

Obsah čísla:

Úvodem – Kuchařská soutěž	str. 1
Tříkrálová sbírka	str. 1
Článek „Trénování paměti“	str. 2
Shrnutí kulturních akcí DS	str. 3 - 5
Shrnutí kulturních akcí PS	str. 5 - 6
Narozeniny	str. 6
Vítáme Vás, Vzpomínáme	str. 6
Dušičky vs. Halloween	str. 7
Ocenění	str. 8
Zvířátková terapie	str. 8
Recept měsíce	str. 8
Kulturní akce	str. 9
Záhava	str. 10

ÚVODEM – Kuchařská soutěž

Kuchařská soutěž pro domovy pro seniory

Jednou z členek našeho kuchařského týmu je v Centru sociální pomoci Vodňany Ivana Králová. O uspokojení chuťových buněk našich seniorů i zaměstnanců se s kolegyněmi stará již 12 let. Dne 27. srpna 2019 se zúčastnila již podruhé kuchařské soutěže v Praze organizované Asociací kuchařů a cukrářů ČR v kategorii Nejlepší kuchař roku 2019 ve společném stravování v kategorii Nejlepší pokrm pro seniory 70+. Umístila se ze 109 kuchařů na nádherném 5. místě. Vařený pokrm byl až uměleckým dílem, které lahodilo nejen oku a chuťovým buňkám, ale hlavně nutričním velmi přísným podmínkám. Soutěžícím pokrmem byly placičky z krůtího masa ve dvou variantách – maso s kousky a maso mleté v kombinaci se šmakounem (bílkovinou), šťouchané brambory s cibulkou a grilovaná zelenina. Pro soutěžící a doprovod (vedoucí kuchyně a ředitelka)

působila tato akce jako velmi dobrý vzdělávací činitel, a hlavně jsme rádi, že naše kuchařské umění je důkazem kusu poctivé práce, kterou běžně poskytujeme.

*Dobrou chuť přeje ředitelka
CSP Vodňany,*



Daniela Davidová



PO PŘEČTENÍ PŘEDEJTE, PROŠÍM, DALŠÍMU ČTENÁŘI !!!



Tříkrálová sbírka

Centrum sociální pomoci Vodňany obdrželo od Římskokatolické farnosti ve Vodňanech v rámci Tříkrálové sbírky 2019 finanční hotovost ve výši 10 000,- Kč. Tento dar byl použit na částečnou úhradu geriatrického křesla Coraille, které je určeno pro zvýšení kvality života zdravotně a sociálně znevýhodněným uživatelům domova pro seniory CSP Vodňany.

Děkujeme!



Článek: „Trénování paměti“

Pokud si chcete udržet dobrou paměť, je potřeba ji pravidelně trénovat. Není to nic těžkého, paměť jde trénovat různými způsoby. Jde o to, že musíte svůj mozek občas trochu "rozhýbat".

Paměť provází člověka celým životem. Díky paměti si uchováváme vědomosti, prožitky, dovednosti, uvědomujeme si, kdo jsme, vnímáme svou jedinečnost. Paměť je základem úspěchu, je nezbytnou součástí dobrého a produktivního fungování. Paměť nám umožňuje uchovávat informace a znovu je používat. Jde o proces vštěpování informací, následného uchování a vybavení a po celé věky se vědci, filozofové, sociologové, či biologové snaží přijít na podstatu jejího fungování. Jak to, že dokážeme uchovat některé informace pouze po krátkou dobu a jiné jsou pevně zakotvené v naší paměti.

Pro paměť je nejhorší nečinnost, nedostatek podnětů ke zpracování. Paměť, pokud není adekvátně stimulována, „zleniví“ a pak samozřejmě mnohem hůře funguje. Ostatně jako kterýkoli jiný orgán nebo sval v těle. Ale je pravdou, že zapomínání je nám v jistém smyslu prospěšné – představte si, že každou vteřinu do našeho mozku přichází až 10 milionů informací především prostřednictvím našich smyslů. Proto i zapomínání má svůj smysl.

