Měsíčník informací ze života našeho domova.

Kukátko

listopad 2022



Motto:

„Jsme tady od toho, abychom byli sami sebou. Ne proto, abychom plnili něčí očekávání.“

Hudební dopoledne s Písklaty



Přesně po pěti měsících odluky nás opět na konci října navštívil pěvecký sbor Písklata z Karviné pod vedením pana Šmajsla.

Zazněly všem velmi dobře známé retro písně známých pop-interpretů, ale také písně lidové. Písklata všechny přítomné rozezpívala, vykouzlila úsměv na tváři a přinesla dobrou náladu.



Pokud se Vám vystoupení líbilo, můžete se s Písklaty opět setkat na vánočním koncertu, který se v našem domově uskuteční 21. prosince. Už nyní se moc těšíme.

Zpracovala: Chodilová Radka, aktivizační pracovník

Dušičkové setkání pozůstalých v Heliosu

Letos to mělo být správně již druhé setkání, ale covid nám bohužel loni zhatil plány. Jsem tudíž velmi ráda, že se letos Dušičkové setkání uskutečnilo a ještě k tomu přímo 2. 11. 2022 v den Památky zesnulých. Pevně věřím, že jsme tímto prvním setkáním odstartovali novou tradici Heliosu.

Nabídka Bc. Radomské Andrey, DiS., poradkyně pro pozůstalé, na



možnost uskutečnit Dušičkové setkání se mi ihned zalíbila a s kolegyní Bc. Bartošovou Andreou, DiS., jsme začaly konat. Tato obesílala a osobně hovořila s pozůstalými našich uživatelů, rozesílala jim pozvánky. Díky daru pana Twaróga Stanislava, jehož otec u nás nějakou dobu žil, jsme připravily naši kapli jako místnost pro toto setkání – vyzdobily ji květinami, svíčkami ve svícnech, plovoucími svíčkami, zajistily občerstvení i nápoje. Nachystaly jsme příjemné posezení. Paní Radomská si přivezla s sebou další dekorace k dotvoření atmosféry vhodné pro tuto příležitost.

Tohoto setkání se mohli kromě pozůstalých našich uživatelů zúčastnit samozřejmě i zaměstnanci střediska.

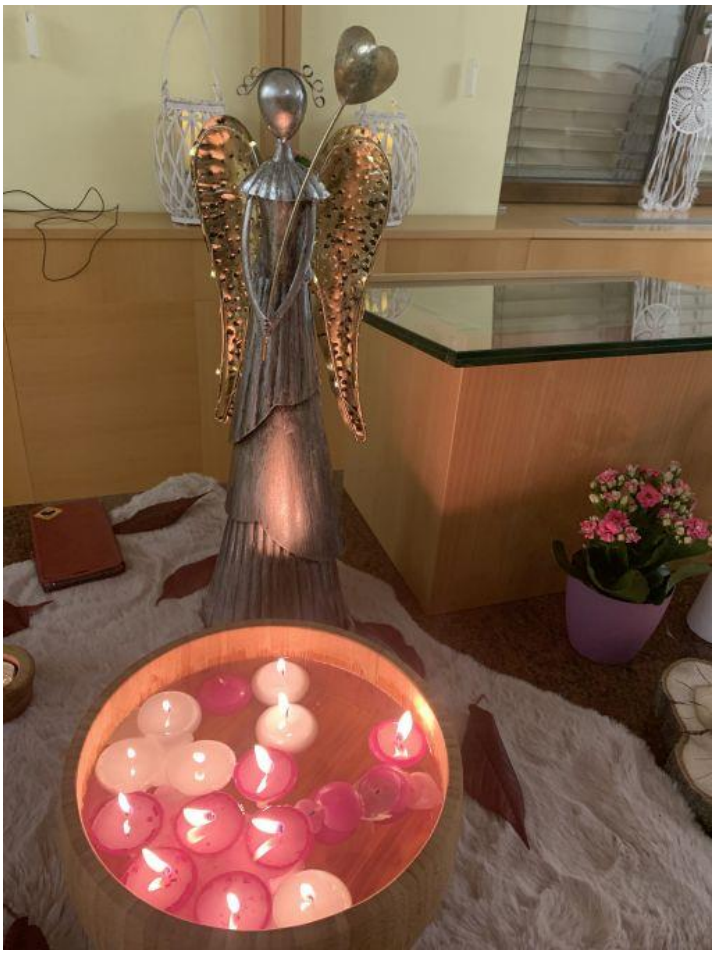


Pod odborným vedením paní Radomské jsme prožili příjemné dvě hodiny plné vzpomínek na své blízké, kteří již nejsou mezi námi, a zároveň jsme se mohli potkat s těmi, kteří s námi ušli kousek společné cesty v doprovázení blízkého člena jejich rodiny nebo přítele.



