



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

Pohodové noviny



6. vydání



SRPEN 2019



Slovo úvodem

Paní ředitelka Hana Zeithammerová

Přeji všem krásné prožití srpnových dnů, užívejte každého dne i okamžiku, to je nejlepší recept na dobrou náladu.

Naše milé klienty poprosím o vyhodnocení nejlepší aktivity, abychom věděli, co vás nejvíce těší. A všechny zaměstnance zvu na pravidelné cvičení a autogenní trénink, utužíme kolektiv a narovnáme bolavá záda.

ŘÍKAJÍ O NÁS

Marlis Bllue:

Wir haben den Vater dort untergebracht und sind sehr zufrieden.

Zůstal nám tam otec a jsme velmi spokojeni.

(zdroj – facebooková stránka Seniorcentrum Pohoda)

(Máte také co říct? Napište na email

socialni@seniorcentrum-pohoda.cz Děkujeme)





Kulturní aktivity
na měsíc SRPEN 2019

1. srpna: Odpolední sledování filmu pro pamětníky
- dle výběru uživatelů (v češtině, v němčině)
- s Deniskou

7. srpna: Zeměpisný kvíz - svět
- s Maruškou

12. srpna: Úryvky z knih
- poznej autora, knihu
- procvičování dlouhodobé paměti s Janou

21. srpna: Tvoření - práce s tuší -
rozfoukávání barev
- poznej co to je - představivost
- s Lídou

28. srpna: TANEČNÍ ODPOLEDNE 14:30 - 16:00
- hudba, občerstvení, tanec



Každé pondělí a úterý: Zahradničení

**Každý pátek se můžou klienti těšit na
canisterapii.**

**- vycházky, posezení na terase - káva,
hudba, četba**



Slavíme společné oslavy narozenin klientů.

Těšíme se, Vaše aktivizační.

Kalendář zajímavých akcí v Teplicích a okolí



2.8. André Rieu-Smím prosit? Koncert z Maastrichtu 2019

Nizozemsko/2019/180min

Kino Květen Teplice / od: 17:30

3.8. Bohemian Rhapsody

Životopisný / Drama / Hudební Velká Británie / USA/2018/130min

Letní kino na zámku / od: 21:00

**7.8. WINDIBAND - TANČÍME NA TERASE KRUŠNOHORSKÉHO
DIVADLA**

koncert /120min, Krušnohorské divadlo / od: 16:00

10.8. OPERNÍ GALA - koncertní večer operních árií /120min

Dům kultury Teplice / od: 19:00

**14.8. COLORS - TANČÍME NA TERASE KRUŠNOHORSKÉHO
DIVADLA**

koncert/120min Krušnohorské divadlo / od: 16:00

17.8. Letní kino na zámku Teplice 21:00 - film Captain Marvel

19.8. DUO ADAMUS - CHŘIBKOVÁ - koncert /60min

Kostel sv. J. Křtitele / od: 19:00

**21.8. DOUBRAVANKA - TANČÍME NA TERASE
KRUŠNOHORSKÉHO DIVADLA**

koncert/120min - Krušnohorské divadlo / od: 16:00

26.8. MUSICA DOLCE VITA - 15 LET S VÁMI

koncert /60min - Kostel sv. J. Křtitele / od: 19:00

Každou neděli od 15:00 - **Malá Paříž** – malá hudební produkce pod širým nebem, alternativní muzika, areál Zámecké zahrady u Zahradního domu, vstup zdarma



Koncerty v Šanovské mušli

ÚTERÝ
6
SRPEN



GOLF

koncert
/90min

Šanovská mušle / od: 16:30

Koncert v rámci Cyklu letních lázeňských koncertů 2019....

SOBOTA
10
SRPEN



SEVERKA

koncert
/90min

Šanovská mušle / od: 16:30

Koncert v rámci Cyklu letních lázeňských koncertů 2019....

ÚTERÝ
13
SRPEN



JJIM BAND

koncert
/90min

Šanovská mušle / od: 16:30

Koncert v rámci Cyklu letních lázeňských koncertů 2019....

ÚTERÝ
20
SRPEN



PLECHOVANKA

koncert
/90min

Šanovská mušle / od: 16:30

Koncert v rámci Cyklu letních lázeňských koncertů 2019....

SOBOTA
24
SRPEN



KRUŠNOHORSKÁ DECHOVKA

koncert
/90min

Šanovská mušle / od: 16:30

Koncert v rámci Cyklu letních lázeňských koncertů 2019....

