



Ústecký kraj



**Seniorcentrum POHODA**

**Domov pro seniory a Domov se zvláštním režimem**

**Ruská 292/2A, 417 03 Dubí 3 – Pozorka**

Tel.: +420 471 212 009, E-mail: [info@seniorcentrum-pohoda.cz](mailto:info@seniorcentrum-pohoda.cz)

# Pohodové noviny



**1. vydání**



**BŘEZEN 2019**




## Slovo úvodem

*Paní ředitelka Hana Zeithammerová*

*Chci vám touto formou přiblížit důležité momenty ze života našeho domova, významná jubilea našich klientů, životní příběhy našich klientů i našich zaměstnanců. Také se dozvíte trochu z historie, jak světové tak domácí.*

*Všichni se můžete zapojit do hodnocení nejlepšího pokrmu měsíce, nejlepší aktivity měsíce, nejlepšího zaměstnance. Budeme rádi za vaše příspěvky a náměty. Protože pouze týmová práce může naplnit náš společný cíl a tím je spokojený klient.*

*Protože bych ráda měla i nadále spokojený kolektiv, tak jsme jako každý rok naplánovali tři společná setkání, kdy první je naplánováno na 26.4., kdy společně posedíme, popovídáme, zatančíme a bude nám fajn.*



*„Dbejme, aby nám stáří neudělalo vrásky také na duši, když je dělá na tváři.“*

*Michel de Montaigne*



## Program na měsíc březen

**6. března: Oslava MDŽ**

- se skupinou OLI
- od 14:30 do 16:30

**12. března: Reminiscenční terapie s Denčou**

**14. březen: Výtvarná činnost s Lídou**  
- jarní motivy

**19 březen: Výlet do kostela  
v Dubí/Teplice**  
spojený s návštěvou kavárny

**21. března: Procvičování kog. funkcí**

**26. března: Muzikoterapie s Janou**  
- hudba dle výběru, poznávání  
autorů, zpěváků

**28. března: Biblioterapie a  
dramaterapie  
s Maruškou**

# Trocha historie

## BŘEZEN

- 3. březen 1994 – V Mnichově zemřel Karel Kryl (\* 12. dubna 1944), český písničkář, jeden z hlavních představitelů českého protikomunistického protestsongu a autor písně *Bratříčku, zavírej vrátka*.
- 5. březen 1933 – V německých parlamentních volbách získala Hitlerova strana NSDAP 44 % hlasů. Týž den americký prezident Franklin Delano Roosevelt vyhlásil v rámci boje s velkou hospodářskou krizí bankovní prázdniny: uzavřel banky a zmrazil všechny finanční transakce.
- 6. březen 1948 – V Divadle ABC se hrála premiéra divadelní hry *Divotvorný hrnec* v režii Jiřího Voskovce.
- 8. březen 1943 – Druhá světová válka: 1. československý samostatný prapor v SSSR podlehl německým jednotkám v bitvě u Sokolova. V boji zahynulo 86 Čechoslováků.
- 12. březen 1918 – Moskva nahradila Petrohrad jako hlavní město Ruska.
- 13. březen 1943 – Druhá světová válka: Adolf Hitler nařídil totální mobilizaci v Třetí říši.
- 19. března 1896 – V Praze byla uvedena do provozu první elektrifikovaná tramvajová linka, která vedla z Karlína do Vysočan.
- 30. březen 1968 – generál Ludvík Svoboda byl zvolen československým prezidentem.





# Trocha histórie Seniorcentra Pohoda aneb nečreba slov....

leden 2012





# RUBRIKA O VYBRANÉM ZAMĚŠTNANCI



**Bc. Pavla Šulcová**

**Sociální pracovnice**

Každý měsíc zde vybereme jednoho zaměstnance a představíme Vám ho trochu jinak a blíže, než ho znáte. Jelikož dělám tyto noviny, tak jsem usoudila, že bych měla jít příkladem a napsat o sobě jako první. ☺

Narodila jsem se v Teplicích, ale celé dětství jsem prožila na malé vesnici Stradonice u Loun. Po studiu jsem pracovala jako vedoucí vychovatelka v družině a poté se nám narodila

dcerka Nina, kterou zde jistě potkáváte (chodí do jesliček). Ninušce budou 2 roky a já cítila potřebu se opět trochu realizovat. Jako sociální pracovnice jsem chtěla pracovat vždycky, ale vítr mě zavál do školství. Nyní cítím, že mě tato práce opravdu naplňuje a že to je přesně to, co jsem hledala. Můžete se na mě s čímkoliv obrátit, dveře jsou u mně v kanceláři vždy otevřené. Budu se snažit Vám zde pobyt zpříjemnit jak jen to bude v mých silách. Najdete mě nejčastěji ve 4. patře v kanceláři sociálního poradenství.