Paní Bartošové přítomní pozůstalí našich uživatelů děkovali a chválili její vždy lidský a empatický

přístup při jednání s nimi. Taktéž i já se k tomuto připojuji a vyslovuji velké „děkuji“.



Sama za sebe mohu říci, že takovéto odpoledne v den Památky zesnulých jsem ještě nezažila – tolik emocí, tolik sdílených vzpomínek na naše blízké, velmi příjemná atmosféra – zkrátka, byl to neskutečný zážitek. S velkou vděčností a úctou děkuji paní Radomské, bez ní by Dušičkové setkání nemělo „ducha“.





Gabriela Kunčická, vedoucí útvaru sociální a přímé péče střediska Helios Domova seniorů Havířov, p. o.

Dopoledne s kronikářkou Havířova

Na úterní dopoledne se uživatelé těšili, protože přišla s paní kronikářkou Hankou i paní Monika. Dopoledne bylo zaměřeno na cestování po matičce Praze s fotkami a pověstmi.

První fotografie byla z Malostranského hřbitova, kde se váže pověst s názvem „Hrob svaté holčičky“. Pověst vypráví o tříleté holčičce, která byla jako anděl. Svým rodičům říkala, že prostě v srdci cítí, že musí pomáhat lidem. Anička rozuměla řeči zvířat a květin. Osudem jí byla panenka, která jí vypadla z okna, ona se za ní naklonila a spadla na dlažbu. Dodnes se u hrobečku zapalují svíčky a děti zde dávají hračky.

Další fotografie byly z pražského letiště Václava Havla neboli Prahy Ruzyně. Je to veřejné mezinárodní letiště umístěné na severozápadním okraji Prahy.

K hradu Karlštejn na fotografii vyvážel turisty kočár s koňmi, kde se také nachází vinice a bunkr z 2. světové války.

Další pověst byla o mistru Hanušovi, který byl tvůrce orloje. Když mistr Hanuš orloj vytvořil, tak radní zjistili, jak je stroj unikátní. Zalekli se, aby Hanuš takový stroj pro jiné město nevytvořil. Jednou

v noci tak do mistrova domu vtrhla skupina lidí, která jej pomoci rozžhaveného kusu železa oslepila. Hanuš velmi dobře věděl, kdo za vším stojí, a proto požádal jednoho ze svých učenců, aby jej doprovodil k samotnému srdci orloje. Učedník tak učinil a Hanuš, i přes svoji slepotu, orloj zastavil. Podle legendy trvalo více než sto let, než byl orloj opět uveden do chodu.

Fotografie z Karlova mostu zachycovala krásné sochy, ale i spoustu turistů. Pověst jak se stavěl Karlův most, nám přečetla paní Monika.

Tam, kde teď stojí Karlův most, stál dříve dřevěný, který vzala voda. Povodeň odnesla i první kamenný most zvaný Juditin. Snad proto Karel IV. král český a císař německý si nechal poradit i od hvězdářů, kteří mu poradili magické datum – sled lichých čísel - 9.7 1357 byl položen základní kámen mostu. Hlavním stavitelem mostu byl Petr Parléř, který rozhodl, že se do malty budou přidávat i syrová vejce. V Praze však tolik vajíček nebylo, a tak Karel IV. řekl poslům: „Rozjeďte se do všech koutů země a ve všech vsích nakažte, aby do Prahy poslali náklad vajíček“. A tak ze všech koutů Českého království směřovaly k Praze povozy plné vajec. Vajíčka se shromažďovala na břehu Vltavy, kde je zedníci roztloukali a přimíchávali do malty.

Pověsti byly moc hezké a zpříjemnily nám dopoledne. Po skončení vyprávění jsme paní kronikářku a paní Moniku odměnili potleskem.

Zpracovala: Kaczmarczyková Monika, aktivizační pracovník

BRAMBORÁKOBRANÍ



Byl to nápad k nezaplacení. Ve svém okolí neznám nikoho, kdo by neměl rád bramborové placky. Má kolegyně Olinka je na tom podobně, proto přišla s nápadem, uspořádat v našem domově tzv. Bramborákobraní. Že nevíte, co si pod tím představit?