ÚTERÝ
27
SRPEN



FRAJERKY Z GALERKY

koncert
/90min

Šanovská mušle / od: 16:30

Koncert v rámci Cyklu letních lázeňských koncertů 2019....

SOBOTA
31
SRPEN



REGIUS BAND

koncert
/90min

Šanovská mušle / od: 16:30

Koncert v rámci Cyklu letních lázeňských koncertů 2019....



Trocha historie

SRPEN

Srpen je osmý měsíc roku gregoriánského kalendáře. Má 31 dní. České jméno pochází pravděpodobně od slova *srp*, což býval hlavní nástroj užívaný v raném zemědělství při sklizni obilí (tedy při žních), žně pak obvykle končily právě v osmém měsíci kalendářního roku.

V původním římském kalendáři (republikánském) byl název tohoto měsíce *sextilis* („šestý“) a měl celkem 29 dní. Při reformě kalendáře Gaiem Iuliem Caesarem roku 46 př. n. l. získal měsíc *sextilis* navíc jeden den, takže čítal dohromady třicet dnů.

- 1934 – Po smrti prezidenta Hindenburga se **Adolf Hitler** jmenoval německým Vůdcem („**Führerem**“).
- 1898 – Narodil se italský závodník, konstruktér a podnikatel **Ernesto Maserati** († 12. ledna 1975).
- 1945 – Druhá světová válka: Americký bombardér B-29 *Enola Gay* svrhl atomovou bombu Little Boy (na obrázku) na **Hirošimu**. Ihned zahynulo více než 90 000 lidí
- 1978 – Zemřel papež **Pavel VI.** (* 26. září 1897).
- 1998 – Al-Káida zorganizovala **útok na americká velvyslanectví v Nairobi a Dar-es-Salaamu**, při němž zahynulo přes dvě stě lidí.
- 1945 – Druhá světová válka: Atomová bomba Fat Man byla svržena na japonské město **Nagasaki**. Zemřelo kolem 70 000 lidí.
- 1958 – Narodila se **Madonna**, americká zpěvačka, tanečnice a herečka.
- 2011 – **Steve Jobs** odstoupil z funkce generálního ředitele Apple.
- 1898 – Bradhamův *Brad's Drink* byl přejmenován na **Pepsi-Cola**.
- 708 – V Japonsku byly poprvé raženy **měděné mince**.
- 1953 – Byla otevřena **Zoologická zahrada Brno**.
- 1938 – Československý prezident Edvard Beneš předložil Sudetoněmecké straně tzv. **třetí plán** na změnu uspořádání Československa. Ten počítal s vytyčením pěti žup kontrolovaných německou menšinou.
- 1918 – Fanny Kaplanová (na obrázku) spáchala neúspěšný **atentát na Lenina**.



RUBRIKA - ZAMĚSTNANEC MĚSÍCE



ZAMĚSTNANCEM MĚSÍCE BYLA VYHLÁŠENA VELMI PRACOVITÁ **Elena Pavlyuk**

Elenu všichni nazývají „Lena“. Pracuje u nás jako pečovatelka a sama říká, že je tato práce úžasná a moc jí baví. Lena pochází z Ukrajiny z podkarpatské oblasti. Má 3 děti a 3 vnoučata, další 2 vnoučata jsou na cestě. Mnoho let pracovala jako auditorka v kanceláři, studovala psychologii. Baví jí číst knihy, muzika,

tanec, má ráda ovoce, hroznové víno, přírodu, hory. Lena se zde naučila česky i německy, získala tu spoustu kamarádek a poznala hodně dobrých lidí. Její kolegyně o ní říkají: „je to naše srdíčko, je skvělá a hodně pracovitá“. **Děkujeme Leno za práci, kterou odvádíš.**



Interview s klientem

Nyní s p. Tomanovou Margitou

Dobrý den, jsem se na Vás přišla s Bajkou podívat, může jít k Vám ?

Ano může, pojď sem Bajkooo..hop..

Jak se máte p. Tomanová?

Ale jde to.

Já si k vám tady sednu, můžu? Můžete si Báju hladit...

Ano (usmívá se, hladí Báju, ta leží podél těla a spokojeně oddechuje).

Pani Tomanová, řeknete mi, kde jste se narodila?

Já se narodila na Slovensku a skončila jsem na Moravě, vdala jsem se tam. Jeho matka byla apatika, víte co to je?

Nevím.. něco s lékárnou?

Ano, byla to lékárnice. Tam jsem si namluvila manžela, on se narodil ve Francii.

Uměla jste francouzsky?

Něco jsem uměla...

A on uměl česky?

Ano, uměl česky i francouzsky, děti učil francouzsky.

To je hezký, kolik jste měla děti?

