NÁŠ DOMOV

INFORMAČNÍ ČTVRTLETNÍK 4/2018

DOMOV ČUJKOVOVA, OSTRAVA-ZÁBŘEH,
PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE

OSTRAVA!!!

Poslední měsíc roku 2018 je tady. Vánoční duch už pomalu klepe na dveře. Domácnosti ovládá předvánoční shon a začíná jim kralovat vůně poctivého cukroví. Skříně ukrývají balíčky plné vánočních překvapení. Příjemné dlouhé večery vybízí k tomu se zklidnit, zvolnit a zpomalit. Dostáváme jedinečnou možnost zrekapitulovat si celý uplynulý rok. Co vše se nám podařilo, s čím jsme se dokázali během roku poprat, co se bohužel do zdárného konce dovést nepovedlo. Konec roku nám dává prostor uzavřít vše, čím se již zabývat nechceme a nabízí nám možnost nového začátku.

Pokusme si konec roku užít, odpočinout si. Pořádně se nadechnout a získat pevný krok pro vstup do roku 2019.

Zkusme tak zpomalit a při těchto příjemných chvílích si můžete vzít do ruky toto vydání Našeho domova, které rekapituluje poslední čtvrtletí roku 2018.

Závěrem mi dovolte popřát všem příjemné prožití Vánoc a do nového roku hlavně co nejpevnější zdraví!

CVIČENÍ PAMĚTI

„Sklerotik má všechno, nač si vzpomene.“

Josef Poláček

„Paměť je tak krátká a život tak dlouhý.“

Honoré de Balzac

„Dobrá paměť je základem přátelství a zkázou lásky.“

Erich Maria Rearque

Tento již tradiční trénink paměti se v našem domově uskutečnil dne 3. 9. 2018 pro uživatele z budovy A a dne 4. 9. 2018 pro uživatele z budovy B ve velkém sále.

Trénování paměti je jedním ze způsobů udržování duševní svěžesti a samostatnosti během postupujícího věku. Mezi našimi uživateli patří k velmi oblíbeným činnostem. I proto byla účast po oba dny hojná.

Každý zúčastněný si mohl svou paměťovou kondici v reálu vyzkoušet na řadě připravených disciplín. Od skládání různorodých puzzlí s obrázky, po testování paměti čichové – kde měli uživatelé možnost zavzpomínat a hádat různé druhy bylinek a koření, které se často používají v kuchyni. K tomuto cvičení patří také poznávání známých herců a hereček stříbrného plátna podle fotografií, poznávání známých i méně známých hub, listnatých a jehličnatých

stromů. Velkým oříškem bylo zdánlivě snadné poznávání sušených pecek z ovocných plodů.

S přibývajícím věkem nám postupně ubývá energie a naše paměť je stále pasivnější, navíc občasné zapomínání je nepříjemné, ale je přirozené a nemá co dělat s vážným onemocněním mozku.

Všichni bychom si měli připomínat, že kdo si chce zachovat mozek v co nejlepším stavu do vysokého věku, musí dbát na následující pravidlo, že čím více ho bude namáhat, tím déle mu bude sloužit mozek, jehož vývoj do dnešní podoby trval miliony let a je dokonalým „vynálezem přírody.“ Mozek lze tedy nazvat sídlem našeho života.

-LG-

VÝLET DO KROMĚŘÍŽE

Dne 11. 9. 2018 jsme jeli na výlet do Kroměříže. Bylo slunečné počasí teplota vystoupala až k 25°C. Užívali jsme si příjemného tepla a překrásných zákoutí zámecké zahrady nádherných majestátných stromů a okrasných keřů, květinových záhonů. Zahradu doplňovaly lavičky, vodní plochy, exotická i domácí zvířata. Bylo na co koukat a obdivovat. Po prohlídce zahrad jsme se přesunuli na náměstí, kde jsme obdivovali městskou architekturu. Stinná podloubí, malebné uličky i stylové restaurace a kavárny. Na závěr našeho výletu jsme šli do restaurace “Scéna“ na oběd. V této restauraci sídlilo místní rádio “ Rádio Kroměříž“, kde se živě vysílalo. Oběd byl vynikající, vybrané

jídlo všem moc chutnalo, někteří si dali i dezert. Poté jsme se přesunuli k autobusu a vyrazili k domovu.

Kroměříž je perla Moravy, město podmanivé krásy. Město nazývané „Hanáckými Aténami“ bylo po staletí letním sídlem olomouckých biskupů a arcibiskupů. Arcibiskupský zámek a jeho unikátní zahrady, Podzámecká a Květná, jsou od roku 1998 zapsány na Seznamu UNESCO.

Podzámecká zahrada byla založena v roce 1509 a během několika staletí se proměnila ze zelinářské a ovocnářské zahrady na stylový krajinářský park. Zahrada o ploše 64 ha nás uchvátila nejen výsadbou 200 druhů vzácných stromů z různých částí světa, ale i vodními prvky, rybníky a drobnou architekturou romantických staveb. Altánky, fontány brány nebo baldachýny rostlin zručně naaranžované v různých zákoutích oddělených živým plotem. Tato zákoutí navozovala pocit ticha, klidu a míru. Po celý rok slouží k zastavení, načerpání nových sil, potěšení, občerstvení a relaxaci.

-AD-

HASIČSKÝ BÁL

Úterý 25. 9. 2018 patřilo Hasičskému bálu. Náš velký sál se díky výzdobě proměnil v místo konání tradiční hasičské veselice.

Od 14 hodin se začali scházet všichni zábavy chtiví uživatelé. Nechybělo ani tradiční občerstvení vesnických veselic, a to bramborové placky s pivem. Ve velkém sále se to doslova hemžilo hasiči v různých historických i současných uniformách, slavnostních i zásahových.

Celým bálem pak provázel velitel místních dobrovolných hasičů s asistentkou. Tato dvojice všem přítomným prozradila, že historie hasičů spadá už do 10. století před naším letopočtem, kdy bylo sestrojeno první hasičské čerpadlo. České sbory dobrovolných hasičů začaly vznikat od roku 1864. Nevěnovali se však pouze historii hasičů, ale pár slovy přiblížili i jejich práci v současnosti, ke kterým událostem vyjíždí nejčastěji, což nejsou, jak by se dalo očekávat požáry, ale dopravní nehody. Také jsme se

dozvěděli, že nejdéle hašeným požárem byl v roce 2012 požár lesa Doubrava na Jižní Moravě.