Kognitivní funkce jsou všechny myšlenkové procesy, které umožňují rozpoznávat, pamatovat si, učit se a přizpůsobovat se v obecné rovině. Konkrétně jde o tyto psychické procesy: paměť, koncentrace, pozornost, řečové funkce, rychlost myšlení a porozumění informacím, schopnost řešit problémy, plánovat, organizovat, činit náhled a vyvozovat úsudek.

Jak trénovat paměť

Trénink paměti nemusí trvat vůbec dlouho. Stačí, když poznáte jednoduchá cvičení a třeba při jízdě v MHD nebo při nudných chvilkách si provedete několik kratouchkých cvičení, které pozvednou Vaše paměťové dovednosti.



Jakmile trénink paměti pevně začleníte do vaší denní rutiny, můžete očekávat velká zlepšení i při čtení. Informace se Vám snadněji zapíší do paměti, ale hlavně si je dokážete lépe vybavit. Trénink paměti připraví mysl na lepší výkony. Pokud máte dneska problém s pamatováním, po pravidelném cvičení můžete očekávat velká zlepšení. Už se nebudete muset tak usilovně učit doma.

Pokud máte paměť vytrénovanou, mnohem snadněji si pamatujete informace třeba ve škole. Paměť je jako sval, jestliže ho posilujete, zlepšuje se a následné pamatování je pro Vás mnohem snadnější.

Můžeme to přirovnat ke cvičení v posilovně. Lidem dají úkol, aby zvedli na benchpress 100 kg, ti kteří pravidelně posilují, zvednou 100 kg hned, nebo budou potřebovat několik málo dnů na trénink. Lidé, kteří nikdy netrénovali, budou na trénink potřebovat několik týdnů, možná i měsíců.

Podobně to funguje s pamatováním. Jedinci, kteří mají vytrénovanou mysl, se nemusí učit tak usilovně jako ti, kteří nikdy nepodstoupili trénink paměti.

Naštěstí existuje velký rozdíl mezi naším příkladem s posilovnou a tréninkem paměti. Nemusí to trvat tak dlouho! Pokud chcete být úspěšným kulturistou, musíte cvičit několik hodin denně po dobu několika let. Jestliže chcete potrénovat svou paměť a zlepšit své dovednosti, stačí, když tréninku věnujete 5 minut denně.

Shrnutí kulturních akcí za červen - srpen 2019

Domov pro seniory

V pondělí **10. června** se konal slibovaný červnový výlet s překvapením. Účastníci výletu navštívili překrásné **poutní místo Lomec**, nacházející se nedaleko Vodňan. Na Lomci si v klidu a tichosti poseděli v meditační zahradě, samozřejmě navštívili i Kostel Jména Panny Marie. Slíbeným překvapením byla návštěva a prohlídka týdenního stacionáře Domov Žlutý Petrklíč. ►►



◄◄ V úterý **11. června** odpoledne se v CSP Vodňany opět zpívalo, nechybělo ani veselé povídání a historky ze života. O zábavné odpoledne se zasloužili pánové **M. Štěpnička s harmonikou a F. Martíšek s klarinetem**.

V pondělí **17. června** v odpoledních hodinách, proběhl v CSP Vodňany, nám již známý program s názvem „Žena za pultem“. Jde o příjemné společenské posezení našich seniorů u kávy s možností zakoupení si zákusků a chlebíčků.

V úterý **25. června** ve dvoře domova pro seniory se konalo **vystoupení Dechové hudby ZUŠ Vodňany**. Vystoupení žáků, učitelů a ostatních účinkujících všechny zahřálo na duši, tak jako odpolední slunce, které pěkně připalovalo. ►►



◄◄ Ve spolupráci s Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích se v CSP Vodňany konal v pátek **21. června** první kurz projektu **Zdravě a aktivně stárnout** s názvem Můj životní příběh pod vedením lektorky Mgr. Dagmar Dvořáčkové, Ph.D. Zúčastnění si mimo jiné zavzpomínali na doby nedávno minulé, ale především na mládí a

dětství. Všichni odcházeli s úsměvem na rtech.

