

BABÍ LÉTO

Zpravodaj CSSM

JEDNA KLOBÁSKA,
JEDEN ŘÍZEČEK A
BRAMBOROVÝ
SALÁTEK...

LEDEN ZA KAMNA VLEZEM

Prosinec byl hodně náročný a ještě potrvá několik týdnů, než se situace stabilizuje. Těch změn, které se „vylouply“ na konci roku byla celá řada a další bylo třeba dokončit do konce roku. Za všechny jedna méně příjemná a důležitá, týkající se všech našich obyvatel, a to je navýšení úhrad za ubytování a stravu. Náklady na provoz zařízení rostou. Tyto prostředky nám umožní nesnižovat standard života v našich Domovech a možná i ocenit některé z těch, kteří pro vás pracují. Víím, že je třeba v letošním roce opět nastavit systém vzájemných setkávání.

Chtěla bych ale přejít k tomu, co nás v letošním roce čeká. V Domově Penzion dokončíme rekonstrukci koupelen a výměnu dveří. Na Domově Ludmila dokončíme protipožární opatření, opravíme balkóny a budeme hledat dotační tituly na další výťah. Určitě budeme udržovat zahradu v minimálně takovém stavu, jako jí znáte z minulého roku.

I v letošním roce plánujeme řadu akcí, na které velmi rádi chodíte s tím, že bychom ještě více chtěli zapojit vlastně do celého procesu aktivizace vaší rodiny. I nadále by vaši blízcí měli být prioritně ti, kteří vás doprovodí na výjezdy za různými vyšetřeními. Spolupráce s vašimi blízkými je totiž nezbytná a souvisí i s naší další cestou, kterou jsme již nastavili v minulém roce, a to koncept paliativní péče.

Začátek letošního roku byl poznamenán relativně vysokými teplotami, i když občas spojenými s intenzivnějšími dešti. Přesto mám velkou radost, když vás vidím kolem budovy a na zahradě, jak pravidelně trénujete chůzi a pracujete na své kondici. Tak ať vám to dobře chodí.

Drahomíra Pavlíková,
ředitelka CSSM

Spěčí a láskou...

KALENDÁŘ JSME POKŘTILI I S PANEM STAROSTOU



V tu poslední předvánoční středu se v jídelně Domova Ludmila sešli obyvatelé našeho Domova na jedinečné a nezapomenutelné představení. Atmosféra byla plná očekávání a předvánočního vzrušení, kdy každý netrpělivě očekával, co přinese tento večer. V srdci takové pohody a komunitního ducha jsme tento den zahájili vánočním vystoupením, které připravily děti z MŠ Čtyřlístek.

pokračování na str. 2...

ROZHOVOR

ŠTAFETA VESELÝCH ROZHOVORŮ
S PRACOVNÍKY CENTRA SENIORŮKAMILA
KLINEROVÁIVANA
RAJNOCHOVÁ

Pamatuješ si klíčový impuls, který tě vedl k rozhodnutí stát se všeobecnou sestrou?

Slovo pamatuješ je na místě, je to už hodně let..., vyrůstala jsem v lázeňském městě Karlovy Vary a tam každý chtěl pracovat v lázních a k tomu bylo potřeba stát se zdravotní sestrou. Rodiče mě k této profesi popostrčili. Já chtěla pracovat a pečovat o zvířata, to ale neprošlo.

Sesterská profese je velmi rozmanitá. Jakou činnost děláš, nebo jsi dělala nejraději?

Obor pomáhat lidem mě úplně pohltil, stále jsem se vzdělávala a vzdělávám v oboru a poznávala nové možnosti v ošetrovatelské péči.

Hlavně v období, kdy se otevřely hranice, ta nová doba pro zdravotnictví byla obrovská. Kdo nepoznal, netuší. Nové jednorázové pomůcky, vyšetřovací metody... Tolik zachráněných lidských životů díky novým možnostem. Pracovala jsem v oboru následné dlouhodobé péče, chirurgie a intenzivní péče. V dnešní době se lidský život hodně prodloužil díky vyspělé medicíně. Proto další profesí se stala péče o seniory v našem Centru sociálních služeb Mělník.

Obecně se ví, že máš ráda slepice. Čím ti tak přirostly k srdci?

Možná tím, že jsem chtěla pracovat a pečovat o zvířata. Miluji klidný vesnický život. Vždy jsem snila, že budu mít domeček a tam malé hospodářství. To hospodářství zatím nemám, možná v důchodu? A tak mám aspoň slepičky u nás v CSSM a společně s klientem panem Popowiczem se o ně staráme.

Už jsi nějakou dobou babička. Co si na této životní roli nejvíce užíváš a proč?

Užívám! Vnoučátka Adámek, Amálka, Berenika a Adélka jsou krásným křehkým životem na úplném začátku a já mohu být součástí toho všeho a rozmazlovat je.