Takové bramborákobraní není jenom tak. Řekli jsme si, že jej uspořádáme jedno listopadové čtvrteční dopoledne.

Vše začalo již v pondělí, kdy jsme se s Olinkou vydaly na velký nákup – několik kilogramů brambor, mouka, vejce, mléko, česnek, olej, koření – to vše bylo potřeba k výrobě bramboráků. Ve středu následovalo loupání brambor, do kterého se zapojili uživatelé na všech patrech domova. Bylo nutné také alespoň malinko vyzdobit jídelnu, kde se celá akce uskutečnila.

A přišel den „D“, tedy čtvrtek. Již v osm hodin ráno jsme se všichni sešli v jídelně, kdy jsme den začali společným čtením zpráviček u malého šálku kávy, přičemž v Hobby kuchyňce již aktivizační pracovnice strouhala brambory a připravovala těsto na placky. Nyní nám již nic nestálo v cestě a smažení mohlo začít. Smažilo se nejen v kuchyňce, ale také v samotné jídelně. Uživatelé si pochutnali na malých křupavých bramboráčcích, které zapíjeli nealkoholickým pivem. Piva daroval Plzeňský Prazdroj a to organizaci ADRA, která se díky dlouholeté výborné spolupráci s naším domovem rozhodla předat piva právě nám. V průběhu dopoledne nás kolegyně Monika seznámila s tradicí vaření piva. Na toto téma zazněly také písně, vtipy atd.

Dovolím si říci, že to bylo dopoledne neobvyklé a velmi vydařené.



Tímto děkujeme Plzeňskému Prazdroji a ADŘE za výborná piva, bez kterých by chuťový zážitek zcela jistě nebyl dokonalý.

Zpracovala: Chodilová Radka, aktivizační pracovník

Odpoledne v domově Luna



Uživatelé domova Helios dostali pozvání z domova Luna na hudební vystoupení revival Elvise Presleyho. Aktivizační pracovnice s 8 uživateli zavítaly na tuto akci.

Paní Eliška z Luny slavila 75. narozeniny a Elvis jí zazpíval písničku a dal kytičku. Ostatní uživatelé vesele pobrukovali melodie písniček a tleskali do rytmu.

Elvis Aaron Presley se narodil 8. ledna 1935 v Misissippi v USA, zemřel 16. srpna 1977 Tennessee v USA, známý jako „Král Rock “ n “ Rollu“ byl americký zpěvák a herec. Dokázal skloubit inspiraci z černošského spirituálu, blus, country a stal se nejvýznamnější postavou amerického rock and rollu. Během své dvacetileté kariéry prodal jednu miliardu nahrávek a stal se jednou z nejznámějších osobností světové populární hudby.

Bylo to hezky strávené odpoledne plné dobré nálady.

Zpracovala: Kaczmarczyková Monika, aktivizační pracovník

„VÍTE, ŽE...?

Další zdražení pro seniory v domovech. Nově až 500 korun za den

Úhrady za pobyt a jídlo v domovech pro seniory i dalších sociálních službách zřejmě od ledna znovu vzrostou. Ministerstvo práce a sociálních věcí navrhuje zvýšení denních sazeb o 20 korun.

Článek

Za pobyt v domovech pro seniory by si klienti mohli od příštího roku připlatit celkově přes 1200 korun měsíčně. Plánuje se totiž zvýšení úhradové vyhlášky, která upravuje maximální ceny v sociálních službách - vedle domovů pro seniory tak jde například i o domovy pro osoby se zdravotním postižením nebo azylové domy. Maximální možná denní pobytová sazba by měla vzrůst z 250 na 270 korun a podobně i strava z 205 korun na 225 korun. Celkově tak za jídlo a stravu bude možné nově účtovat seniorovi až 495 korun.

Podle Ministerstva práce a sociálních věcí, které legislativní úpravu vyhlášky připravuje s plánovanou účinností od Nového roku, je zvýšení kvůli rostoucím cenám nutné. Připomíná, že rostou i důchody a chystá se růst příspěvku na péči.„Poskytovatelé pobytových sociálních služeb mají zcela oprávněné obavy, že zanedlouho již nebudou schopni zajistit jejich fungování,“ vysvětluje Jakub Augusta

z tiskového oddělení Ministerstva práce a sociálních věcí, proč ke zvýšení přistoupili.