2 kluky.

A mluví dobře francouzsky?

Uměli dobře, já ne, já neměla zájem.

Něco jsem uměla trochu.

A kam jste chodila do školy?

Já chodila do pedagogický školy, ale nedodělala jsem to, my jsme se začli stěhovat, byla válka. Odstěhovali jsme se vesnici. Manžel pracoval na šachtě, krásnýho manžela jsem měla.

Odstěhovali jsme se na vesnici k nějakýmu sedlákovi. Tak jsme byli schovaný. Němcům jsme vadili, odvedli chlapy a zavíraly je do kulturních domů, aby nemohly utéct.

A tatínka odvedly taky?

Tatínek se schoval, ale koukali mu nohy zpod postele, tak ho našli a odvedli. Němci nám nosili slepice a my jsme jim je museli vařit, ale nedali nám nic.

To byli hodně zlí vojáci.

To byli ti s černím křížem.

Hitlerovci?

JJ, s černým hákovým křížem, to byla hrůza fujtajbl.

A vy jste měla dva syny?

Jo jo, jsou od sebe 7 let. Ten starší už zemřel zrovna, když jsem sem nastupovala. Zařídil mi tady místo a už se nevrátil.

To je mi moc líto.

Já měla starší sestru a tam byl voják Nikola. Rusák, krásnej kluk. A on jí strašně chtěl. Říkal, že se vrátí po válce. No a vrátil se.

A byli spolu?

Nebyli, protože si pro něj přijela maminka.

(půl minuty smíchu :-D)

Asi si nepřála, aby měl česku, asi chtěla nějakou Andrejevnu.

Asi jo (smích).

Moc děkuju za rozhovor a mějte se hezky.

Děkuji za návštěvu a zase přijďte! Přijdu!

JÍDLO MĚSÍCE

*Za nejchutnější
jídlo měsíce července
byla vyhlášena:
Mrkvová polévka*



Bon Appetit

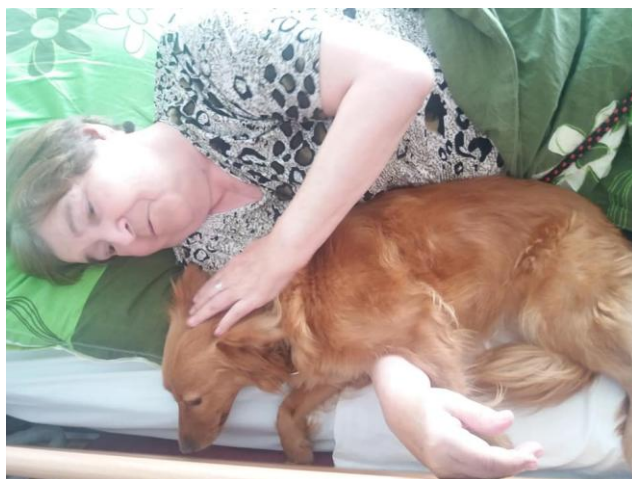
Co se u nás dělo v ČERVENCÍ

V měsíci červenci se naši klienti opět nenudili. Nejhezčí a nejzajímavější akcí byl pro nás Kouzelník Valdini, ukázal nám triky s různými kouzelnickými proprietami, dětem vytvořil zvířátka z balónek a dokonce nám nějaké triky i prozradil. Jeho vystoupení bylo zajímavé a i vtipné, nechyběly ani triky s živou holubicí ☺. Další velmi povedená akce, kterou jsme uspořádali, byla Miss Senior a naše klienty moc bavila. Jelikož máme k dispozici krásnou zahradu s dančí oborou, rybníkem, kachnami atd. chodíme s klienty hodně na procházky a kocháme se přírodními zákoutími, ochutnáváme vypěstovanou zeleninu, přičicháváme k bylinkám z naší bylinkové zahrádky, krmíme naše odchované kachničky a ryby v rybníčku. Nechyběly ani výlety, všechny možné terapie, rehabilitace, cvičení, probíhalo i wellness, perličkové koupele a chodíme do bazénu. Nesmím zapomenout na práci našich aktivizačních pracovníků a jejich ergoterapii, výrobky se opravdu moc povedly.