Dne **2. července** navštívili uživatelé z CSP Vodňany Sloupovou síň Městského úřadu, kde se konala **výstava** kreseb R. Boškové a A. Farové s názvem **Ryby v obrazech**, kterou pořádalo Městské muzeum a galerie ve spolupráci s Fakultou rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity v Č. Budějovicích. Senioři si se zájmem prohlédli tuto zajímavou výstavu. ►►



◄◄ Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích ve spolupráci s CSP Vodňany **4. července** pořádala druhý kurz projektu **Zdravě a aktivně stárnout**, tentokrát s názvem Jóga v denním životě pod vedením lektorky Marcely Mukti. Senioři se seznámili s jógou nejen teoreticky, ale i při praktických ukázkách cvičení, které si sami vyzkoušeli.

Ve čtvrtek **18. července** zněly domovem **harmoniky a zpěv pana Hrdličky a Nečase**. Senioři se postupně zapojovali se svým zpěvem.

Pátek **19. července** nás do tajů baletu přišla zasvětit slečna **Zuzana Sladká**, která se již přes třináct let tímto krásným, ale tvrdým uměním zabývá. Příchozí měli možnost si prohlédnout a osahat baletní boty tzv. piškoty. Zhlédli krátké **ukázky baletu** a vyslechli zajímavé vyprávění o cestě slečny Sladké k baletu. A dověděli se mnoho zajímavostí o baletu za hranicemi naší vlasti. ►►



Pondělí **22. července** se všichni obyvatelé domova nemohli dočkat, konal se **tzv. Zmrzlinový den**. Podstatou tohoto dne je donáška zmrzliny na pokoje všem uživatelům (tedy i imobilním), kteří o ní projeví zájem. Za vydatné pomoci pečovatelských se celá akce zdařila a všichni zájemci si pochutnali na chladivé, chutné zmrzlině. Pro velký úspěch si tento den zopakujeme i v srpnu.



◄◄ Ve středu **24. července** nás čekalo poutavé povídání o Japonsku. **Manželé Hiromi a Pavel Janšovi** nám přišli přiblížit japonskou kulturu a zvyky. Díky jejich návštěvě jsme měli možnost prakticky objevit kouzlo poezie **HAIKU**. A poslechnout hru na původně finský hudební nástroj **KANTELA** z ořechového dřeva, ze kterého pod šikovnými rukama hudebníka vycházejí typicky japonské tóny. Tento zajímavý hudební nástroj vyrábějí jedny šikovné české ruce u nás v Čechách.

V pondělí **5. srpna** se pro velký úspěch opakoval **zmrzlinový den**. Všem uživatelům majícím zájem o zmrzlinu, byla jim dle vlastního výběru donesena na pokoj. Všichni si pochutnali a pochvalovali.



◄◄ Další akcí v rámci projektu **Setkávání s tradicemi**, která se konala v úterý **13. srpna** odpoledne, byla ukázka výroby jihočeských řemesel. Pod vedením **Mgr. Dudákové** se senioři naučili techniky **drátkování** a své výrobky si s hrdostí odnesli, aby se s nimi mohli pochlubit svým blízkým. Projekt byl realizován s finanční podporou Jihočeského kraje.

Ve středu **14. srpna** za námi přijela vzácná návštěva **paní Hana Rabenhauptová** z Prachatic. Přivezla nám představit jednodenní výstavu s názvem **SeniorPexeso**. Při této interaktivní výstavě si senioři i zacvičili. O hudební zpestření se postarali **sestry Šimovy**. ►►



◄◄ V pátek **16. srpna** ve spolupráci se Zdravotně sociální fakultou Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích, která k nám zavítala **doc. PhDr. Adéla Mojžíšová Ph.D**, aby nám přiblížila život v Africe a informovala nás o studijních pobytech studentů v rámci programu Evropské unie podporující zahraniční mobilitu vysokoškolských studentů a pedagogů a spolupráci ve vysokoškolském vzdělávání v Evropě Erasmus. Studenti při těchto pobytech získávají nenahraditelné zkušenosti a zapojují se i do pomoci obyvatelům černého kontinentu.

V rámci grantového projektu Rehabilitace duše a těla nás v pondělí **19. srpna** navštívila paní **Marie Ticháková** se svou zajímavou přednáškou o zdravém životním stylu, zdravém pohybu a vhodném cvičení. Připomněli jsme si, jak je zdravý pohyb užitečný v každém věku. Projekt byl realizován s finanční podporou Jihočeského kraje. ►►



Ani tento měsíc na nás **harmonikáři** nezapomněli. V úterý **20. srpna** zněla domovem krásná hudba a zpěv, která nenechala seniory v klidu sedět. Komu to jen trochu zdravotní stav dovolil i v kole se zatočil.



