje v našem každodenním životě – při relaxaci, sportu, učení nebo zvládání stresu.

Světový den hudby je víc než jen kulturní událost – je to oslava lidské kreativity, svobody a sounáležitosti. Ať už jste profesionální hudebník, vášnivý posluchač, nebo jen někdo, kdo si rád pobrukuje v autě, tento den je pro vás. Proto si ho připomeňme a dejme hudbě prostor – ve svých ulicích, domovech i srdcích.

Hudba patří všem. Tak ji slavme společně.



Shrnutí aktivit v domově pro seniory

DUBEN

Ani vyšší věk není překážkou, pokud nechybí chuť pomoci. Naši senioři se zapojili do celostátní akce Uklidme Česko a s elánem se pustili do úklidu parku Jana Pavla II ve Vodňanech. Ukázali tak, že jim záleží na prostředí, ve kterém žijí, a že každý může být inspirací svému okolí. Společně strávený čas na čerstvém vzduchu přinesl nejen pocit dobře vykonané práce, ale i příležitost k milému povídání a radosti z čistého okolí. Všem zapojeným patří velké poděkování!



Pojízdná prodejna občas zastaví i u nás a přiváží pečivo, ovoce a další drobnosti, které potěší. Ale není to jen o nákupu – přináší i možnost vyjít ven, vybrat si a popovídat si. Mnohým to připomene časy, kdy podobná auta jezdila pravidelně a nákup byl malou událostí. Takové okamžiky jsou pro každodenní život cenné. Obyčejné, a přitom důležité.

U nás už to jarem nejen voní, ale i krásně kvete! Seniorky se s nadšením pustily do velikonočního tvoření. Vyráběly papírové zajičky jako zápichy, sázely jarní květiny a z látky vzniklo několik krásných textilních zajičků. Celková atmosféra byla tvořivá, barevná a plná radosti. Děkuje všem, kdo se zapojili, a těšíme se na další jarní nápady!



Rádi bychom ještě jednou poděkovali Zahradnictví Plíva z Vodňan za nádherný dar, který nám přinesl jaro přímo do našeho zařízení. Paní Markéta Pečená a pan Michal Pečený nám s velkým srdcem věnovali sazeničky jarních květů, které nejen rozzářily naše záhony, ale přinesly radost i do srdcí našich seniorů. Tato laskavost je pro nás nejen krásným gestem, ale také důkazem, jak důležitá je spolupráce s místními lidmi a podniky. Děkuje za všechny barvy, vůně a radost, které jste nám přinesli. Vaší podpory si nesmírně vážíme.

V průběhu dubna proběhlo v Centru sociální pomoci další milé mezigenerační setkání. Děti z MŠ Smetanova Vodňany k nám přišly v rámci projektu Mezi námi potěšit naše seniory velikonočním tvořením. Společně vyráběli papírové slepičky, a přitom si vyměňovali nápady, úsměvy i cenné životní zkušenosti. Takové chvíle nám vždy připomenou, jak důležité je sdílení radosti i obyčejného lidského kontaktu. Děkuje dětem i paním učitelkám za návštěvu a těšíme se na další společné chvíle. V Sociálním centru Vodňany se duben nesl ve znamení jara, Velikonoc a silných společných prožitků.



Velikonoční atmosféra naplnila celý měsíc radostí, barvami a tvořivou náladou. Přípravy byly v plném proudu – od setí tradičního osení, které symbolizuje nový život a svěží jarní energii, až po pestré tvoření s našimi seniory. Během zahradní terapie jsme společně sázeli jarní květiny, vzpomínali na staré zahrádky a podporovali nejen paměť, ale i chuť do dalších činností. Přidala se k nám i paní ředitelka, která ukázala, že jí to jde skvěle nejen za stolem, ale i s květináčem v ruce. Při dalších velikonočních aktivitách jsme si vyzkoušeli ubrouskovou techniku, pletení košíčků z provázků i pečení lineckých vajíček. Každé tvoření přinášelo nejen radost z výsledku, ale také příležitost k povídání, vzpomínání, sdílení a smíchu. Jemná motorika, trpělivost a zručnost se spojily s přátelskou atmosférou a chutí tvořit něco krásného. Do jarní mozaiky se krásně zařadila i jedna voňavá aktivita v rámci Smyslové aktivizace – příprava domácí vaječné tlačanky. Naše šikovné kolegyně se seniorkami vařily, míchaly, krájely... ale především vzpomínaly. Každý krok receptu byl malou cestou do minulosti – ke slavnostním



stolům, babiččiným specialitám a rodinným oslavám. Atmosféra byla uvolněná, radostná a srdečná – smích se mísil s vůní vařených vajec a majonézy. Velikonoce u nás nejsou jen o výzdobě. Ani vaření není jen o jídle. Jsou to společné chvíle, které dávají každému dni nový smysl. Děkujeme všem, kdo byli součástí těchto voňavých a srdečných okamžiků.