Kdybys měla neomezené možnosti, co bys v našem Domově změnila?

Dlouho jsem přemýšlela a přišla na to. Přestavíme a zrekonstruuje se zde na lázně LOURDES se zázračným pramenem a všichni se vyléčí, nebudou nemoci. Zázraky se někdy dějí.

A komu předáš štafetu pro příště?

Silvii Jahodové, vedoucí přímé péče Domova Vážka.

KALENDÁŘ JSME POKŘTILI I S PANEM STAROSTOU

...pokračování ze str. 1

Po tomto rozkošném úvodu plném dětské radosti a nezdolného nadšení jsme přešli k dalšímu významnému bodu večera. S hrdostí jsme pokřtili náš první kalendář. Byl výjimečný tím, že zachycoval nezapomenutelné momenty z módní přehlídky seniorů. Obrázky nám umožnily nahlédnout do této jedinečné akce očima talentovaného fotografa Tomáše Lorenze. Vřelé poděkování patří nejen jemu, ale i paní Haně Vozábové, majitelce obchodu s oděvy, která seniory na módní přehlídku oblékla do šatů plných elegance a stylu.

Večer pokračoval přátelským setkáním, kde představitelé našeho města, společně s paní ředitelkou, přistoupili k seniorům, aby jim osobně popřáli poklidné a radostné svátky vánoční. Bylo to setkání plné něžných slov, úsměvů a stisků rukou, které působily jako tiché ujištění, že i v tomto rychlém a mnohdy nepředvídatelném světě jsou stále okamžiky plné klidu, radosti a vzájemného porozumění. Vánoce nejsou jen o dárcích a shonu, ale především o sdílení, společnosti a vřelosti, kterou si předáváme jeden druhému.

SILVESTROVSKÝ SPECIÁL: KVÍZOVÁ BITVA SENIORŮ



Příchod nového roku je vždy spojen s oslavami a radostí, a právě proto jsme se v našem domově pro seniory rozhodli uspořádat něco opravdu speciálního. Velký silvestrovský kvíz byl určen pro všechny, kteří měli chuť se trochu pobavit a zároveň si prověřit své znalosti a odhad.

Tento kvíz byl skvělou příležitostí pro všechny, kdo rádi stráví čas ve společnosti ostatních a chtějí si užít příjemné odpoledne plné vzrušení a zdravé soutěživosti.

Obavy, že by kvízové otázky byly příliš složité nebo zaměřené jen na určitou věkovou skupinu, byly liché. Otázky byly totiž připraveny tak, aby si každý přišel na své a mohl se zapojit.

Soutěžilo se v týmech a všichni tak mohli prokázat svou týmovou práci a strategii při odpovídání na otázky, což přineslo nejen hodně zábavy, ale i pocit společného úspěchu. Ať už se účastníci kvízu umístili na jakémkoliv místě, hlavní bylo, že si užili spoustu legrace a možná se i něco nového naučili.

Přátelská atmosféra a vzájemná podpora mezi účastníky byla zárukou, že nikdo neodcházel se špatnou náladou.



JÁ TI ŘÍKÁM, ŽE TO
DNESKA PROSTĚ
VYHRAJEME...

PŘÍPRAVA SILVESTROVSKÝCH CHLEBÍČKŮ



MŇAMKY,
MŇAMKY...



Tradiční český chlebíček, známý také jako "obložený chlebíček", má své kořeny v české kuchyni a kultuře, kde se vyvinul jako oblíbený typ lehkého občerstvení nebo jako součást jídelní nabídky na různých společenských akcích a oslavách.

Původ chlebíčků se datuje do období první republiky (1918 - 1938) a je spojen s osobou Jana Paukerta, pražského lahůdkáře, který ve své prodejně vytvořil a zdokonalil styl přípravy těchto malých, esteticky podávaných občerstvení. Jeho chlebíčky byly proslaveny svou kvalitou, čerstvostí a rafinovanou chutí.

Popularita chlebíčků v Česku vyrostla v průběhu let a staly se tradiční součástí cateringových služeb, občerstvení na rodinných oslavách, svatebních recepcích, pohřbech a jiných společenských událostech. Chlebíčky jsou považovány za klasický prvek české gastronomie a jsou oblíbené pro svou jednoduchost, variabilitu a schopnost uspokojit různé chutě.

ŠTĚDROVEČERNÍ VEČEŘE SE DVĚMA FARÁŘI A PANÍ ŘEDITELKOU

Za okny našeho domova pro seniory se už začínalo stmívat a měkké paprsky západního slunce pomalu ustupovaly přicházející večerní šeru. V jídelnách Domova Ludmila, Penzion i Vážka, kde se každoročně koná štědrovečerní večeře, bylo cítit příjemné teplo a zvláštní vzrušení. Byl to čas, kdy se všechny běžné denní aktivity zastavily a nastal moment klidu, očekávání a společného setkání.