Klasická románová **balada** českého spisovatele **Ivana Olbrachta**, zfilmovaná v roce 1977, s hlavními hrdiny P. Čepkem, E. Jakoubkovou a dalšími známými herci. Byla ke zhlédnutí při pravidelné kinokavárně pořádané ve středu odpoledne **21. srpna**.

◄◄ Další návštěvou v CSP Vodňany, v rámci grantového projektu Setkávání s tradicemi, byla čtyřčlenná dudácká kapela **Dudáci ze Strakonice**. Akce se konala v úterý **27. srpna** odpoledne v místní jídelně. Uživatelé pozitivně naladil nejen poslech, ale i společný zpěv. Projekt byl realizován s finanční podporou Jihočeského kraje.



V pátek dopoledne **30. srpna** jsme **prozkoumali krásná zákoutí rybníku Blatec** nedaleko Vodňan. Poseděli jsme si na hrázi a mohli vnímat krásu zdejší přírody a nejen vodního ptactva, které je zde zastoupeno ve velkém množství druhů. Tuto romantickou scénérii doplnila silueta jaderné elektrárny Temelín, která již neodmyslitelně patří ke zdejšímu kraji. ►►

Shrnutí kulturních akcí za červenec - srpen 2019 ***Pečovatelská služba***

Dne **23. 7. 2019** proběhlo **vystoupení člena Baráčníků, rychtáře Jaroslava Šikla**, ze spolku obce Baráčníků (Vlastenecko-dobročinná obec baráčníků „VITORAZ“ Vodňany), vycházející z českých lidových tradic, v rámci projektu „Žít na plné pecky“, který je podpořen ze Společného grantu Komunitní nadace Blanicko-Otavské a města Vodňany. Pan Šikl nás seznámil s bohatou historií tohoto spolku a vysvětlil důvod historického založení (cílem byla podpora, nejen finanční, ale i ve formě stravy, apod., dětem, chudým rodinám a seniorům nejen ve Vodňanech, ale i mimo Vodňany). Tento spolek pořádá mnoho akcí (zábavy a plesy, různé scénky) jako např. Staročeská konopická. Pan Šikl přinesl i mnoho artefaktů a pomůcek, které jsme si mohli v rámci přednášky prohlédnout (např. kroniku, Rychtářské právo, kasičku, prapor, knihy, atd.). Tyto pomůcky a artefakty využívají při zasedáních nebo při své prezentaci. Také nám představil kroj „Baráčníků“. Všichni zúčastnění dynamické a vtipné vyprávění pana Šikla se zájmem poslouchali. ►►



Dne **5. 8. 2019** proběhla na Pečovatelské službě ve Vodňanech „**Přednáška Mgr. J. Velkové** (ředitelky Městského muzea a galerie Vodňany) o historii Vodňan a vodňanských literátech, která byla spojená s dataprojekcí“, v rámci projektu „Žít na plné pecky“, který je podpořen ze Společného grantu Komunitní nadace Blanicko-Otavské a města Vodňany. Tato přednáška se zaměřovala na „vodňanské literáty“. Dozvěděli jsme se mnoho nových zajímavostí o životě známých osobností (např. prozaik, dramatik a básník - Julius Zeyer; lékárník, revizor účtů, básník, redaktor a spisovatel - František Herites; básník, žurnalista a překladatel z francouzštiny a polštiny - Otokar Mokrý; malířka a autorka statí o soudobých umělcích - Zdenka Braunerová; malíř, grafik, ilustrátor, scénograf a příležitostný publicista - Jan Zrzavý). V rámci promítání fotografií jsme viděli památky Vodňan, které souvisejí s těmito osobnostmi. Paní ředitelka přinesla i mnoho literatury, kterou jsme si mohli v rámci přednášky prohlédnout. Dále nám paní ředitelka četla úryvky z knih během přednášky. Všichni zúčastnění vyprávění paní ředitelky Mgr. J. Velkové se zájmem poslouchali. ►►