Dražší donáška jídla i praní

V rámci takzvané úhradové vyhlášky, která upravuje maximální možné ceny v sociálních službách, by mělo dojít i k dalšímu růstu sazeb. U pečovatelských služeb by měla vzrůst cena za donášku jídel o deset korun, za vyprání a vyžehlení kilogramu prádla také o deset korun a za nákup o dvacet korun.

	Do 1. března 2022	Aktuální ceny	Navrhované ceny od příštího roku
Ubytování/den	210 Kč	250 Kč	270 Kč
Strava/den	170 Kč	205 Kč	225 Kč

Naposledy se zvyšovala úhradová vyhláška po osmi letech letos v březnu, kdy maximální výše ceny stravného za den vzrostla o 35 korun a cena pobytu o 40 korun.

Strava může podražit ještě více

Prezident Asociace poskytovatelů sociálních služeb Jiří Horecký navýšení maximálních cen vítá a rovnou dodává, že v rámci připomínkového řízení k legislativní úpravě požádá ještě o další zvýšení cen stravného, a to o dalších deset korun.

„Požádali jsme pana ministra o zvýšení v půlce srpna. Byla to reflexe na úrovni červencového zvýšení cen. Teď už jsme zase jinde," říká Jiří Horecký s odkazem na další růst cen.

Navrhuje tedy navýšení stravného z aktuálních 205 korun ne na 225, ale na 235 korun za den. U samostatných obědů pak z 95 na 110 korun (MPSV aktuálně navrhuje růst na 105 korun).

Jak jsou na tom čeští senioři a kam volat, když jsou v nouzi?

Čeští důchodci utratí za základní potraviny přes 23 procent průměrného důchodu. Finanční nouzi seniorů zhoršuje inflace, která výrazně zvedá ceny. Lidem však mohou pomoci příspěvky na bydlení, neziskové organizace či rodina.

Téměř čtvrtina důchodu padne na jídlo. Co mohou dělat senioři v nouzi?

„Berte to tak, že je to maximální úhrada. Jestli někdo zvládne uvařit levněji, tak to dá za levnější cenu," dodává Jiří Horecký a rovnou říká, že zdražovat tak nemusí úplně všechny domovy. Podle něj ale většina možnost využije.

Výjimkou nebude domov pro seniory Máj v Českých Budějovicích. „Z našeho pohledu je to nutné. Inflace je neoddiskutovatelná. Při nákupu potravin, energií a dalšího zboží se pohybujeme na standardním trhu," říká ředitelka Petra Zimmelová a potvrzuje, že úhrady od klientů představují pro domovy pro seniory zásadní zdroj příjmů.

„Většina klientů bude na vyšší úhradu pohodlně mít,“ říká Petra Zimmelová s odkazem na zvyšování důchodů během letošního roku.

Potvrzuje, že největší problém aktuálně domov pro seniory zažívá s cenami potravin. „Ceny skokově zdražují, musíme plánovat tvorbu stravy na několik týdnů dopředu a finanční zdroje máme také naplánované. A ve chvíli, kdy zdražují základní potraviny jako mouka nebo olej, nebo zdražují pekárny, tak my to neumíme předvídat,“ vysvětluje ředitelka domova pro seniory v Českých Budějovicích.

Pojistka pro seniory

Zvyšující se ceny chápe i Lenka Desatová, předsedkyně Rady seniorů ČR, která zdůrazňuje, že zákon počítá i se situací, kdy klient domova na služby nebude mít dostatek peněz.

„Seniorovi musí zůstat ze zákona patnáct procent důchodu. Pokud senior službu nemůže platit, tak je většinou slušně požádána rodina, aby to doplatila. A pokud nemůže, tak doplácí zřizovatel domova pro seniory. Nikdo tedy seniora nevyhodí,“ zmiňuje pojistku Lenka Desatová.

Zároveň mluví o tom, že Rada seniorů je připravená se zabývat případnými potížemi. „Pokud by se náhodou někde dělo, že by na ně s cenami tlačili, tak jako Rada seniorů umím lidem pomoci a například poslat kontrolu, která to prošetří,“ vyzývá Lenka Desatová, ať se lidé případně na její organizaci neváhají obrátit.

Maximální výše úhrad platí i například pro další pobytové sociální služby, jako jsou třeba azylové domy. Podle Dany Nedělníkové ze spolku Sítě aktérů pro domov, který sdružuje azylové domy, si ale azylové domy nemohou dovolit zdražovat. „Někteří klienti na to nemají. Úhrada jde od klientů v hmotné nouzi," říká Dana Nedělníková s tím, že azylové domy proto musí hledat zdroje financování z veřejných zdrojů, ale i od podporovatelů a dárců.