Velikonoční atmosféru v našem zařízení obohatila návštěva paní Jitky Homolkové, která přivezla ukázkou své jedinečné práce s ručně zdobenými husími vejci. Obdivovali jsme precizní techniku děrování kraslic a nasávali inspiraci z každého detailu. Paní Homolková nám názorně předvedla, jak si připravuje šablonu, jak vejce vyfukuje a jemně vrtá, aby vznikl její typický filigránový vzor. Se zaujetím jsme sledovali celý proces a nechali se vtáhnout do světa trpělivosti, pečlivosti a kreativity. Setkání se neslo v duchu obdivu k lidské šikovnosti, sdílení a společné radosti. Děkujeme za krásný zážitek, který potěšil nejen oči, ale i duši.



V jednom obyčejném odpoledni se naše jídelna proměnila v koncertní sál. Mezi naše seniory zavítala výjimečná hudební osobnost – zpěvačka Magda Malá, kterou mnozí znají z hlavních rolí slavných muzikálů jako Bídníci, Dracula, Miss Saigon či Ples upírů. Její návštěva nebyla jen o zpěvu, ale především o emocích, upřímnosti a laskavém kontaktu s publikem. Zazněly známé muzikálové melodie, oblíbené písně i tradiční lidovky. Radost, kterou svým vystoupením přinesla, se odrážela ve tvářích všech přítomných – a mnozí si s ní i zazpívali. Odpoledne, které by mohlo být běžné, se díky této události proměnilo v nezapomenutelný zážitek plný hudby, vzpomínek a dojetí. Celá akce byla spolufinancována z grantu Ministerstva kultury „Ještě nepatříme do starého železa“, který podporuje kulturní aktivity seniorů. Děkujeme Magdě Malé za krásný dar v podobě hudby a radosti, který vnesla do našich životů.

Do Centra sociální pomoci zavítala paní Olga Mrázová, aby seniorům zpříjemnila odpoledne svou jedinečnou sbírkou oblečení z druhé ruky. Přivezla s sebou pečlivě vybrané, cenově dostupné kousky – halenky, sukně, saka a další módu, která potěšila nejen oko, ale i duši. Pro mnohé z našich senierek to byla vzácná příležitost znovu si vybrat něco hezkého na sebe, zavzpomínat na módní trendy svého mládí nebo si jen popovídat o tom, co se „nosilo tenkrát“. Celé odpoledne se neslo v příjemné atmosféře, kterou doprovázely srdečné rozhovory a úsměvy. Na závěr každá seniorka dostala malý, ale o to krásnější dárek – kytičku věnovanou přímo paní Olgou. Tento osobní dotek udělal velikou radost a mnohé dojal. Děkujeme paní Mrázové za její čas, ochotu a radost, kterou s sebou přinesla. Její obchod najdete na Facebooku pod názvem L O R. Odpoledne jsme si opravdu užili a už teď se těšíme na další podobná setkání.



V domově pro seniory proběhla další narozeninová oslava, tentokrát věnovaná oslavencům, kteří slaví v měsíci dubnu. Setkání se neslo v radostném a zároveň dojemném duchu, který připomněl, jak důležité je sdílet krásné okamžiky společně. V rodinné atmosféře si všichni užili milé chvíle plné smíchu, přání a přátelských rozhovorů. Takováto setkání mají v našem domově své pevné místo – posilují mezilidské vztahy, přinášejí úsměv na tvář a vytvářejí pocit sounáležitosti nejen mezi seniory, ale



i zaměstnanci. Společné chvíle navozují pocit blízkosti a přispívají k celkové pohodě všech přítomných. K oslavě samozřejmě patří i něco dobrého na zub, a tak nechyběl lahodný narozeninový dort ani voňavá káva, které zpříjemnily slavnostní odpoledne. Všem dubnovým oslavencům ještě jednou ze srdce přejeme pevné zdraví, radost, lásku a spoustu dalších krásných chvil.