## Interview s klientem

Poprvé s panem Scherpem

**Dobrý den pane Scherpe, jak se máte?**

Já se mám dobře, jsem velmi spokojen, mám tu čisto, sestřičky jsou velmi příjemné. Jen to jídlo by mohlo být lepší, ale to chápu, že se to vždycky všechno nepovede.

**Líbí se Vám tu?**

Ano, moc se mi tu líbí. Jsem tu 2,5 roku, asi od 1.9.2016.

**Máte tu nějaké přátelé?**

Ano, hodně se rozumíme s p. Michoňovou, rozebíráme spolu různé věci, třeba kam se ztrácí voda když je odliv a odkud se bere když je příliv (smích) ☺

**Co jste dělal v životě, řeknete mi něco o sobě?**

Je mi 86 let, 63 let jsem ženatý s mojí ženou, to bych musel mít na hlavě zlatý kříž s jednou ženou (smích).

**A jakou práci jste dělal?**

Jsem 3x vyučen, 1x v koloniálu, potom horník v rudných dolech, kde jsem 30 let pracovat v podzemí. Neviděl jsem světlo světa 10 let! A taky jsem vášnivý nimrod.

**Co to je nimrod?**

No přece Myslivec (smích)

Aha, no to já neznám.

**Kolik jste zastřelil zvířat?**

39 jelenů, z toho jeden měl stříbrnou medaili.

**Za co je ta stříbrná medaile?**

Za paroží, ten jelen měl velké paroží, na zdi mám fotku s tímto jelenem. Měl jsem několik reportáží s různými lidmi o myslivosti ale i o hornictví. Zním všechny zákony a vše ohledně tohoto.

**To je zajímavé a jak tady teď trávíte svůj volný čas?**

Baví mě ruční práce a bavím se rád se všemi sestřičkami.

**Jaké ruční práce děláte?**

Dělám bambulky. Udělal jsem jich 50 na MDŽ, v minulosti 200 pro mateřskou školu v Hrobě.

**To jste moc šikovný, děláte bambulky i pro rodinu?**

No samozřejmě, představte si, mám 7 vnoučat a 5 pravnoučat! Měl jsem 3 syny, jeden mi odešel, ostatní za mnou chodí každý týden. Já sám jsem byl sirotek, v 10 letech můj otec padl ve 2.sv.v., můj bratr byl zajatec v Americe, uměl jsem perfektně anglicky díky němu! Dnes už to neumím.

**Ale umíte toho hodně pane**

**Scherp, třeba německy**

**umíte pergektně a jste**

**moc šikovný,**

**moc děkuji za rozhovor!**





## *JÍDLO MĚSÍCE*

*Za nejchutnější  
jídlo měsíce února  
bylo bezkonkurenčně  
vyhlášeno:*

**Pštosí vejce –  
sekaná pečeně  
s vařenými brambory**





# Co se u nás dělo v únoru

Začalo nám svítit slunce a oteplovat se, tak jsme konečně vyrazili ven ☺



9



Výlet do OC v Teplicích





## Arteterapie



## Canisterapie



10

## Rehabilitační cvičení







**Turnaj v kuželkách**



**A spoustu dalších činností**

**Petterapie**



11



# Kdo oslavil v únoru narozeniny



12



**Blahopřejeme !!!**







V letošním roce jsme přivítali nové klienty:

Argermann Karin  
Chvalovskou Brigittu  
Kopáčkovou Věroslavu  
Erika Oehmanna  
Giuseppe Scilabru  
Svačinovou Marii  
Wolf Brigitte  
Zacharníkovou Hanu

13

Ať se Vám u nás líbí!



V letošním roce nás opustili:

11.2. Dorand Edith Charlotte  
10.1. František Muszl  
19.2. Hildegard Stephan



Čokoliv jsme na tobě milovali a čemukoliv jsme se obdivovali, trvá a potrvá v očích všech a ve věčnosti časů.“ (Tacitus)



## *Jaké služby u nás najdete:*

Seniorcentrum Pohoda poskytuje dle možností klientům fakultativní služby za úhradu podle Ceníku fakultativních služeb.