Od těch méně veselých událostí všechny přítomné odvedla recitace básně s hasičskou tématikou. Tato báseň všem zároveň ukazuje, jak krásným jazykem je čeština, kolik slovíček na písmeno H, můžeme najít. <u>Posuďte sami:</u>

„Hoří, hoří! Hoří horní heršpická hospoda Hrbatý hrozen.

Hostinský Hrubeš hýká hrůzou.

Honí hasiče, hubuje, hořekuje, huláká: „Haste honem, hybaj hovada!"

Hasiči hovno hasí. Hledají hlavní hydrant.

Hoří holubník, hnojiště, huspenina, hudebníkům housle, harfy, harmonika, hašiš.

Hoří husitské halapartny, hoří historické hebrejské hieroglyfy, hoří hektolitry handlovaného henesse.

Hoří Hrubešova hnědá honda.

„Hilfe, hilfe," haleká hystericky henleinovec Havránek.

„Hoří Hakenkreuz, himmel hergot!" „Huš hajzle!" Houf heršpických hokejistů ho hbitě hákuje holemi.

Hoří herna, hoří hubertusy, honosné haveloky herecké honorace hrubě hazardující horentními honoráři. Hoří hřívy huculských hřebců handlíře Hlavsy.

Handicapovaným hoří hrby.

Hoří holínky hospodáře Hanáka - humus.

Hormonální hybrid homosexuál Horáček hladí hubici hasičské hadice hýžděmi.

Hinduista Hyrš hypnotizuje hodonínský horizont.

Hurá, hydrometeority.

Halucinace.

Hoří hasiči horečně hledaný hlavní hydrant.

Hospoda hořela hodinu.

Hotovo. Hirošima hadr.

Hořeniště halí hustá hmla.

Hostinský Hrubeš hloubí hroby. Hyeny hodují.“

Nechybělo ani tradiční vystoupení našeho pěveckého souboru Návraty, který se na svůj vstup řádně připravil a i oni měli hasičské odění.

Součástí programu byla bohatá tombola a po svačince volná zábava plná dobré hudby a tance. Všichni přítomní se dobře pobavili.

-BB-

ORIENTAČNÍ BĚH

Zaměstnanci Sportovního klubu Ostrava pro nás připravili i v letošním roce akci, která nese název „orientační běh“, a to stejně jako loni v areálu Lesní školy v Bělském lese.

Naše účast byla v hojném počtu. Všichni účastníci dostali malé mapky, abychom se úplně neztratili a věděli, kudy vede trasa. Startovali jsme vždy ve dvojici – uživatel a jeho doprovod. Každá dvojice dostala krom mapky malou kartu s vyznačenými políčky, která sloužila jako kontrola, že dvojice navštívila skutečně všechna stanoviště.

Byla to doslova akční zábava, která nás chvílemi velmi rozesmála. Přálo nám i počasí. Věříme, že i příští rok se této báječné akce zúčastníme v co největším počtu.

-MK-

OSLAVA DNE SENIORŮ

V pondělí 1. 10. 2018 jsme se sešli ve velkém sále na tradiční oslavě svátků všech seniorů. Sál byl za chviličku zaplněn. Celá oslava byla pojata jako klub.

Nechybělo občerstvení v podobě kávičky, kapučína a čaje. Po celou dobu pracovníci volnočasových aktivit zpříjemňovali čas zpěvem písní různých žánrů, často na přání přítomných uživatelů.

Během dopoledne se uživatelé dozvěděli řadu zajímavostí o svém svátku a seniorském období. Na závěr nechyběla ani malá pozornost v podobě velké čokolády, kterou dostali všichni naši uživatelé pro oslazení života. Uživatelé byli s oslavou svého svátku velmi spokojeni.

-JČ-

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

V pondělí 8. 10. 2018 se dveře našeho domova otevřely všem zájemcům zvenčí, kteří měli touhu poznat, jak to u nás vypadá a chodí.

První návštěvníci začali do zařízení přicházet už v 9.00 hodin. Každá skupinka měla možnost využít poradenství v oblasti zdravotní a sociální péče, které po celou dobu konání dne otevřených dveří u krbu poskytovaly sociální pracovnice a všeobecné sestry z našeho domova. Návštěvníci si také mohli nabídnout z připraveného občerstvení.

Celá prohlídka začínala u vrátnice, kde si návštěvu vyzvedla sociální pracovnice, ta vždy přítomné přivítala, nabídla jim možnost využití poradenství a občerstvení. Následovala prohlídka společných prostor, dílen, ubytování, jídelny, velkého sálu – kde byla připravena i výstavka kompenzačních pomůcek, které využívají pracovníci přímé péče. Přítomní byli seznámeni se základními informacemi o našem domově, s jeho historií, s postupem podávání žádostí do našeho domova. Po celou dobu byl prostor pro dotazy, ze strany návštěvníků.

Den otevřených dveří využilo pro seznámení s naším domovem celkem 24 návštěvníků. Z toho 6 zájemců využilo poradenství v oblastní zdravotní péče a 11 zájemců v oblasti sociální péče.

Všichni zúčastnění působili spokojeným dojmem a z jejich strany jsme slýchali na náš domov jen pochvaly.

I příští rok se dveře našeho domova opět 2x otevřou. O konání budou všichni zájemci opět informováni prostřednictvím letáčků, tisku a našich webových stránek. Na všechny se moc těšíme!

-BB-

NÁVŠTĚVA KOSTELA

Dne 9. 10. 2018 jsme spolu s našimi uživateli navštívili farní kostel Sv. Ducha v Ostravě-Zábřehu, který byl v roce 2004 požehnán ostravsko-opavským biskupem Františkem V. Lobkowiczem.

Tento kostel, ve kterém se konala mše svatá, se nachází nedaleko našeho domova, vydali jsme se tak do něj procházkou před jejím zahájením.

Chrámová část kostela svým vybavením odpovídá současným požadavkům na prostory pro shromažďování lidí. Přístup do kostela je řešen schodištěm i bezbariérově.

Po mši jsme využili krásného počasí a vydali se ještě do místní cukrárny. Každý z uživatelů si tak mohl ještě dát něco dobrého, nesměla chybět ani výtečná horká káva.