V našem domově jsme si připomněli příchod máje tak, jak se na tento krásný čas sluší a patří – společným setkáním, smíchem, hudbou a vůní opečených špekáčků. Tradiční opékání proběhlo v duchu dobré nálady, a i když se to neobešlo bez přítomnosti několika čarodějnic, nikdo se nebál – spíš naopak. Čarodějné odpoledne přineslo radost, zábavu a spoustu příjemných chvil. O hudební kulisu se postarali skvělí harmonikáři, jejichž písničky rozezpívaly nejednoho z nás a pohladily po duši. Nohy se samy pohupovaly do rytmu a na tvářích všech zářil úsměv. Špekáčky se opékaly s péčí a láskou, nikomu nic nechybělo a vše bylo tak, jak má být – voňavé, teplé a s úsměvem podávané. Nešlo jen o příjemně strávené odpoledne, ale o připomenutí významu 1. máje – svátku, který je spojen s láskou, tradicemi, ale i s přátelským setkáváním. V dnešní úspěchané době je důležité nezapomínat na kouzlo společných chvil, které spojují a přinášejí pocit sounáležitosti. Děkujeme všem, kteří se podíleli na přípravě a průběhu této akce, a zvláštní poděkování patří našim hudebníkům, kteří vytvořili atmosféru, na kterou budeme ještě dlouho vzpomínat.



KVĚTEN



Na začátku května jsme se během dopolední besedy vydali na nevšední cestu napříč Českou republikou. Navštívili jsme řadu pozoruhodných míst – Bítov, Vranov, hrad Cornštejn, Jizerské hory, Hejnice, Frýdlant, libereckou zoologickou zahradu, skalní hrad Valečkov, Velkou Deštnou v Orlických horách, Opočno, Uherčice, zámek Chýše, Bouzov či Římov. Zavzpomínali jsme také na město Dobruška a Františka Ladislava Věka, stejně jako na dětství prožité v Rokycanech. Beseda byla plná pestrých vzpomínek, humoru i zajímavostí. Velký dík patří panu Miroslavu Bísko-

vi, který nás poutavě provedl touto cestou.

V květnu jsme si také dopřáli chvíle plné hudby, emocí a vzpomínek při vzpomínkové terapii s melodiemi 70. let. Zazněly známé písně jako Pramínek vlasů, U stánků, Severní vítr je krutý, Tulácké ráno, Plakalo bejby nebo Jen se klidně hádej – tedy skladby, které v sobě nesou nejen krásu hudby, ale i sílu společné paměti. Nechyběli interpreti jako Michal Tučný, Karel Gott, Petr Spálený, Václav Neckář či bratři Nedvědové. Hudební pásmo bylo obohaceno o milé a originální scénky s panenkami i vyprávění ze života. Zvláštní pozornost si získala i ukázka panenek Reborn, které u našich seniorů vyvolaly dojetí a něžné reakce. Za krásné a hluboce lidské dopoledne srdečně děkujeme panu Justichovi.



Jedno z květnových odpolední patřilo kouzelnému hudebnímu vystoupení s harmonikou, které nás zaneslo zpět do časů mládí. Znamé tóny písně „Bejvávalo, bejvávalo dobře...“ rozjasnily den nejen našim seniorům, ale i všem přítomným. Se zpěvem na rtech a srdcem plným vzpomínek jsme si připomněli, jak silná a léčivá může být hudba. Atmosféra byla srdečná, dojemná a plná radosti. Vystoupení proběhlo v rámci projektu „Ještě nepatříme do starého železa“, který je realizován s finanční podporou Ministerstva kultury. Děkujeme, že jste s námi sdíleli tento krásný hudební okamžik.



Centrum sociální pomoci se neslo ve znamení pohybu, smíchu a přátelské soutěživosti. Konal se totiž turnaj v bowlingu (kuželkách), do kterého se naši senioři zapojili s obdivuhodným nasazením a elánem. Atmosféra byla plná radosti, povzbuzování a společného sdílení. Nechyběla ani milá návštěva – na chvíli se k nám připojila paní ředitelka, která si s námi symbolicky „hodila“. Její rázný zásah rozhodně potěšil nejen přítomné hráče, ale i diváky. Děkujeme všem zúčastněným za skvělé dopoledne plné energie a dobré nálady.