Zdroj: https://www.seznamzpravy.cz

Zpracovala: Andrea Bartošová, sociální pracovnice

Bejvávalo ...

... zajímavá historie aneb svět před 100 lety

Co je Bejvávalo?

Zajímá Vás, jaký byl skutečný svět před sto lety?

Naše 'Hledání ztraceného času' nabízí jedinečný pohled na tehdejší život a nejnovější vynálezy prostřednictvím dobových článků z archivních časopisů a knih.

Všechny články včetně ilustrací uvádíme v původní podobě a psané dobovou češtinou.

Rok 1911: Rybář, který na udici chytil divokého tygra

Je všeobecně známo, že rybáři občas své úlovky zveličují. Slyšeli jste ale někdy, že by nějaký rybář chytil na udici krvežíznivého tygra? Historický článek z roku 1911 vám přiblíží, jak se kdysi tato téměř neuvěřitelná rybářská historka odehrála.



Tygr.

Tygr chycený na udici.

O způsobu chytání tygrů na udici jste sotva kdo slyšeli. A přece se to již přihodilo; a sice v Indii, jak jeden anglický denník píše.

Tedy slyšte: Jeden šťastný rybář vracel se právě od řeky, kde byl chytil na udici nádhernou velkou rybu, aspoň dvacetiliberní. Nesl ji pěkně pohodlně na zádech, zavěšenou na udici. Náhodou kráčel kolem hustiny lesní a ku svému zděšení najednou spatřil, jak naproti blíží se mu ohromný tygr.

Dříve ještě nežli jej tygr zpozoroval, skočil rybář za hromadu kamení, ale při tom skoku ryba se mu svezla se zad a spadla na zemi. V tom

okamžiku ji spatřil tygr a bez velikých caviků a rozumování vrhl se na rybu, chytil ji za hlavu a odnášel.

Udice byla zadrhnuta stále, a jak se tygr vzdaloval, zaťala se do tlamy dravcovy. Tygr ucítiv bolest, velmi se rozlítil a v tom okamžiku spatřil rybáře. Rybář neztratil duchapřítomnosti a mysle, že když bude táhnouti provázek k sobě, že tygr snad, aby ušel té tajemné bolesti, dá se na útěk.

Avšak tygr naopak tím více se rozlítil bolestí a chtěl se již vrhnouti na rybáře, když v tom okamžiku lesní, ozbrojený ručnicí zamířil a jednou šťastnou ranou šelmu skolil.

Zpracovala: Chodilová Radka, aktivizační pracovník
Zdroj: bejvavalo.cz
Původní zdroj historického článku: Česká myslivost - 1911, autor A. M.

Poznáváme státy



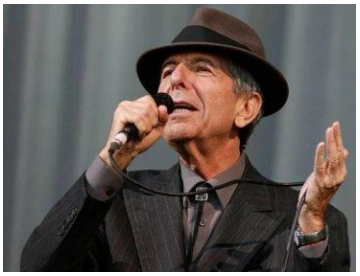
KUCHYNĚ


Toutiére, Nanaimo řezy, Peameal bacon

OBYDLÍ



OSOBNOST


Leonard Cohen, James Cameron,

ZAJÍMAVOST

 Niangárské vodopády

NEJLIDNATĚJŠÍ MĚSTO

 Toronto, Montreal, Vancouver.

Poznali jste stát, ve kterém právě jsme?



Odpověď z minulého čísla je: AUSTRÁLIE



Zpracovala: Mazurková Olga, aktivizační pracovník

NĚCO PRO ZASMÁNÍ



V jedné menší zoologické zahradě zemřela jediná gorila, kterou měli, a tak se vedení rozhodne, že převlékne za gorilu ošetřovatele, aby neklesla návštěvnost. První měsíc s novou gorilou je velká senzace, všichni se chtějí podívat na obří opici, která se chová víc lidsky, než je běžné. Postupně ale zájem upadá. Ošetřovatel tedy podniká čím dál odvážnější kousky, aby upoutal pozornost. Jednoho dne překoná plot a skáče po větvích stromu ve výběhu tygrů. Chvíli se předvádí, když v tom pod ním rupne větev! Pochroumaný leží na zemi, stále v gorilím kostýmu… a vidí, že už se k němu blíží tygr. Začne zoufale volat: „Pomóc, pomóc!“ – když v tom mu tygr důrazně zašeptá: „Co blbneš?! Nekřič, nebo nás oba vyhodí!“