-VM-

NÁVŠTĚVA DĚTÍ ZE ZÁKLADNÍ ŠKOLY HELLO NA ÚSECÍCH

V pátek 12. 10. 2018 zavítala na všechny úseky našeho domova moc milá návštěva. Jednalo se o děti ze Základní školy Hellou. Děti přišly v doprovodu učitelek kolem půl desáté. Na každý úsek se děti rozešly v doprovodu pracovníků volnočasových aktivit anebo sociálních pracovnic.

Setkání to bylo pro obě strany nádherné. Veselé a hravé děti probudily v obličejích uživatelů úsměvy a i na dětech bylo znát, že je jim setkání příjemné.

Chvíle si krátili společnou hrou oblíbených stolních her, jako je „Člověče, nezlob se!“, pexeso, domino. I děti si však pro naše uživatele připravily různé hry a také milé překvapení v podobě doma upečených buchet a muffinů.

Společně strávené dopoledne velice rychle uteklo. Paní učitelky přislíbily, že by se podobné setkání mohlo v případě zájmu zopakovat.

-MK-

FINÁLE KUŽELKOVÉHO TURNAJE

V našem domově se dne 16. 11. 2018 konalo finále již 5. ročníku turnaje v „Ruských kuželkách“. Tato soutěž se hraje vlastně po celý rok a vrcholí právě tímto finále. Zúčastnit se mohou všichni, kteří to zvládnou a chtějí. Z každého úseku postupuje do velkého finále pouze ten, který se umístil na 1. místě.

Takže 16. 11. 2018 se sešli hráči, aby si to rozdali a zjistili, kdo je z nich nejlepší z nejlepších. To vše za poslechu hudby a malého občerstvení.

Finále bylo zajímavé až do samotného konce, neboť většina hráčů byla po celou dobu bodově těsně vedle sebe. Nakonec byl nutný stejně finálový „rozstřel“ mezi 2. a 3. místem.
A jak tedy finálové umístění dopadlo:

3. místo: paní Barbora Šimíková

2. místo: paní Jana Bencalíková

1. místo: paní Alena Gelnarová.

Paní Gelnarová měla ze svého umístění velkou radost. Všechny výherkyně si odnesly diplom, medaili a drobnou pozornost. Všichni se určitě těšíme na další ročník, do kterého se mohou opět od ledna zapojit všichni uživatelé, které tato hra baví.

-MR-

NÁVŠTĚVA LESNÍ ČAJOVNY

Rok se s rokem sešel a opět se uskutečnil výjimečný den v hájence u Bělského lesa. I tentokrát tomu předcházely přípravy, aby posezení ve stylových prostorách bylo, co nejpříjemnější.

Stoly byly nazdobeny podzimními motivy, svíčky dokreslovaly atmosféru a na talířích voněly upečené švestkové buchty. Pro pestrost programu, i tentokrát pozval pan Kotala bylinkáře Ondřeje Bahníka, který nás zasvěcoval do tajemství rostlin a jejich léčebných účinků. Měli jsme možnost nasát vůni tymiánu, meduňky, třezalky, máty, brusinky… a nechyběly ani ochutnávky čajů. Při volné diskusi jsme mohli klást otázky, které nás o léčitelství a bylinkách

zajímaly. Na závěr jsme dostali doušek březové mízy, která nás posílila na nadcházející zimu. Vraceli jsme se obohaceni novými poznatky a se skvělou náladou.

Děkujeme všem organizátorům.

-AJ-

SOBOTNÍ KLUB S PRACOVNÍKY Z BILLY

Dne 27. 10. 2018 nás na náš pravidelný sobotní klub přišly navštívit zaměstnankyně obchodní sítě Billa. Na otázku: *„Proč k nám zavítaly?“* přišla velmi milá odpověď: *„Pracujeme blízko vašeho domova a rády bychom pro vaše uživatele něco hezkého udělaly.“*

Kolektiv obchodu Billa si vybral sobotní klub seniorů, kde si přichystali pestrý program s prezentací filmových herců a hereček. Společnými silami nejen hádali kdo je kdo, ale také ve kterých filmech hráli. Pro zpestření přišly i nějaké pikantnosti ze života herců. Dalším programem bylo hádání tajenek, kde se naší klienti aktivně zapojovali.

Program připravený děvčaty z Billy byl moc hezký a zábavný, všem se velice líbil. Bylo vidět, že nové tváře byly příjemným zpestřením. A abychom nezapomněli, obchod Billa si pro nás nejen připravil program, ale i občerstvení. Všem zúčastněným se sobotní dopoledne s Billou tak líbilo, že jsme se společně

domluvili na dalším pokračování. Prostřednictvím našeho časopisu bychom rádi všem zaměstnancům prodejny Billa chtěli poděkovat.

-ŽM-

NÁVŠTĚVA DĚTÍ Z MATEŘSKÉ ŠKOLY V DÍLNĚ

Krásné setkání proběhlo v úterý 30. 10. 2018 v dopoledních hodinách v naší dílně. Navštívily nás děti z Mateřské školy Volgogradská a spolu s našimi uživateli vyráběli broučky z plastových lahví.

Základem každého broučka byla plastová láhev, tavnou pistolí se lepila očička, tykadla, nožky z barevných drátků, křídla z krepového papíru a různá jiná dozdobení. Tato činnost bavila všechny zúčastněné.

V dílně byla po celou dobu velmi příjemná atmosféra, uživatelé i děti navzájem při výrobě pomáhali a došlo také na zpívání písniček a k přednesu básniček, které se děti

ve školce naučily a i našim klientům zůstaly z dětských let v hlavách.

Roztomilí broučci pak dva dny trpělivě vyčkávali v dílně a poté jsme je spolu s dětmi uložili ke spánku, ale o tom až v jiném článku.

-LG-

USPÁVÁNÍ BROUČKŮ

Dne 1. 11. 2018, v krásný podzimní den, jsme se zúčastnili s našimi klienty, dětmi a jejich rodiči z Mateřské školky Volgogradská akce uspávání broučků. Naši klienti navštívili mateřskou školku a vpodvečer jsme se společně všichni zúčastnili lampionového průvodu, na který jsme si donesli svítící broučky, aby nám posvítili na cestu.