Smyslová aktivizace v našem domově nabízí seniorům nejen příležitost k procvičení smyslů a jemné motoriky, ale především prostor pro sdílení, radost a návraty ke vzpomínkám. Povídání o pranostikách otevřelo bránu k dávným příběhům o životě v rytmu přírody, starých kalendářích a moudrosti našich babiček a dědečků. Každý měsíc přináší jinou pravdu – a mnohé z těchto lidových rčení platí dodnes. Společné vzpomínání přineslo nejen poučení, ale i úsměvy a krásnou atmosféru. Voňavá máta a domácí limonáda navodily letní náladu, která osvěžila tělo i ducha. Při přípravě jsme si nenápadně procvičili jemnou motoriku a zároveň zavzpomínali na chvíle, kdy podobné dobroty byly součástí každodenního života. Nechyběla radost, sdílení a chuť být spolu. Aromaterapie, kterou v našem domově pravidelně zařazujeme, je doslova pohlazením pro tělo i duši. Vůně levandule, pomeranče či rozmarýnu navozují klid, pocit bezpečí a pohody. Jemné doteky a masáže uvolňují napětí, podporují paměť, zlepšují náladu a přispívají ke kvalitnějšímu spánku. Aromaterapie není jen o vůni – je o vnímání, respektu a tichém porozumění. Je to chvíle klidu, která pohladí tam, kde už slova nestačí. V rámci individuální smyslové aktivizace jsme se se seniorkou věnovaly sázení rýmovníku – voňavé bylinky, která potěší všechny smysly. Práce s hlínou, jemné doteky i známá vůně přinesly příjemné zklidnění, radost a prostor pro milé povídání. Toto setkání u rýmovníku však nebylo jen o rostlinkách. Mělo pro nás ještě hlubší význam – podařilo se nám totiž zapojit do aktivizace jednu z našich senierek, která dříve odmítala jakékoliv společné činnosti. Tentokrát se přidala – s úsměvem a zájmem. Možná to zní jako maličkost, ale pro nás je to velká radost a důkaz, že trpělivost, respekt a laskavý přístup opravdu přináší ovoce. Na závěr si naši senioři připravili jednoduchou, ale o to milejší svačinku – chléb s máslem a čerstvou pažitkou. Společné krájení, mazání a sypání se stalo příležitostí k pocitu soběstačnosti a radosti z obyčejných činností. Takle svačinka chutnala po dětství, jaru a domácí pohodě – a hlavně, chutnala skvěle. V našem centru věříme, že i ty nejjednodušší činnosti mohou mít hluboký význam. Obzvláště, když zapojíme všechny smysly – chuť, vůni, hmat, zrak i sluch – a necháme společné chvíle proměnit v laskavé vzpomínky, sdílené radosti a pocity sounáležitosti. Při pečení rebarborového koláče ožívají nejen recepty našich babiček, ale i jemná motorika, chuť tvořit a radost ze společně stráveného času. Podobně obyčejné – a přitom nesmírně cenné – bylo i vyloupávání hrášku. Zelené lusky v rukou, známá vůně a prsty v pohybu... To vše dokáže vrátit naše seniory zpět na zahrady jejich dětství, k prázdninám u babiček a chvilím, kdy bylo všechno pomalejší a opravdové. A co teprve smyslová aktivizace s bezem – když se celou místností rozlije vůně květů a citrónu, je to jako by se zastavil čas. Krájení, přičichnutí, míchání... a hlavně vzpomínky na domácí limonády a léto, které vonělo po poctivé práci i lásce. Výsledná bezová šťáva byla sladkou tečkou za společnou cestou plnou vjemů a emocí. Nechybělo ani pečení vafel – voňavé těsto, smích, čekání u vaflovače a chutě, které připomněly oblíbené moučníky našich vnoučat. A opět – jemná motorika, trénink soustředění i radost z nových dovedností. Ale aktivizace nemusí být jen o jídle. Někdy stačí utrhnout po cestě kousek rozkvetlé louky a přinést ho těm, kteří už na takovou louku sami dojít nemohou. Položit luční kvítí k posteli, být chvíli jen tak přítomní, pozorovat oči, které se rozzáří – a slyšet slova, která už dlouho nepadla. O babiččině zahradě, o dětství, o letních dnech plných vůní. Tohle všechno je smyslová aktivizace. Není vždy nápadná, ale o to více je hluboká. Podporuje komunikaci, paměť, jemnou motoriku i pocit užitečnosti. A hlavně – dává seniorům to nejcennější: prožitek, radost, přítomnost a důstojné propojení s minulostí. Stačí tak málo – a přitom je v tom všechno.





Jedno z květnových odpolední se proměnilo v mimořádně příjemné a srdečné setkání. Zavítala k nám herečka a dabérka paní Valérie Zawadská – žena s nezaměnitelným hlasem, laskavým humorem a mimořádným charismatem. Během rozhovoru jsme nahlédli do jejího profesního i osobního života. Paní Zawadská se s námi podělila o své herecké a dabingové začátky, o zkušenosti z natáčení i divadla a přidala řadu veselých historek, které přinesly nejen smích, ale i chvíle dojetí. Odpovídala s lehkostí, nadhledem a upřímností, která si ihned získala srdce všech přítomných. Celé setkání se neslo ve velmi milé a otevřené atmosféře. Bylo plné radosti, vzájemného porozumění a krásné energie, kterou paní Zawadská dokázala předat svým vyprávěním i přítomností. Děkujeme, že mezi nás zavítala. Byla to pro nás velká čest – a zároveň vzácná chvíle, na kterou budeme dlouho vzpomínat.