Narozeniny

ŘÍJEN - LISTOPAD 2019

5. 10. Čejková Marie
7. 10. Hadrava Josef
8. 10. Kovářiková Věra
8. 10. Vaňková Marie
11. 10. Martišková Milada
11. 10. Vejvodová Marie
21. 10. Raková Alžběta
28. 10. Janáčková Ludmila
31. 10. Mahelka Miroslav
31. 10. Uhrová Věra



1. 11. Šínáková Miloslava
3. 11. Marková Helena
6. 11. Kub František
12. 11. Rennerová Jitka
16. 11. Vavrušková Marie
18. 11. Buchtela Miloslav
23. 11. Brůžková Marie
23. 11. Jerhot Pavel
29. 11. Podlahová Božena

Vítáme Vás

Nově mezi nás zavítali tito uživatelé:

Nováková Marie
Dubská Věra
Fatrda Antonín
Jelínková Hana
Hulejová Božena
Klewarová Zdeňka
Píchová Ludmila



Vzpomínáme

Opustili nás tito uživatelé:

Vojíková Marie
Kotlíková Marie
Tlamsa Bohumír
Nehodová Blanka
Vlášková Marie



Dušičky vs. Halloween

Dušičky i Halloween mají stejné magické kořeny

U nás se zdobením hrobů a vzpomínkou slaví Památka zesnulých, v anglosaských zemích Halloween. Oba svátky mají kořeny v keltských zvycích z doby, kdy lidé neuměli měřit čas, neznali kalendář a rytmus jejich životů udávalo postavení slunce a luny. Neměli čtyři roční období, ale jen dvě. Světlou, kdy seli, a tmavou, kdy sklízeli. Začátek tmavé části roku se slavil v noci z 31. října na 1. listopadu jako svátek Samhain. Magičnost této noci umocňovala víra Keltů, že se stírá hranice mezi mrtvými a živými. Po dobytí keltských území Římany se keltské a římské tradice různě prolínaly. Katolická církev však o pohanské zvyky neměla zájem a v šestém století zavedl papež Bonifác IV. pro období Samhainu svátek Všech svatých.



Památku zesnulých zavedl v roce 998 benediktýnský opat Odillo z Cluny. Od té doby se v mnoha evropských zemích slaví 1. listopadu svátek Všech svatých a den poté Dušičky. V našich krajích vzpomínáme na zesnulé zapálením svíčky na hrobech.

V anglosaských dáávají svíčku do vydlabané dýně. A nejen to, děti v maškarách, chodí o Halloweenu od domu k domu koledovat. Jakmile vyjde majitel ven, uslyší „Trick or treat?“ – což prý znamená: „Koledu, nebo vám něco provedu“. Řekne-li hostitel trick, děti předvedou nějaký trik, třeba stoj na hlavě, svíčku či přemet a za to dostanou sladkost nebo ovoce. Chození v maskách souvisí se zmíněným Samhainem. Pro Kelty byl Samhain časem, kdy se otvírá brána mezi tímto a dalším světem. Byl to tedy čas komunikace s mrtvými. Duše zemřelých, vracející se v tuto noc domů, vyhledávaly příbuzné, kteří jim měli pomoci vstoupit do Země mrtvých. Zesnulým svítili na cestu pomocí vydlabaných dýní a zároveň se chránili před zlými duchy maskami a převleky. Samhain se této noci říkalo až do 16. století, pak vznikl zkrácením výrazu All-hallow-evening – předvečera Dne všech svatých – Halloween.

Je jedno, zda chceme slavit Dušičky, nebo Halloween a nemá cenu ztracovat to, co neznáme. Pokušíme se spíš udělat si v tyto dny svůj vlastní svátek.

Můžeme vzpomínat na mrtvé, ale připravme se také na dobu čekání na jaro. Bude dlouhá, potrvá až do filipojakubské noci, kdy přivítáme svátkem Beltane světlou část roku.



Vzpomínka na zemřelé je součástí těchto oslav, ale není nutné nakoupit haldy květů. Vzpomínka má být v srdci.