Během putování jsme měli za úkol hledat broučky „Opozdílky“. Ti nejšikovnější našli všechny broučky a bylo jich 15 během celé trasy. Průvod nás všech zúčastněných byl tak dlouhý, že nás doprovázela městská policie. Všude svítily

lampiony a broučci všech barev, byla to krásná podívaná. Ukončení trasy bylo na zahradě mateřské školky, kde jsme s dětmi uložili všechny naše broučky i broučky dětí k zimnímu spánku.

Děti broučkům zazpívaly ukolébavku a společně jsme zasypali broučky listím. Bylo vidět, že jsme si všichni společně tuto chvíli užili a prožili jsme chvilku dojetí, s krásnými dojmy jsme se navrátili domů.

-ŽM-

DUO ROZMARÝN

„Srdečně Vás zveme v 9.30 hodin do velkého sálu na vystoupení Dua Rozmarýn. Můžete se těšit na lidovou hudbu doprovázenou mluveným slovem a vystoupení v tradičních lidových krojích.“ **Takto jsme v pondělí 5. 11. 2018 zvali uživatele našim domovským rozhlasem na lidovou hudbu v podání Dua Rozmarýn.**

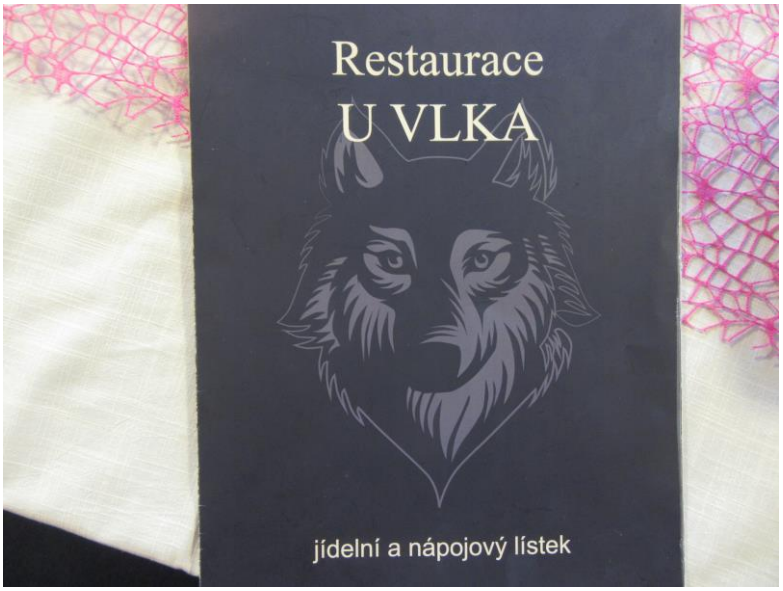
Toto hudební seskupení tvoří dva zkušení muzikanti, kteří spolu hrají už 15 let. S oblibou čerpají z tradic lidových písní z různých oblastí Moravy, Čech i Slovenska. V repertoáru však mají i šlágry a popěvky z různých regionů Ostravska. Program doprovází mluveným slovem (vtipy, příhody, glosy) strýc Pavluša – jeden z dua.

Svým vystoupením jsou schopni vytvořit správnou atmosféru. I naši uživatelé si nechali zahrát písničky na přání. Tato atmosféra strhla všechny přítomné a naši uživatelé odcházeli spokojeni a s dobrou náladou.

-VM-

SLAVNOSTNÍ VEČEŘE U VLKA

Poslední dva čtvrtky letošního listopadu nás potěšily nádherným počasím. Nastoupili jsme tak do oranžového bezbariérového autobusu z CSS Hrabyně, který nás zavezl do Ostravy-Svinova k restauraci U Vlka. Nevím, proč U Vlka, když vlci tu nejsou od dávnověku. Mohli jsme tak bez strachu vejít dovnitř a pohodlně se usadit u připravených stolů. Jako každý rok jsme se totiž sešli na slavnostní předvánoční večeři.



U stolů jsme spolu seděli s vedením domova. Nechyběla ani naše paní ředitelka.

Každý si objednal jídlo podle své chuti. Vybírat bylo z čeho, neboť jídlo v této výborné restauraci je znamenité a jeho vždy spousta.

Při jídle i mezi ním nám k dobré pohodě hrál na harmoniku a zpíval náš pan harmonikář Vlastík Tyrlík.

Společně strávený čas nám příjemně ubíhal a všichni už se těšíme na příští rok, kdy tuto krásnou tradici opět zopakujeme.

-JČ-

CHOBOTNIČKY PRO KULÍŠKY

V letošním roce se náš domov zapojil do projektu „Chobotničky pro kulíšky“. Naše uživatelka paní Ježová během tohoto roku naháčkovala 38 chobotniček. Chobotničky měly různé barvy, některé spaly a jiné se vesele usmívaly na svět. Každá chobotnička byla originálem.

A ptáte se proč? No proto, aby i ti nejmenší z nejmenších měli někoho nebo něco blízko u sebe. Každá chobotnička je darovaná nedonošenému miminku v perinatologickém centru Fakultní nemocnice Ostrava. V inkubátoru dělá děťátku společnost a vydává se s ním na cestu životem. Je to vůbec první hračka, která se dostane do jejich malých

ručiček. Chobotničky s jejich chapadly mají miminku připomínat pupeční šňůru.

Rodiče dětí si tento projekt pochvalují a moc se jim líbí. Do tohoto projektu je zapojeno již více jak 5000 aktivních členek. Personál byl velmi vděčný za krásné chobotničky a paní Ježové moc děkoval za krásnou a hodnotnou práci.

-ŽM-

ČTENÍ DĚTEM – OD POHÁDKY K POHÁDCE

Letošní rok jsme se zapojili do projektu Mateřské školky Volgogradská s názvem „Od pohádky k pohádce“. Je to tematické čtení dětem ve školce s vybranými uživateli, které doprovázíme do jednotlivých tříd. V každé třídě je jeden uživatel, který čte předem vybranou pohádku na určité téma. Děti nás ve své třídě přivítaly, měly přichystáno křeslo a pan nebo paní se usadili do křesla. Děti se usadily na zemi na polštářcích před křeslem a začala

se číst vybraná pohádka z knihy „Pohádky na dlani“ od Leny Freyové, která tyto pohádky napsala i ilustrovala.