Dopoledne v CSP Vodňany se tentokrát neslo ve znamení péče, hýčkáni a pohody. Pro naše seniorky jsme připravili dopoledne krásy, které jim nabídlo nejen příjemné posezení a milou společnost, ale především chvíle, které patřily jen jim. Dámy si mohly vybrat z voňavých lázní na ruce – osvěžující citronové s plátky citronu a kvalitním éterickým olejem, nebo jemně květinové s levandulí a květy magnolie. Následovala masáž, výživa pokožky a pro ty, které si chtěly udělat radost, i lakování nehtů. Výběr laků byl opravdu pestrý, takže si každá našla ten svůj odstín. Celé dopoledne provázela přívětivá nálada, úsměvy a radost, kterou bylo cítit na každém kroku. Naše seniorky si péči viditelně užívaly, a atmosféra byla tak příjemná, že kdo tam nebyl, může jen litovat – opravdu to stálo za to. Velké poděkování patří také studentům ze Středního odborného učiliště služeb Vodňany, kteří se s námi do péče zapojili a přispěli tak k tomu, že tento den byl ještě krásnější a výjimečnější.



Do CSP Vodňany zavítal pěvecký sbor Pramínek z Cehnic pod vedením paní Sosnové a přinesl s sebou příjemné hudební odpoledne plné lidových melodií. Zazněla i naše oblíbená píseň „Kdyby byl Bavorov“ a mnoho dalších, které rozezpívaly nejen srdce, ale i tváře přítomných. Vystoupení potěšilo nejen hudbou, ale i vizuálním dojmem – členové sboru byli krásně sladění v tematických šatech s motivem not, což podtrhlo celkovou atmosféru setkání. Srdečnost, energie a radost, kterou s sebou přinesli, vytvořily zážitek, na který se bude ještě dlouho s úsměvem vzpomínat. Děkujeme za návštěvu a krásný hudební zážitek.



Mezigenerační setkání v našem centru proběhlo v příjemné atmosféře tradičního pečení kynutých koláčů s makovou a marmeládovou náplní, doplněných voňavou drobenkou. Děti z MŠ Smetanova měly možnost naslouchat zkušenostem našich babiček, které s láskou vzpomínaly na časy, kdy se koláče pekly při každé slavnosti, a s radostí předávaly své dovednosti dál. Celé dopoledne bylo plné smíchu, vůní a vzájemného sdílení, které propojilo různé generace a vytvořilo krásné chvíle plné porozumění a radosti. Taková setkání opravdu hřejí u srdce.





V květnu proběhla v našem zařízení narozeninová oslava, která se stala opět krásnou příležitostí ke sdílení radosti, vzpomínek a milých společných chvil. Společně jsme popřáli všem oslavencům, zavzpomínali na uplynulé chvíle a posílili vzájemné vztahy, které jsou pro nás tím nejcennějším. Atmosféra byla srdečná a příjemná, za což patří velké poděkování všem, kdo se podíleli na její přípravě a přispěli tak k tomu, že se oslava stala nezapomenutelným zážitkem.

Vodňanské ulice v pátek 24. května ožily veselím a barvami díky Majálesu studentů Gymnázia Vodňany – a radost z této slavnosti se přenesla i k nám do domova. Díky iniciativě samotných studentů, kteří nás předem oslovili, měl jejich barevný a hravý průvod naplánovanou trasu přímo kolem našeho zařízení. Naši senioři se s radostí přišli podívat ven a s úsměvem mávali masek a kostýmů plnému průvodu. Živá a přátelská atmosféra přinesla do běžného dne příjemné rozptýlení, radost i úsměvy na tvářích. Pro mnohé to bylo milé připomenutí mládí a studentských let, pro jiné prostě krásný zážitek plný pohybu, hudby a radosti ze života. Velmi si vážíme, že studenti i jejich pedagogové mysleli na naše obyvatele a věnovali jim tuto chvíli pozornosti. Děkujeme Gymnázium Vodňany za tento krásný nápad – byl to pro nás opravdu srdečný zážitek.