Povídají si dvě myši: „Už jsi očkovaná proti tomu covidu?“

„Ne. Ještě neskončily pokusy na lidech.“

Pan Novák povídá svému sousedovi: „Váš pes mi pokousal tchyni.“ Jeho soused je z toho hrozně špatný, moc se omlouvá a pak nabízí i finanční kompenzaci. „Ale kdepak,“ usmívá se pan Novák. „Já bych toho vašeho psa naopak moc rád koupil!“



Baví se dva kamarádi:
„Stejně, chodit na procházku s plyšovým psem je na houby.“
„Ále, nikde se přece nepíše, že musí být živý...“
„No to sice jo, ale já jsem šel včera s plyšovým psem a dostal jsem pokutu, že prý není očipovaný.“

Maminka jde s Pepíčkem poprvé do ZOO. Od první chvíle, co tam vejdou pepíček nadšeně výská:
"Jéé opičká! Mamí koukéj opička!!"
"Ticho Pepíčku, to je teprve paní pokladní!"

Pepíček: "Mami, kup mi kolo."
Maminka: "Nekouupím, ale splním ti jedno přání, vyber si."
Pepíček: "Budeme dělat ty maminku a já tatínka."
Mamika se svlékne vezme si košilku a lehne si do postele, přijde k ní pepíček v tatínkově obleku a říká: "Stará, pojď, jdeme koupit klukovi kolo."

Připravujeme pro vás:

Prosinec 2022

---

2. prosinec **Canisterapie na červeném patře**

od 09.30 hodin na patře

Bohoslužba

od 09.30 hodin v modlitebně

6. prosinec **Bohoslužba**

od 09.00 hodin v modlitebně

Mikulášský den a zdobení vánočních stromečků

od 09.30 hodin na patrech

Rozsvícení vánočního stromu

v podvečerních hodinách

9. prosinec **Canisterapie na modrém patře**

od 09.30 hodin na patře

12. prosinec **Písně I. Bartošové**

od 10.00 hodin v jídelně

13. prosinec **PC kroužek**

od 09.30 hodin v knihovně

Školní družina ZŠ Marie Kudeříkové

od 14.00 hodin v jídelně

14. prosinec **Vzpomínkové setkání**

od 13.30 hodin v modlitebně

15. prosinec **MŠ U Topolů**

od 9.00 hodin v jídelně

16. prosinec **Bohoslužba**

od 09.30 hodin v modlitebně

Canisterapie na zeleném patře

od 09.30 hodin na patře

BIOGRAF

od 13.00 hodin v jídelně

19. prosinec **Dopoledne s liškou**

od 09.15 hodin v jídelně

20. prosinec **MŠ Horymírova**

od 9.00 hodin v jídelně

21. prosinec **Písklata**

od 09.30 hodin v jídelně

Uživatelé mají rovněž možnost využít z naší nabídky:

► **denně PALOUČEK – fototerapeutická a relaxační místnost**

● informace podají aktivizační pracovnice



► **každý všední den rehabilitace**

● informace podají fyzioterapeutky



► **3x měsíčně canisterapie a felinoterapie**

● informace podají aktivizační pracovnice



Domov seniorů Havířov, příspěvková organizace
středisko HELIOS



Ordinační hodiny praktického lékaře:

MUDr. Mostýnová Šárka

Středa 08.00 – 10.00 hodin

V případě zájmu jsou možné osobní konzultace s lékařem, a to po předchozí telefonické domluvě se zdravotní sestrou daného patra.

Provozní hodiny depozitní pokladny:

Pondělí	08.00 – 10.00 hodin
Úterý	zavřeno – práce v terénu
Středa	08.00 – 11.00 hodin
	13.00 – 16.00 hodin
	úřední den pro kontakt s veřejností, depozitní pokladna
Čtvrtek	08.00 – 10.00 hodin
Pátek	zavřeno

Přestávka na oběd 12.00 – 12.30 hodin

Kukátko měsíčník informací ze života našeho domova.

Adresa redakce: Jaroslava Seiferta 1530/14, 736 01 Havířov – Město
Telefonický kontakt: vrátnice - ústředna +420 596 810 061
Redakční tým: tvoří kolektiv pracovníků útvaru sociální a přímé péče střediska Helios
Editace textů: vedoucí útvaru sociální a přímé péče