Vážení pozůstalí,
dovolují si Vás srdečně pozvat
na **Vzpomínkovou zádušní mši,**
kterou bude sloužit administrátor
Římskokatolické farnosti ve Vodňanech P. Josef Prokeš
V sobotu 19. října v 11, 00 hodin
v prostorách kaple domova pro seniory ve Vodňanech.

Vzpomínky a úcta zůstávají
ředitelka Centra sociální pomoci Vodňany
Mgr. Bc. Daniela Davidová

Prosíme Vás, o potvrzení účasti na telefonu 383 382 625 p. Kosířové (recepce)

Návštěva z Poslanecké sněmovny PČR

Dne 8. srpna 2019 naše Centrum sociální pomoci Vodňany navštívili poslanci Poslanecké sněmovny PČR, PhDr. Olga Richterová, Ph.D. s asistentkou Zuzanou Freitas a Lukáš Kolářík, a vedoucí odboru sociálních věcí, zdravotnictví a školství Mgr. Júsuf Traore, DiS.

Nejen, že si prohlédli domov pro seniory, ale velice zaujaly si vyslechli problematiku sociálních služeb s našimi konkrétními „bolístkami“ - financování sociálních služeb (dotace, vícezdrojové financování), úhradová vyhláška, potřebnost zdravotních sester, fyzioterapeutů, nutričních terapeutů v pobytových službách, uživatelé s nízkými důchody či exekucemi...

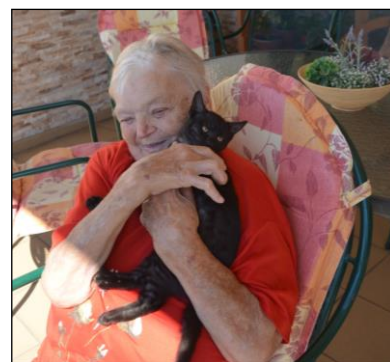
Velmi příjemné setkání, děkujeme za návštěvu.

Mgr. Bc. Daniela Davidová, ředitelka CSP Vodňany



Zvířátková terapie

V CSP Vodňany tvoří obrovský činorodý náboj zvířata, z kterých mohou čerpat velké množství energie a lásky nejen senioři, ale i zaměstnanci. Zooterapie je jednou z podpůrných léčebných metod námi běžně využívaných. Doposud byla rehabilitace prováděna za pomoci akvarijních rybiček a dvou párů ptáčků (zebríček). Jednomu párečku, se zde tak zalíbilo, že má již vlastnoručně vyrobené hnízdo a uvnitř čerstvě vylíhnuté malé tvorečky. Necelých pět let nám zde velmi příznivě působí a dělá radost i canisterapeutický pes Xaviér Jasmínový sen (Jorkšírský teriér), prostě náš „Xavoušek“.



Jelikož, se nám zdála naše zvířecí rodina malá, v průběhu září, se nám rozrostl o dalšího člena. V době dobré i zlé nám bude úsměvy rozdávat čtyřnohý domácí kocour. Jméno zatím nemá, o pojmenování rozhodují naši senioři. Rehabilitace za pomoci tohoto člena bude intenzivnější, protože bude volně pobíhat po domově pro seniory a rozdávat radost a štěstí po celý den všem.

Za CSP Vodňany instruktorka sociální péče, Lucie Michalová, DiS.

Recept měsíce – Křehký jablečný závin

Suroviny

300 g hladké mouky
2 žloutky
1 Hera
2 lžíce studené vody
1 vejce na potřetí závinu
jablka
rozinky
sekané ořechy
trochu skořice
rozpuštěné máslo



Postup přípravy receptu

Do mouky nastroháme tuk, promneme, přidáme vejce a vodu. Zpracujeme vláčné těsto a necháme odpočinout. Zatím si oloupeme a nastroháme jablka.

Pak z těsta vyválíme 2 pláty, na každý rozprostřeme jablka, pokapeme máslem, posypeme skořicí, přidáme rozinky a ořechy. Okraje těsta přehneme do závinu, konce i spoje dobře přitiskneme, aby šťáva z jablek nevytékala.

Závin popícháme vidličkou, potřeme rozšlehaným vejcem a dáme na plech s pečicím papírem. Pečeme při 180 st. cca 30 min.