Stáže v CSP Vodňany

Studenti u nás sbírají zkušenosti

V našem zařízení CSP Vodňany poskytujeme prostor pro stáže a odborné praxe studentům několika vzdělávacích institucí zaměřených především na zdravotní a sociální profese. Spolupracujeme například se Zdravotně sociální a Teologickou fakultou Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Dále



máme uzavřené dohody se Střední školou a Jazykovou školou s právem státní jazykové zkoušky Volyně a s Vyšší odbornou školou sociální a Střední pedagogickou školou Prachatic, a mnoho dalších. Profesní praxi u nás absolvují také účastníci rekvalifikačních kurzů Pracovník v sociálních službách. Aktuálně u nás probíhá pravidelná praxe celého ročníku studentů SOU Vodňany, oborů Pečovatelské služby, Kuchař-číšník a Stravovací a ubytovací služby. Těší nás dlouhodobá spolupráce právě s touto školou, jejíž studenti se u nás učí nejen přímé péči o klienty, ale získávají i zkušenosti v oblasti přípravy a servírování stravy. Studentům se snažíme předat co nejvíce praktických znalostí a zkušeností a věříme, že kvalitní příprava budoucích pracovníků je základem pro další rozvoj sociálních služeb.

Nové vybavení domova pro seniory



Tak je doma. Reklamní slogan by v tomto případě zněl: „Nová pračka, která šetří čas i peníze!

Průmyslová pračka FX180, cena 312 503,07 Kč, dodavatel Alliance Laundry CE s.r.o.

Úspornější, tišší a přehlednější, snadné ovládání, rychlé programy – méně čekání, více pohodlí. Nízká spotřeba vody a energie.

A takových praček potřebujeme v budoucnu vyměnit ještě tři.

Narozeniny

DOMOV PRO SENIORY

16. 6. MUDr. Vlasáková Otilie
17. 6. Kozlík Jan
18. 6. Štruncová Jana
23. 6. Rychlá Jaroslava
26. 6. Daňková Anna
27. 6. Hrodějová Anna
1. 7. Kandová Věra
11. 7. Čejková Růžena
12. 7. Hanžlová Anna

13. 7. Kačerová Jiřina
19. 7. Kovářík Petr
20. 7. Nečasová Zdeňka
23. 7. Votánková Anna
24. 7. Kovárna Jaroslav
25. 7. Horáková Anna
2. 8. Stará Marie
2. 8. Šiklová Marie
4. 8. Pešková Marie

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

16. 6. Chuttková Jana
21. 6. Kadlecová Věra
24. 6. Kajtmanová Drahlava
27. 6. Vrbová Marie
5. 7. Grillová Anna
6. 7. Lafata Jan
9. 7. Křenková Růžena
10. 7. Krausová Miruše

18. 7. Choleva Petr
24. 7. Polanská Vlasta
27. 7. Procházková Božena
28. 7. Brožová Růžena
9. 8. Hanus Jan
10. 8. Husarová Božena
10. 8. Kapusta František



BLAHOPŘEJEME!!!

Vítáme Vás

Nově mezi nás zavítali tito uživatelé:



Remišová Květoslava
Borovková Věra
Vejvoda Miroslav

Eliášková Jaruška
Procházka Petr

Vzpomínáme

Opustili nás tito uživatelé:



DOMOV PRO SENIORY

Kejšarová Jana
Vobrová Marie
Řezanka Václav
Štátková Jarmila

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

xxx

Stylově v každém věku

Módní odpoledne s paní Olgou Mrázovou v CSP Vodňany v domově pro seniory

V Centru sociální pomoci Vodňany jsme nedávno zažili velmi milé a stylové odpoledne, které bylo plné módy, vzpomínek a radosti. Zavítala k nám paní **Olga Mrázová** se svou jedinečnou sbírkou second hand pokladů – krásných, kvalitních a cenově dostupných oblečků, které nejen potěšily oko, ale především duši.

Smyslem celé akce bylo **dopřát našim seniorkám možnost, kterou už často samy nemají – vybírat si něco hezkého na sebe**, udělat si radost, popovídat si o módních trendech, které prožily, nebo se jen na chvíli vrátit ve vzpomínkách do dob, kdy samy chodily do obchodů a ladily svůj šatník. Zdraví a věk dnes mnohým z nich brání v běžných činnostech, které byly dříve samozřejmé. O to větší význam má, když se podaří tyto zážitky přinést přímo k nim.

Paní Olga navíc ochotně radila – co se dnes nosí, jak různé kousky oblečení kombinovat, nebo jak podtrhnout vlastní styl. Její přístup byl citlivý, vřelý a inspirativní, a proměnil obyčejné nakupování v opravdový zážitek.

Celým odpolednem se nesla pohodová a přátelská atmosféra – nechyběly úsměvy, komplimenty ani příjemné rozhovory. A aby toho nebylo málo, paní Olga každé seniorce na závěr osobně věnovala drobnou kytíčku – malý, ale velmi srdečný dárek, který zahřál u srdce.