Stoly byly pečlivě prostřeny bílými a vánočními ubrusy, které se jemně leskly. Vzduch byl naplněn vůní tradičních vánočních pokrmů, které pomalu dýchaly z kuchyně, kde naše kuchařky dokončovaly poslední přípravy na slavnostní večeři.

Paní ředitelka Drahomíra Pavlíková, elegantní a vždy usměvavá dáma, která si získala srdce všech obyvatel, přivítala každého hosta s otevřenou náručí. Byla to ona, kdo každý rok zajišťoval, aby večer proběhl bez chybičky a aby se každý cítil jako doma.

Když se pomalu sál naplňoval a poslední obyvatelé našli svá místa, objevili se ve dveřích evangelický a katolický farář, kteří přišli, aby se s námi podělili o svá vánoční poselství. Jejich přítomnost dodávala večeru na vážnosti, ale zároveň na srdečnosti, protože oba měli k našim obyvatelům blízký a přátelský vztah.

Evangelický farář se věnoval především poselství o naději a o světle, které přináší Ježíšův příchod do světa. Jeho slova byla plná optimismu a víry v lepší zítřky.

Naopak katolický farář zdůrazňoval význam společenství, lásky k bližnímu a potřeby sdílení radosti z narození Spasitele.

Když oba faráři dokončili své promluvy, následovala chvíle pohnutého ticha, kdy každý přemýšlel o slovech, která právě zazněla. Atmosféra byla plná očekávání, radosti, ale i nostalgické vzpomínky na minulé Vánoce.

Paní ředitelka s vděčným úsměvem poděkovala oběma duchovním za jejich slova a pozvala je, aby se připojili k večeři. Společně s obyvateli domova jsme pak začali chutnat pokrmy, které byly připraveny s láskou a péčí. Vzájemné povídání, smích a výměna zkušeností byly důkazem, že štědrovečerní večeře v našem domově je více než jen jídlo: je to příležitost pro setkání, pro sdílení a pro upevnění pout mezi námi všemi.



NOVOROČNÍ ZAMYŠLENÍ

Osud tomu chtěl, abychom všichni prošli tím, čím jsme prošli. A co nám ještě chystá, to se uvidí. Ale vždy je třeba si zamést před vlastním prahem a dívat se dopředu s hlavou vztyčenou a čistým štítem. A pak je vše v pořádku.

Osud plete a rozhazuje své sítě do všech stran, jednomu tak, druhému onak, však nakonec všem stejně, sejdem se u nebeských bran.

Osud kolo roztáčí, človíčku, běž - běž, však stop! Zastav se na chvilku, uč se života velkou násobilku a tajemství poznáná, jako oko v hlavě střež a užívej pro dobro své i blízkých svých i těch dalších a neznámých, co po matičce Zemi chodí.

Pravda a láska - na světě nic opravdovějšího není. Šťasten ten, kdo okusil lásku nebeskou. Šťasten ten, kdo okusil pravdu božskou. Čistota duše toť zákon univerza jediný, k tomu nás osud vede cestou poznání.

Vážme si všeho kolem nás, ne se s osudem prát, ani sklonit hlavu v ponížení.

Svůj osud, človíčku, v rukou máš, tak se snaž, konat rovně vždy a všude a osud tvému žití nakloněný bude.

Marie Lehejčková, Domov Ludmila

VYDALI JSME KALENDÁŘ PRO ROK 2024



Od 21. prosince loňského roku si můžete zakoupit na recepcích Domova Ludmila a Domova Penzion náš kalendář, který je plný krásných fotografií z módní přehlídky s IZS.

NAPSÁNO
NAŠIMI
SENIORY

VÁNOCE

Vánoce, Vánoce to nejsou jen dlouhé noci a smažení kapřiči, krájení jablka, je to vize do budoucnosti.

To je štěstí, klid, proto jsem šťastný, že v tomto mohu být.

Se vši radostí pro klid i mír, je to věcí spokojenosti nás všech, ať malých či velkých, stejnými možnostmi tady žít.

Pro tyto svátky, ať zní jen hudba krásná a kolední, a všemi milovaná, nebude jistě poslední.

Přeskoč svá přání a vzpomínání v tom čase rozjímání i o Vánocích, plných radosti a hraní na všechny strany!

Arnošt Thomas, Domov Penzion

ADVENT PLNÝ POHODY A MUZIKY...

Vše začalo rozsvícením vánočního stromu a skvělou výzdobou celého areálu. Všechny potěšila Mikulášská nadílka se zábavou a hudebním doprovodem pana Křováčka. A ta hudba s písničkami zde zněla po celý adventní čas.