KULTURNÍ AKCE – září, říjen 2019

Komunitní nadace
KONATO
Křesťanská nadace

Centrum sociální pomoci Vodňany
Pečovatelská služba pořádá:

V RÁMCI PROJEKTU „ŽÍT NA PLNÉ PECKY“

HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ PANA VLADIMÍRA PECHÁČKA
(DLOUHOLETÝ BÝVALÝ ČLEN LEGENDÁRNÍ SKUPINY
PATROLA ŠLAPETO A ORCHESTRU ONDŘEJE HAVELKY),
ZAZPÍVÁ ZA DOPROVODU KYTARY PÍSNĚ STAROPRAŽSKÉ,
LIDOVÉ, POPULÁRNÍ HITY KARLA HAŠLERA I ZNÁMÉ
MELODIE Z FILMŮ PRO PAMĚTNÍKY.

DNE 22. ŘÍJNA 2019 OD 13:30 HODIN.
V „DOMEČKU“ DOMU S PEČOVATELSKOU SLUŽBOU
(BERÁNKOVNA), ELEKTRÁRENSKÁ UL. 35, VODŇANY
- Těšíme se na Vaši účast -
„Projekt je podpořen ze Společného grantu Komunitní nadace Blanicko – Otavské a města Vodňany“




Centrum sociální pomoci Vodňany Jihočeský kraj
pořádá v rámci projektu

„SETKÁNÍ S TRADICEMI“

VÝSTAVA FOTOGRAFIÍ Z AKCÍ PRO SENIORY V CSP VODŇANY,
která se koná

od 1. října do 31. října
v prostorách Městského úřadu Vodňany
(vitríny v chodbě 1. patra)

Tato akce je realizována s finanční podporou Jihočeského kraje

Centrum sociální pomoci Vodňany
Pečovatelská služba pořádá:

**BESEDU, ČLENŮ BARÁČNÍKŮ, ZE SPOLKU OBCE
BARÁČNÍKŮ VITORAZ VODŇANY, VYCHÁZEJÍCÍ
Z ČESKÝCH LIDOVÝCH TRADIC,
NA TÉMA: „JAK SE DŘÍVE ŽILO.“**

DNE 29. ŘÍJNA 2019 OD 13:30 HODIN.
V „DOMEČKU“ DOMU S PEČOVATELSKOU SLUŽBOU (BERÁNKOVNA),
ELEKTRÁRENSKÁ UL. 35, VODŇANY
- Těšíme se na Vaši účast -

Centrum sociální pomoci Vodňany Jihočeský kraj
pořádá v rámci projektu

„REHABILITACE DUŠE A TĚLA“

TYTO AKCE PRO SENIORY

V úterý 17. září v 9:45 hodin
Společný pobyt dětí z MŠ Smetanova a seniorů v přírodě

V úterý 22. října v 9:30 hodin
Společné pohádkové cvičení dětí z MŠ Smetanova a seniorů

V pondělí 11. listopadu v 9:30 hodin
PhDr., MSc. Šanderová Milada
Přednáška o jedlých rostlinách s jejich ochutnávkou

V úterý 19. listopadu v 9:30 hodin
Přednáška pro děti o zdravé výživě pod vedením Bc. Evy
Volmutové