Děkujeme paní Mrázové za její čas, laskavost a nadšení, se kterým k nám přišla. **Její obchod najdete i na Facebooku pod názvem L O R.** Pokud hledáte stylové a dostupné oblečení s duší, určitě doporučujeme nahlédnout.

Módní odpoledne jsme si všichni moc užili a věříme, že podobné akce u nás nezůstaly naposledy. Protože styl a radost z něj patří k životu v každém věku!

L O R

Objevte s námi svůj styl a vstupte do světa jedinečného módního zážitku!

FACEBOOK
@ L O R

CHCETE VEDET VIC?

PRIDEJTE SE DO NAŠÍ SKUPINY NA FACEBOOKU

@ L O R

Lucie Hucková
Olga Mrázová
Romana Marková

Co nabízíme?
módní značky
široký výběr
udržované zboží

"Móda, co šetří přírodu i Vaši peněženku!"

FASHION & STYLE



Světové dny v CSP Vodňany

Americký den



Při jednom z našich světových dnů jsme se vydali za chutěmi Ameriky. Den začal sladkou snídaní – lívanečky s javorovým sirupem byly jako z filmového brunchu. Pokračovalo se vydatnou polévkou Chowder a ho-
vězím hamburgerem s cibulovými kroužky. Večer patřil smaženým kuře-
cím kouskům se salátem Coleslaw.

Kuchařky se opět postaraly o skvělou atmosféru – převlékly se za pravé americké kovbojky a společně s výzdobou a hudbou navodily stylovou „westernovou“ náladu.

Děkujeme za kulinářský zážitek a tematické dobrodružství!

Indický den

Vůně exotického koření, barevná výzdoba, hudba a chuť daleké Indie – takový byl další tematický den v naší jídelně! Tentokrát jsme se přenesli do Indie a užili si celý den v duchu indické kuchyně a kultury.

Na snídani nás potěšily tradiční pálené rýžové koláčky, oběd zahájila polévka z červené čočky a hlavním chodem byla vý-
tečná plněná placka se sýrem a bramborami. Den jsme zavr-
šili kuřetem po indicku s voňavou rýží.

Velké poděkování patří našim šikovným kuchařkám, které pro nás opět připravily nejen výjimečné menu, ale také se s nadšením proměnily v Indky, vyzdobily jídelnu a vytvořily jedinečnou atmosféru. To vše dělají navíc – z radosti a pro radost ostatních. Děkujeme!



Recept měsíce

Třešňový koláč

CO BUDETE POTŘEBOVAT:

20 dkg másla
6 vajec
18 dkg cukru krystal
25 dkg mouky
2 lžičky prášku do pečiva
75 dkg třešní



POSTUP:

Oddělte žloutky a bílky. Z nich ušlehejte tuhý sníh. Změklé máslo vyšlehejte se žloutky a cukrem do nadýchané pěny. Sníh z bílků opatrně vmíchejte do mouky prosáté s práškem do pečiva. Směs rozetřete na plech vymazaný tukem a vysypaný hrubou moukou nebo vyložený pečicím papírem, poklademe vypeckovanými třešněmi a pečeme v předehřáté horkovzdušné troubě na 175 stupňů, dokud povrch nezezlátne.

Plán kulturních akcí

Kulturní Akce Červen

Hra BINGO s žáky Základní školy Bavorovská
Pátek 13. června od 9.15 hod.
Na jídelně

**Divadelní, pohádkové a filmové melodie
od dětí ze ZŠ ulice 5. května Vodňany**
Úterý 17. června od 9.30 hod.
Společenská místnost

Hudební vystoupení pana Tomáše Vaňka
Středa 18. června od 14.00 hod.
Na jídelně

Mezi námi s dětmi z MŠ Smetanova, návštěva školky
Pondělí 23. června
Sraz na recepci v 9.15 hod.

Oslava narozenin pro červnové oslavence
Středa 25. června od 14.00 hod.
na jídelně

**Centrum sociální pomoci Vodňany pořádá
v rámci projektu**

**“Ještě nepatříme do
strého železa.”**
akci pro seniory

v úterý 5. srpna ve 14:00 hod.