První návštěvu jsme uskutečnili v říjnu. Pohádka se jmenovala “Kouzelná babička“. Tato babička v pohádce dětem vyprávěla příběhy podle toho, jestli měla ruce od borůvek, jahod, hříbků nebo sena, a protože se dívala do dlaní, děti v knížce si mysleli, že čte z dlaní. Tato pohádka měla představit naše uživatele. Děti byly nadšené z návštěvy, která jim bude číst pohádku v jejich školce. Když si vyslechli pohádku, tak zatleskaly za četbu. A za hezkou pohádku zazpívaly několik písniček. Potom přizvali návštěvu ke společné hře pexeso. To vše se odehrávalo spontánně v každé třídě zvlášť.

Druhá pohádka, kterou jsme četli ve třídách, se jmenovala “Trápení s mlhou“. Tato pohádka byla tématická a pojednávala o velkém malíři „Podzimu“ a zlobivé mlze, která chtěla utopit svět v mlze a překreslit celý svět bílou barvou. Děti po pohádce lepily na své barevné podzimní obrázky nezbednou mlhu z vaty. A poté opět s námi hráli společenské hry.

Smyslem čtení těchto pohádek je, aby se děti zapojily do diskuze o dané pohádce a společně si vyprávěli napřed o babičce, která četla pohádky a o mlze jestli ji znají. Děti si vyzkoušely, jak je vidět v mlze prostřednictvím pomůcek, jež vyrobily paní učitelky.

V tomto projektu chceme pokračovat i příští rok. Dětem se docházení „dědečků“ a „babiček“ do školky moc líbí, na návštěvu se těší. Mají připravené písničky a potom se těší na společné hraní.

-AD-

ZE ŽIVOTA NAŠICH UŽIVATELŮ

PROJEKT KOLÁŽE – LÉTO 2018

Pojďme společně naposledy zavzpomínat na léto, které se co se týče počasí náramně vydařilo, všichni si užili spoustu sluníčka a tepla. V dílně č. 5 se v tomto období vyráběly moc zajímavé obrazy pomocí fotografií a kreseb z různých časopisů. Různě prostříhané fotografie a obrázky vytvářely příběhy jejich autorů. Tématem tohoto projektu bylo „CO MÁM RÁD, NA CO VZPOMÍNÁM ´´

Toto kouzlení s obrázky všechny účastníky bavilo. Navzájem jsme si i pomáhali najít určité fotografie. Občas se stalo, že jsme byli tak vtaženi do hledání a třídění fotografií, že šlo slyšet jen šustění stránek, poté zvuk nůžek, to když se lov obrázků, a třeba i vtipných nadpisů v časopise podařil. Nakonec jsme obrázky pokryli celý povrch vybraného výkresu. A když byl každý se svým dílem spokojený, pustili jsme se do lepení jednotlivých mozaiek z různých barevných obrázků. Na díle se podíleli muži i ženy a každý vytvořený obraz byl originál. Vytvořené obrazy budou viset u každého v pokoji nad postelí, kde se na ně budou moci kdykoliv podívat.

-AD-

NEDĚLNÍ GURMÁNY

S přicházejícím podzimem jsme se opět začali jedenkrát v měsíci scházet, abychom vařili, smažili a pekli na našem oblíbeném klubu Gurmán. Začátek patřil tradičním švestkovým buchtám. V říjnu jsme smažili topinky, a aby chléb nebyl příliš tvrdý, tak byly na másle a se skvělou bulharskou pomazánkou.

Přikládáme recept:

½ kg točeného salámu

3 cibule

½ sklenice okurek

2 stroužky česneku

kečup

3 polévkové lžíce plnotučné hořčice

3 malé lžičky cukru

½ lžičky soli

4-6 lžiček tatarské omáčky

4 vařené brambory

Jablečné vdolky se skořicí a šlehačkou jsme si vyzkoušeli v měsíci listopadu. Zveme všechny zájemce, kteří jsou rádi v kolektivu a mají kladný vztah k přípravě potravinových chuťovek, aby sledovali nástěnku v našem domově a přihlásili se, jakmile jim dřevěný kuchař sdělí datum příštího setkání.

Ještě bych ráda poděkovala za sponzorské dary BIO-potravin sociální pracovnici slečně Barboře Běčákové.

-AJ-

HUDBA MÉHO SRDCE

Dne 4. 12. 2018 navštívili naši uživatelé pan Anton Kréta a paní Alena Gelnarová v doprovodu sociálních pracovnic Divadlo loutek v Ostravě, kde se konalo slavnostní setkání v rámci projektu Reminiscence na téma „Hudba mého srdce“. Tento projekt je pod záštitou náměstka primátora Ing. Zbyňka Pražáka, Ph.D. Na úvod jsme byli seznámeni s projektem Reminiscence.

Jako první byla spuštěna prezentace s fotografiemi a příspěvky všech organizací, které jsou zapojeny do projektu Reminiscence. Mezi nimi nemohl chybět Domov Čujkovova a pěvecký soubor Návraty, který vystupuje nejen v rámci bálů pořádaných v našem domově. Byla zhlédnuta prezentace všech doposud uskutečněných projektů v rámci

Reminiscence. Zavzpomínalo se na loňský projekt na téma „Prostři pro tři“, který probíhal v nákupním centru Nová Karolina v centru Ostravy. Byli jsme seznámeni s tématem na příští rok.

Po přestávce s drobným občerstvením jsme byli pozváni na představení na téma „Stříhali dohola Josefa Kainara“. Představení pojímá o osudu básníka, novináře a skvělého hudebníka Josefa Kainara v době jeho mládí. Děj nás zavedl do vylidněné noční kavárny, která se skrze fantazii proměnila v zaniklou ostravskou kavárnu Savoy. Vrátili jsme se doby Kainarova mládí, do času jeho studií, prvních lásek a muzicírování. Z ohlasů a potlesků v sále lze usoudit, že se představení všem líbilo.

Následně pak byl celý program ukončen a my i přes nepřízeň počasí jsme se vydali na Masarykovo náměstí nasát trochu té vánoční atmosféry.

Celé náměstí bylo velmi pěkně vyzdobeno. Dominantou náměstí byl velký vánoční strom. Na náměstí byly kolotoče, kluziště, stánky s občerstvením a nápoji v podobě různých punčů. Nechyběly ani stánky s adventními věnci, ručně vyráběnými výrobky a drobnostmi. Po prohlídce vánočních trhů jsme se vydali k tramvajové zastávce Elektra, kde jsme nastoupili na tramvaj č. 2. Během cesty domů jsme obdivovali krásně vyzdobené ulice a náměstí, které jsme míjeli. A naše pocity? Krásně prožité odpoledne a naladění na blížící se Vánoce.