Akce se bude konat ve společenské místnosti Domova pro seniory

**Akce jsou realizovány s finanční podporou
Jihočeského kraje**

AKCE ZÁŘÍ

VE ČTVRTEK 19. ZÁŘÍ VE 14,00 h

Kinokavárna

Ve společenské místnosti domova pro seniory



VE ČTVRTEK 26. ZÁŘÍ VE 14,00 h

Posezení s harmonikou H+N+V

Ve společenské místnosti domova pro seniory



VE STŘEDU 18. ZÁŘÍ VE 14,00 h

Žena za pultem

V jídelně domova pro seniory



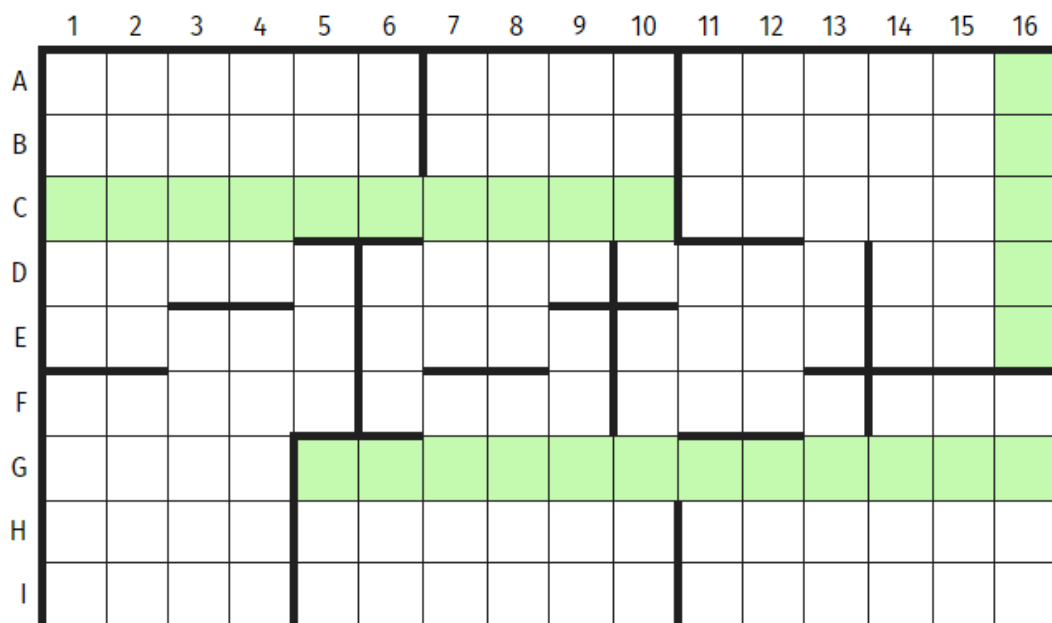
V ÚTERÝ 1. ŘÍJNA VE 14 h

***Přednáška světová náboženství –
křesťanství Mgr. A. Kotová***

V jídelně domova pro seniory



Zábava



Vodorovné legendy

a schůze, karetní barva, šed'
b brýle (zast), zábal, překvapit
c tajenka 1. díl, austr. step
d násilné připojení cizího území, písemnosti, čistá hmotnost bez obalu, řvaní
e vrch, český spisovatel, řehot, dívčí jméno
f nárok, osička, darebák, tělní výměšek
g rozpad buněk, tajenka 3. díl
h plynný uhlovodík, vzít, opuchat
i zhotovená šitím, ospravedlnění, ženské jméno (15. 12.)

Pomůcka

PEKA

Pranostika: Přinese-li déšť svatá ...tajenka.

VTIPY



Sedí blondýnka a bruneta u televize a dívají se na film, kde chce muž skočit z okna a bruneta to stopne a říká: Hele vsadíme se, já si myslím, že skočí a ty?? Blondýna: Já si myslím, že neskočí! Pustili to a on skočil. Bruneta to stopne a řekne: Hele, nic mi nedávej, já už jsem ten film viděla a věděla jsem, že skočí. Blondýna: No, já jsem to taky viděla, ale já si myslela, že podruhé už neskočí!!!

- Dcera říká matce: Chodím s naším sousedem z 3. patra.
 - Měla bys to ukončit, vždyť by to mohl být tvůj otec.
 - Mně ale na věku nezáleží.
 - Dcero, myslím, že jsi mě úplně nepochopila.

Svislé legendy

1 ateista, lysina
2 čisticí prostředek, pracovat s rýčem
3 rulička /říd./, uzlem spojovat konce (moutoužů)
4 domácí Alexandr, trhaná
5 seveřan, upozornění, dolejšek
6 druh papouška, nemocniční oddělení, blamáž /slang./
7 cela, severští paroháči
8 zmenšit objem, směr letu letadla
9 lavice (nářeč), makat
10 nadšení, nečas
11 blázen (expr.), australský pštros, oko (básn.)
12 domácí Eduard, tímto, značka vysavačů
13 divoký člověk, velký šátek
14 kočovníci, český hokejista
15 vinný, syn Judův
16 tajenka 2. díl, otec