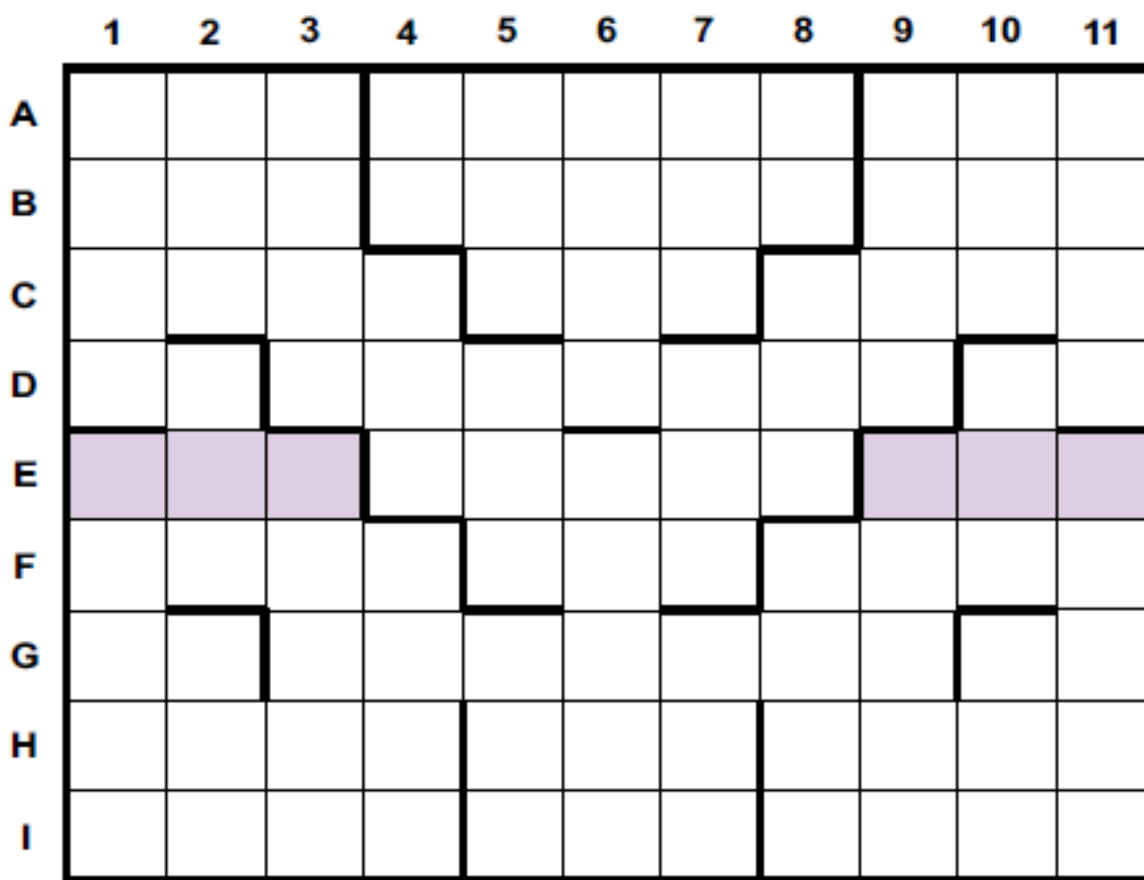
**Harmonikářské
vystoupení **dua Iva
Zemanová a Pavel
Vokurka****

**Akce pro seniory se uskuteční na
dvoře domova pro seniory.**

Tento projekt je realizován za finanční
podpory Ministerstva kultury.

Zábava

Klasická křížovka



Vodorovně: A. Na toto místo; prudce jedovaté byliny; puklina. – B. Oslavná báseň; slovanský bůh hromu; typ Fiatu. – C. Rohovnický cvičný štít; potom; chudozubý savec. – D. Označení našich letadel; stát USA; končetina. – E. 1. část tajenky; nedokončiti; 2. část tajenky. – F. Bývalá vojenská prodejna; primitivní střelná zbraň; alžírské víno. – G. Iniciály herce Soboty; latinskoamerická široká ulice; japonská míle. – H. Sicilská sopka; klan; zkratka největší německé organizace automobilistů. – I. Jádru; ženské jméno; evropský veletok.

Svisle: 1. Samostatně; kus dřeva. – 2. Domácky Eduard; rámová pila; jubilejní. – 3. Potřeba turisty; bezvýznamný člověk (hovorově). – 4. Tropický savec; planetka; vyhynulý kočovník. – 5. Husitská zbraň; modla; zkratka souhvězdí Eridanus. – 6. Zranění; obec v okrese Rakovník. – 7. Polévkový knedlíček; ne tak; běloveská kyselka. – 8. Ruská řeka; řecky „proti“; severský statek bez lenního závazku. – 9. Zvětšovací sklo; schůze. – 10. Osobní zájmeno; část obličeje; otrok. – 11. Vražda; součást klikového mechanismu.

Pomůcka: ADAC, Arne, nýmand, odal, Yn. (mk)

Jediným postižením v životě je ... (TAJENKA) – výrok Scotta Hamiltona, bývalého vynikajícího amerického krasobruslaře, olympijského vítěze z roku 1984 a čtyřnásobného mistra světa.