-MB-

JEŽÍŠKOVA VNOUČATA

První ročník projektu Ježíškova vnoučata odstartoval na podzim roku 2016. Tehdy si jedna novinářka uvědomila, že řada seniorů je opuštěná a vánoční čas, který je pro většinu z nás radostným obdobím, tráví sami, léta jim nikdo nedal žádný vánoční dáreček. S pomocí nadšenců vymyslela tento projekt a podařilo se jim splnit na 600 přání!

Loňský ročník byl za patronátu Českého rozhlasu již o mnoho větší a díky neuvěřitelné solidaritě a dobrým srdcím všech, kteří se do tohoto projektu zapojili, se loni podařilo splnit vánoční přání 13 084 lidem. Většinou se jednalo o drobnosti, jako jsou sladkosti, kosmetika apod. Podařila se však

i přáníčka větší – návštěva u samotného papeže nebo skok padákem. Již loni se zapojil i náš domov.

S blížícím se koncem roku se rozjel i letošní ročník tohoto nádherného projektu. V letošním roce se podařilo v našem domově splnit 27 přání!

Tento krásný projekt sbližuje lidi, kteří se neznají, mnoho mladších lidí si tak najde novou, nebo další babičku, či dědečka. Na závěr nezbývá nic jiného, než poděkovat všem dárcům, kteří se stali Ježíškovými vnoučaty.

-BB-

OSTRAVSKÝ BÁL

Ve čtvrtek 29. 11. 2018 se konal v domově poslední letošní bál, který hrdě nesl jméno po našem městě, tedy Ostravský bál. Celým programem prováděly pracovnice volného času Melanie a Renáta.

Na úvod byli všichni, kteří zavítali do velkého sálu, seznámeni s programem. Jako první vystoupil náš pěvecký soubor Návraty, který zazpíval písničky z našeho rodného kraje. Všichni, kdo reprodukované písně znali, se mohli přidat.

Poté jsme se dozvěděli něco o vzniku, historii, ale i současnosti Ostravy. Co je pro ni typické, čím se vyznačuje. Nechyběla ani zmínka o v minulosti prakticky

nejčastějším zaměstnání v našem regionu – o hornictví. Několik slov padlo i o dalších gigantech našeho města, a to o Vítkovických železárnách a Nové Huti. Ty jsou již dávno se svou slávou za zenitem a fungují pod jinými názvy.

K Ostravě patří neodmyslitelně i obchodní domy. Kdo by neznal Horníka (dříve Bachner), Ostravici (dříve Textilii), Ostravanku (dříve Brouk a Babko), Laso aj. Zavzpomínali jsme i na slavné osobnosti, které se buď v Ostravě narodily, nebo je k ní vázala jejich profesní dráha a život. Padla tak jména jako Marie Rottrová, Hana Zagorová, Jaromír Nohavica nebo Věra Špinarová.

Příjemným zpestřením programu bylo vystoupení, nám již známých, mažoretek „Jiřinek“ z Paskova.

Závěr bálu patřil našim uživatelům, paní Zdeňce Strháňové a panu Antonu Krétovi, kteří přednesli úryvek z balady Petra Bezruče „Ostrava“:

„Sto roků v šachtě žil, mlčel jsem,

sto roků kopal jsem uhlí,

za sto let v rameni bezmasém

svaly mi v železo ztuhly.

Chléb s uhlím beru si do práce,

z roboty jdu na robotu,

při dunaji strní paláce

z krve mé a z mého potu.

Sto roků v kopalně mlčel jsem,

kdo mi těch sto roků vrátí?

Když jsem jim pohrozil kladivem,

kdekdo se začal mi smáti.

Abych měl rozum, šel jsem v kopalnu zas,

pro pány robil jak prve:

Máchl jsem kladivem – teklo v ráz

Na polské Ostravě krve!

Uživatelům se podle jejich reakcí bál líbil, velkým potleskem se s námi rozloučili. Po tradičním občerstvení následovala volná zábava plná zpěvu a tance.

-RK-

PROMÍTÁNÍ FILMU

V pátek 30. 11. 2018 ranní rozhlas srdečně pozval naše uživatel na promítání známého českého filmu „Adéla ještě nevečeřela“ do velkého sálu. Začátek promítání byl stanoven na 9 hodinu.

Milovníci filmů pro pamětníky se sešli

a aspoň touto formou mohli shlédnout jak vynikající herecké výkony herců a hereček, tak si i zavzpomínat na dobu, kdy sami navštěvovali kino a kulturně se obohacovali.

Dnešní doba je taková, že více než polovina Čechů do kina nechodí vůbec, naproti tomu až 16% zajde do kina nejméně 4x ročně. Každodenní sledování filmů v pohodlí domova pak přiznává 22% Čechů.

Každopádně bylo pro naše uživatelé promítání filmů v duchu kina velmi příjemným zpestřením pátečního dopoledne.

-LG-

PŘEDVÁNOČNÍ VYSTOUPENÍ DĚTÍ

V úterý 4. 12. 2018 se mohli naši uživatelé ve velkém sále potěšit vystoupením žáků ze Základní školy MUDr. Emilie Lukášové.

Uživatelé, kteří měli o toto vystoupení zájem, se sešli v 9 hodin ve velkém sále, ještě před vystoupením si mohli dát kávičku, nebo kapučíno.

První písničkou, se kterou nás děti přivítaly, byla skladba „Bernardýn“. Zpívala pouze děvčata a chlapci dělali doprovod tleskáním.

Druhá píseň se jmenovala „Za Ostravu“. Byla to píseň se smutným příběhem, tentokráte zpívala děvčata i chlapci dohromady. Další přišla na řadu skladba „Z Těšínska“, tuto naopak zpívali pouze hoši a děvčata se vlnila do rytmu.

„Purpura“ pak rozezpívala celý sál a všechny přítomné. Tato skladba mezi nás vnesla tu správnou vánoční atmosféru. Před posledním vystoupením rozdaly děti uživatelům hudební nástroje jako tamburínu, rolničky apod. Společně jsme si pak zazpívali koledu „Půjdem spolu do Betléma“.