Klientům jsou zprostředkovány služby externích pracovníků – kadeřnice a pedikérky. Klient má možnost fakultativních zájezdů, výletů i kulturních akcí, může využít speciálně upravené služební auto či bus pro vyřízení soukromých záležitosti nebo pro odvoz za lékařskými odborníky, kteří nedochází do Seniorcentra, může zažádat o zřízení VOIP telefonu (internetové volání) na pokoj.

Klient má také možnost zapůjčit si mechanický či polohovací vozík, antidekubitní matraci či chodítko.

Dále nabízíme našim klientům využití Rehabilitačních služeb

(Wellness centra):

- ❖ Kneippův chodník
- ❖ Perličková koupel
- ❖ Tělesné skupinové cvičení ve vodě
- ❖ Individuální cvičení ve vodě
- ❖ Tělesné skupinové cvičení v prostoru
- ❖ Klasická ruční masáž částečná
- ❖ Klasická ruční masáž celotělová
- ❖ Cvičení jednotlivce
- ❖ Rašelinové zábaly
- ❖ Bazální stimulace
- ❖ Motoped



## VTÍPKY O MANŽELSTVÍ

Manželka doma rže: „Pořád dokola jen vařím a vařím a co z toho nakonec mám - vůbec nic!“ Manžel jí odpoví: „Tak vidíš, jaké máš štěstí. Já z toho mám žaludeční vředy.“

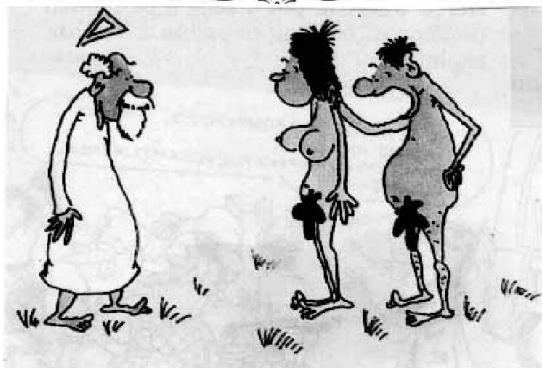
Do salonu vběhne kovboj a volá na jednoho farmáře: "Vaši ženu nabral na rohy býk!" Farmář nic. "Slyšíte? Vaši ženu nabral na rohy býk!" "Jo, slyším, ale bolí mě zub, nemůžu se smát!"

Muž přijde domů z hospody. Žena ho vítá: „Nestydíš se, mít takovou opici?“ „Ále, Maruš, vždyť já se za tebe nestydím.“

Přijde žena domů a povídá manželovi. "Tak jsem dneska jela třikrát na červenou a ani jednou jsem neplatila pokutu. Tak jsem si za ty ušetřené peníze koupila nověj klobouk."

Dva muži jdou po chodníku, když jeden se zastaví a vyhrkne: "Proboha, támhle stojí má žena a baví se s mojí milenkou!" "Á sakra", praví ten druhý, "právě jsem chtěl říci totéž!"

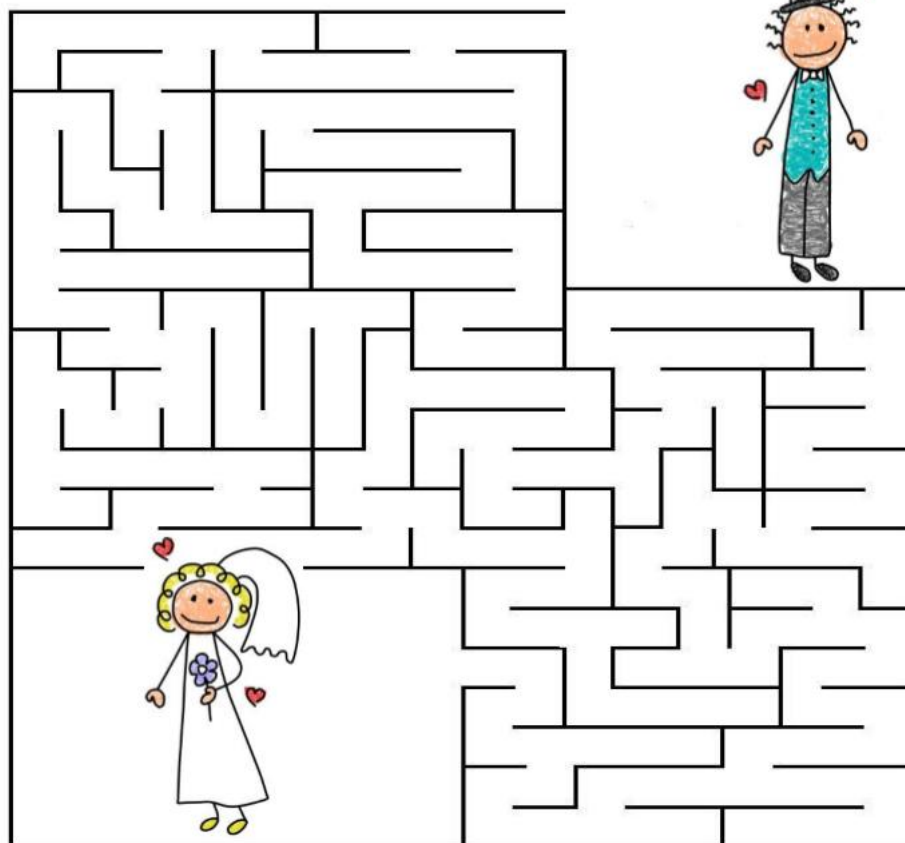
„Už jsi slyšel, že se od Karla odstěhovala manželka?“ „Jo? Á jak to snášíš?“ „No, teď už je v pohodě, ale ze začátku měl strach, že se vrátí.“