11



Canisterapie a správné polohování



Cvičení s Táňou





Ergoterapie



3



Procházky



MISS SENIOR



Salón krásy

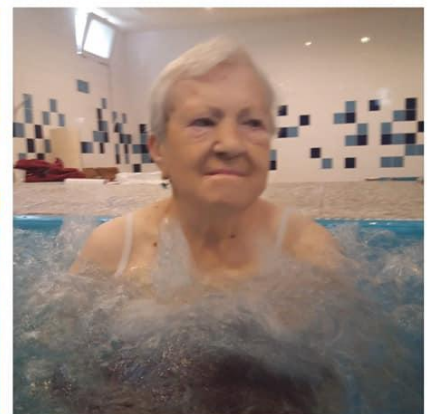


Cvičení pro zaměstnance



15

Cvičení v bazénu



*Výlet
zámecký park*



SOLNÁ JESKYNĚ



Mezigenerační spolupráce



16

Nakupování s Maruškou a Deniskou



PROGRAM BON APPETIT V NAŠEM SENIORCENTRU

Jídlo, jeho příprava, jeho sdílení a požívání přináší do našeho života mnohem víc, než jen nutnou výživu těla. Jídlo hraje klíčovou úlohu při utváření našich individuálních kulturních a sociálních rolí. Je prostředkem vytváření a utužování vztahů. Jídlo ve společnosti milého člověka má léčivou moc. Proto se i my v Seniorcentru snažíme vytvořit lepší kulturu stravování, zapojujeme klienty do přípravy jídla, snažíme se neustále zaměstnance vzdělávat a v programu se zdokonalovat.

Ani tento měsíc jsme nezaháleli a vytvořili jsme několik dobrot i s našimi klienty. Za zmínku určitě stojí chlebíčky, sýrové placky, které všem moc chutnali nebo různé letní salátky.





✓ ČERVENCI jsme přivítali nové klienty:

Hummrich Esther
Köberle Christa Anna Elfriede
Pecháčová Jarmila
Riek Hedwig
Růtová Marie

Ať se Vám u nás líbí.



18

V měsíci červenci nás opustili:

Kopáčková Věroslava

Schröder Ingrid Auguste Erna



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



Kdo oslavil v červenci narozeniny

Miroslav Bačík



Bauer Hartmut Christof

Koppatschek Isolde Erika

Mallow Yvonne – 90 let

Scheidl Bohumír

Voplakalová Alena

19

Blahopřejeme !!!



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 záležitostí 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 ZE ŽIVOTA – o manželství

Jak to že tě stará pustila do hospody?
Ále, dal jsem jí do vany pěnu, tak mně
nezdržovala.

A to byla nějaká voňavá omlazující pěna?
Ne, montážní.....

S manželkou se máme tak rádi, že už
jsme třikrát odložili rozvod.

"Poslední dobou se mi moje manželka
zdá nějak chladnokrevná." - "To je
zajímavé, mně ne."

518



kreslenyvtip.cz

CHTĚL BYCH SE STÁT KOVČEM VAŠEHO OSOBNÍHO
ROZVODE, JARMILKO.

Něco pro děti



Skrze husté kapky deště
slunce svítit začíná,
na nebi se klene duha,
kolik barev asi má?

Předpověď počasí

Podle dlouhodobého výhledu počasí na srpen by srpen 2019 měl být teplotně nadprůměrný a srážkově podprůměrný.

Pranostika

Když fouká v srpnu severák, bude dlouho pěkně pak.

Když je v srpnu ráno hodně rosy, mají z toho radost vosy.



Trénujeme paměť

Barevné sudoku

- ⊗ Pokuste se vyřešit následující sudoku, kde jsou místo číslic použity barvy. I zde platí běžné zásady sudoku, tj. že se jedna barva nesmí opakovat v žádném řádku, sloupci nebo čtverci.

	Orange		Blue	Green		Cyan	Pink	
Green	Yellow			Cyan	Pink			Orange
		Pink	Black				Yellow	Red
Red			Pink		Blue	Orange	Green	
	Black		Orange	Purple		Pink		Yellow
Orange			Cyan				Black	Blue
Black			Yellow					
Yellow	Red		Green		Orange		Cyan	
		Orange			Black		Blue	Green



ZÁVĚREM



Milí přátelé a příznivci našeho Seniorecentra,

Srpnové číslo už je tu a s ním končí pomalu i léto. Další číslo už bude podzimní, to to letí, že? Pomalu naplňujeme novou budovu a už tam začíná žít život, koordinátorka Martina to tam zvelebujе jak se dá (ušila závěsy, udělala hezkou nástěнку atd.). O první obyvatele je postaráno přímo královsky.

Sledujte naše facebookové stránky Seniorecentrum Pohoda, budeme rádi za každý pozitivní ohlas. Děkujeme!

„Není trvalého štěstí v žádném z předmětů světa. Je v nás...“

Eduard Tomáš



Sociální pracovníce

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: 24

Cena jednoho výtisku: neprodejné