Toto předvánoční vystoupení se všem moc líbilo, sklidilo obrovský potlesk a děti byly odměněny malou sladkostí.

-VM-

MIKULÁŠ

V kalendáři najdeme mužské jméno Mikuláš s datem 6. prosinec. Jedná se o mužské křestní jméno řeckého původu. Jeho význam je buďto vítězství lidu nebo vítěz z lidu. Co se však jako první vybaví většině nás ve spojitosti s tímto jménem?

Přeci svatá trojice – Mikuláš, anděl, čert a tradiční nadílka. Každý stát má ve spojitosti s tímto svátkem jiné tradice a zvyky. U nás je Mikuláš muž s bílými dlouhými vousy, který má oblečen biskupský oděv a bere s sebou při nadílce výše uvedené pomocníky. Anděl a Mikuláš pak představují dobro a rozdávají dárečky. Čerti pak mají náročnější úkol, mají strašit a symbolicky trestat zlobivce.

Samotná tradice obdarovávání v noci z 5. na 6. prosince má své kořeny už v desátém století. Vznikla při biskupských

hrách, které se držely v oblasti Porýní na místních klášterních školách. Jeden z žáků při nich nesl berlu, kterou přebíral funkci představeného kláštera a jeden den v roce v zastoupení svatého Mikuláše byl pánem školy. Ve třináctém století byl tento svátek posunut na den svatého Mikuláše a později byla vymyšlena i tradiční hra, kdy čeledín dával dětem dárky – odtud tradice nadílky. No, a protože čeledín nejen že naděloval, ale děti i káral, připojili se anděl s čertem.

Mikuláš letos neobešel ani náš domov! Jelikož je u nás ubytováno 301 dušiček, museli přijít hned dva. Jeden tak s nadílkou obcházel budovu A a druhý budovu B.

Na pomoc jim přišli pouze čerti. Ne proto, že by u nás byli jen samí zlobivci, kteří potřebují postrašit, ale proto, že andílci si česali své dlouhé zlaté vlásky na večer k dětem a museli ještě v nebíčku pořádně načechrat obláčky plné sněhu, aby vydržely a nasněžilo až na Vánoce, měli toho zkrátka dopoledne hodně na práci.

-MR-

VYSTOUPENÍ DĚTÍ ZE SALESIÁNSKÉHO DOMU DĚTÍ A MLÁDEŽE

Jako každý rok před Vánocemi navštívily náš domov děti ze Salesiánského domu dětí a mládeže z Volgogradské ulice. V tento krásný předvánoční čas si pro naše uživatele připravili bohatý program. Pásmo tradičních vánočních písniček a balad, kterými navodili velmi příjemnou atmosféru v sále, kde se sešli naši uživatelé.

V sále panovala úžasná atmosféra prosycena písněmi o Vánocích, které nám děti zazpívaly, také nám zahrály na kytaru či flétnu. Zazněly písničky jako „Nesem Vám noviny“, „Pásli ovce Valaši“ či „Půjdem spolu do Betléma“. Velmi procítěně také zazněla skladba „Chtíc, aby spal“ v doprovodu kytary a flétny.

Našim uživatelům se vždy akce pořádané dětmi velmi líbí, a proto i tentokrát jsme zaznamenali hojnou účast. Troufám si říct, že se to všem líbilo, neboť někteří uživatelé nejenže poslouchali, ale i zpívali společně s dětmi a atmosféru Vánoc to jen posílilo.

Po vystoupení nechyběl potlesk uživatelů, který značil, že se akce všem moc líbila. Všichni jsme si popřáli krásné a pohodové svátky a nechyběly ani malé dárečky, které si vystupující pro naše uživatelé připravili. Ani my jsme nezůstali pozadu a rozdali dětem sladkou pozornost.

-VN-

ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMU A NÁVŠTĚVA DĚTÍ Z MATEŘSKÉ ŠKOLY

Vánoce se nezadržitelně blíží a města a obce v celé České republice opět po roce rozsvěcí vánoční stromy.

Zvláštní předvánoční atmosféru tak ucítíte úplně všude na všech náměstích po celé republice. Veřejný vánoční strom najdeme snad na každém náměstí či návsi. V čase předvánočním, tedy adventním, města i vesnice už tradičně ozdobí jehličnan vyšňořený k radosti obyvatel. Nechybí tradiční adventní trhy a koncerty.

A proto jsme i my v našem domově rozsvěcovali náš vánoční strom. Za tónu vánočních koled se uživatelé našeho domova sešli ve velkém sále. Ještě před samotným zahájením, navštívili naše seniory děti z mateřské školky z Ostravy Hrabůvky, aby přispěli svým vystoupením ke sváteční atmosféře.

Děti měly připravené vánoční koledy, které zazpívali s pomocí jejich paní učitelek. Všem v sále se vystoupení malých dětí moc líbilo. Také si připravili pro naše uživatele malé dárečky. Při rozloučení s dětmi jsme jim popřáli krásné Vánoce a hodně dárků pod stromečkem. Také od nás dostaly malou pozornost. Na závěr mezi nás zavítala paní ředitelka, která pronesla slavnostní řeč a zároveň rozsvítila náš vánoční stromeček.

-VN-

ZE ŽIVOTA NAŠICH UŽIVATELŮ

VZPOMÍNKY NA VÍCE NEŽ 40 LET U DRAH

Pan Vladislav Přibyla se narodil v roce 1928 v Petřvaldě. Měl celkem 10 sourozenců, z toho bylo 8 dívek a 2 chlapci. V květnu roku 1945 začal pracovat pro podnik „Československé dráhy“ na „Hlavním nádraží“ v Ostravě, kde strávil víc než 40 let svého života.