Tenhle výtvar ti vracím, vzal bych si radši basu piva.

„Včera jsme se s manželkou pohádali, ale stejně jsem měl poslední slovo já.“ „Á eos jí řekl?“ "Tak si to teda kup!"

## Něco pro děti



16

## Předpověď počasí

Měsíc březen bude pravděpodobně teplotně mírně nadprůměrný a srážkově průměrný. V horských polohách se očekávají srážky sněhové, v nížinách spíše dešťové. Avšak sníh může překvapat i zde. O svá práva se ale pomalu začne hlásit jaro, které nastává 20.3. pozdě odpoledne.



## Pranostika



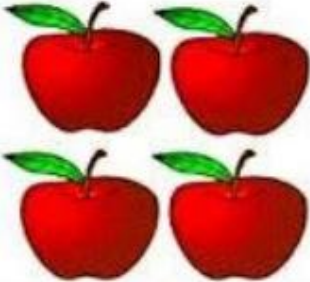
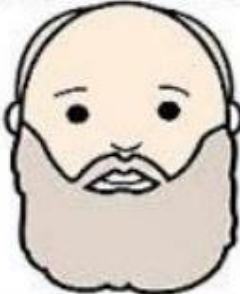
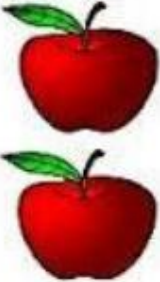



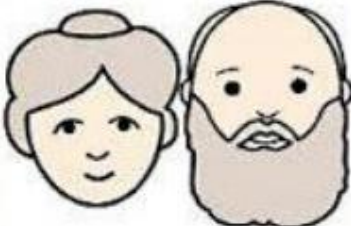

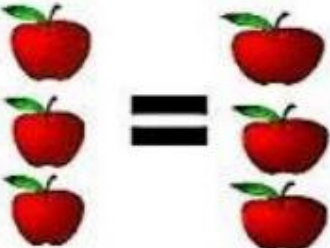
- Bouřka v březnu klade na dobrý rok.
- Březen hřmí – květen sněží.
- Březen, za kamna vlezem





# Trénujeme paměť

O kterou lidovou písničku se jedná?

		<b>4</b>
		<b>2</b> 
		<b>1</b> 
		



# ZÁVĚREM

Co napsat závěrem? Doufám, že se Vám tyto noviny líbí, odpusťte mi prosím chyby a nedostatků, každým měsícem budu noviny vylepšovat. Noviny jsou určeny pro klienty, jejich rodinné příslušníky ale i pro naše zaměstnance. Slouží jako informační zdroj a také jako chvílka zábavy při chvílce nudy ☺.

Jakékoliv náměty, nápady, připomínky, vtipy, kuriozity, zajímavosti, zkrátka vše, co by stálo za to v novinách uvést, mi prosím přijďte sdělit do kanceláře ve 4. patře.

Užívejte si krásné počasí, začínající jaro a nezapomeňte, že:

„Smích je nejcennějším darem božím.“

Sean O`Casey

18



Sociální pracovník

Bc. Pavla Šulcová

**Cenzurováno:** mírně až vůbec

**Tiskárna:** kde se dalo

**Psáno:** více než dvěma prsty, ale skoro všemi deseti

**Náklad:** to se uvidí.... tak akorát

**Počet stran:** 18

**Cena jednoho výtisku:** neprodejné