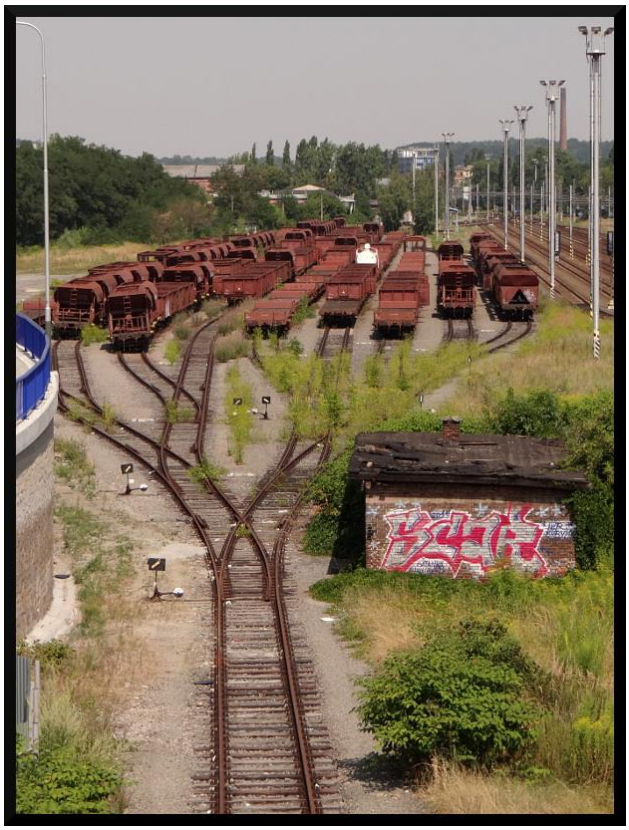
Přestěhoval se do Ostravy-Přívozu, kde dostal drážní byt. Nejprve pracoval jako traťový dělník. Jeho náplní práce byla výměna pražců, podbíjení pražců a upevňování kolejnic. Zajišťoval tak běžnou údržbu na „Báňské dráze“. „Báňská dráha“ byla trať vedoucí od Ostravy (nyní Hlavní nádraží) – Zárubek – Josefova jáma – Michálkovice- Petřvald – Poruba (Orlová) – Doubrava.

Pracoval ve všedních dnech a podle počasí. Většinou od rozednění až do 15 nebo 16 hodin. V této pozici pracovalo okolo 200 lidí. Tuto funkci vykonával něco přes rok a následně získal pozici posunovače na „Hlavním nádraží“. Úkolem posunovače bylo chystat vozy na zarážku, sestavovat soupravy. Byla to práce na směnný provoz, víkendy i svátky. Na této pozici pracoval krátkou dobu.

Následně začal pracovat u jízdní služby. Jeho úkolem bylo doprovázet vlaky na určitém úseku a zajišťovat ruční brždění. Poté mu byla po úspěšném složení zkoušek nabídnuta funkce vlakového manipulanta. Jeho úkolem bylo označovat čísla vagónů, zajišťovat průvodní listiny a následně je předávat vlakvedoucímu.

O několik let později složil úspěšně další zkoušky a mohl vykonávat funkci vlakvedoucího. Zajišťoval a řídil bezpečně

dopravu nákladu, zajišťoval podklady pro jízdu vlaku (zpracovával brzdné dráhy na daném úseku), vedl dokumentaci o vlaku (vozech) a nákladu, řídil nakládku a vykládku. Nejčastěji převáželi uhlí, koks, dřevo, železo, štěrk a zajišťovali i vojenské transporty. Dle pana Přibyly to byla náročná práce, a nebyl dostatek času na vlastní rodinu, tak jak by si představoval.



Při rozhovoru zavzpomínal na selhání brzd, které se mu stalo při cestě z Josefovy jámy do Zárubku. V úseku, kde měli jet 15 km/h s naloženým nákladem 1600 tun, jeli 40 km/h. Houkali, aby na sebe upozornili. Nedaleko Zárubku stavěli trať a křížili tak cestu se závodním posunem. S jiným vlakem se nestřetli a nic se nestalo, vlak dojel až do stanice Hlavní nádraží a zabrzdil o tzv. špunt. Od roku 1988 nastoupil pan Přibyla do důchodu a na čas trávený u železnice rád vzpomíná. –MB-

Redakce časopisu Vám přeje krásné prožití vánočních svátků, hodně štěstí a zdraví v roce 2019

SLUŽBY V DOMOVĚ

Bistro paní Věra Kuncová

Otevírací doba o vánočních svátcích:

24. 12. 2018	8.00 – 12.00 hod	
25. 12. 2018	ZAVŘENO	
26. 12. 2018	13.00 – 16.00 hod	
27. 12. 2018	7.30 – 12.00 hod.	13.00 – 16.00 hod
28. 12. 2018	ZAVŘENO	
29. 12. 2018	13.00 – 15.00 hod	
30. 12. 2018	ZAVŘENO	
31. 12. 2018	7.30 – 12.00 hod.	13.00 – 16.00 hod
1. 1. 2019	ZAVŘENO	

Pedikúra paní Barbora Lachová

Provozní doba:

PONDĚLÍ	OBJEDNÁVKY	
ÚTERÝ	8.00 – 12.00 hod.	Na úsecích 13.00 – 15.00 hod.
STŘEDA	OBJEDNÁVKY	
ČTVRTEK	OBJEDNÁVKY	
PÁTEK	8.00 – 12.00 hod.	Na úsecích 13.00 – 15.00 hod.

Kadeřnice, holička paní Eva Kremerová

Provozní doba:

ÚTERÝ 8.00 – 9.00 hod. pro muže
9.00 – 12.00 hod. pro ženy
13.00 – 15.00 hod. na jednotlivých úsecích

PÁTEK 8.00 – 9.00 hod. pro muže
9.00 – 12.00 hod. pro ženy
13.00 – 15.00 hod. na jednotlivých úsecích

V NEJBLIŽŠÍ DOBĚ NÁS ČEKÁ:

12. - 18. 12. 2018 na jednotlivých úsecích
PEČENÍ VÁNOČNÍHO CUKROVÍ

19. 12. 2018 v 9 hodin
Vánoční besídka dětí z Mateřské školy Volgogradská + velký klub

21. 12. 2018 od 9 hodin
Vánoční koledy s harmonikou

24. 12. 2018 od 9 do 11 hodin VÁNOČNÍ KLUB

31. 12. 2018 od 9 do 11 hodin SILVESTROVSKÝ KLUB

Číslo 4/2018 **Neprošlo jazykovou úpravou.**
Určeno pro vnitřní potřebu Domova Čujkovova.

Časopis připravili: Barbora Běčáková (BB), Marek Rosmanit (MR), Jiří Čiháček (JČ), Lenka Grabovská (LG), Melanie Konvičková (MK), Renata Konečná (RK), Vendula Nováková (VN), Alena Juračková (AJ), Žaneta Mládková (ŽM), Martina Bolcková (MB), Andrea Dvořáčková (AD), Věra Moravcová (VM).