Nejprve to začalo poněkud netradičně. Opět sem totiž zavítala dvojice interpretů, jenž představila rockovou tvorbu šedesátých a sedmdesátých let minulého století. Zazněly skladby tehdy, v některých případech i v současnosti slavných kapel - Beatles, nesmrtelných „stounů“, samozřejmě nebylo zapomenuto ani na legendární Olympic, skupiny Matadors či Flamengo.

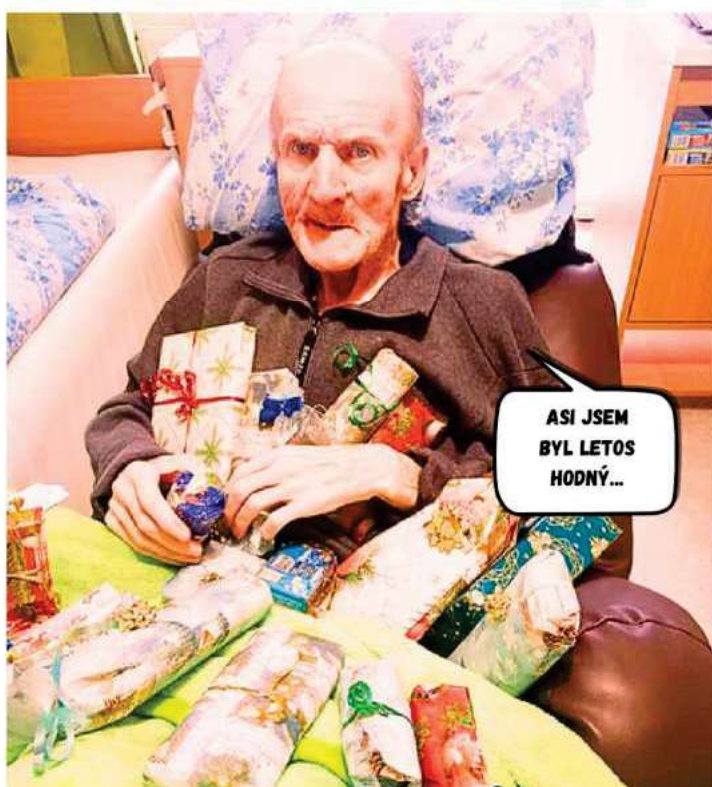
Avšak hlavním tématem hudebních setkání byly Vánoce. Všechny potěšilo a přímo pohládilo na duši vystoupení dětí.

Nejprve se představily ti nejmenší, a to z MŠ Čtyřlístek. Pásmo koled uvedli žáci ZŠ Seifertova, dále se představila děcka z Domu dětí a mládeže a již tradičně se uskutečnil koncert hudebního uskupení Sextet Kristýny Šonské. Nechyběl ani klavírní koncert, kde zazněly vánoční písně.

Ani po svátcích nechyběla hudba. Opět zazněly koledy a vše završil poslech notoricky známých písní od nikoho jiného nežli „božského“ Karla Gotta! Nuže, co si dál přát. Abychom i v tom příštím roce hlavně ve draví si užívali další setkávání nejen u hudby, ale na dalších akcích, jenž zpřijemňují zdejší život aby byl plný radosti a pohody.

Bedřich Marjanko, Domov Ludmila

A TAK K NÁM PŘIŠEL JEŽÍŠEK...



PEČOVATELSKÁ SLUŽBA ZÍSKALA ELEKTROMOBILY

Ještě v prosinci jsme se stali hrdými příjemci dvou zbrusu nových elektro vozidel. Tyto moderní a šetrné automobily k životnímu prostředí jsme získali díky programu Národního plánu obnovy. Vozidla byla pečlivě vybrána a přizpůsobena tak, aby co nejlépe sloužila našemu účelu - terénní pečovatelské službě, která se stará o naše seniory přímo v jejich domovech.

Naše radost z těchto vozidel je opravdu velká. Představte si je: jsou to elegantní, tiché stroje, které se tiše proplétají ulicemi, aby poskytovaly pomoc tam, kde je nejvíce potřeba. Jejich přítomnost v naší flotile znamená, že můžeme reagovat rychleji a efektivněji, když je to nezbytné. V interiéru vozidel je dostatek místa pro veškeré pomůcky, které naši pečovatelé při své práci potřebují - od zdravotnického vybavení po různé rehabilitační a kompenzační pomůcky.

Nejenže jsou tato vozidla přínosem pro náš tým, ale jejich používání je také krokem vpřed k ochraně našeho životního prostředí. Elektrický pohon znamená, že při poskytování péče nebudeme zatěžovat ovzduší žádnými emisemi, což je v souladu s naším závazkem být zodpovědní nejen vůči našim klientům, ale i k planetě, na které žijeme.

S počtem seniorů, kteří vyžadují naši domácí péči, roste i naše odpovědnost a potřeba rozšiřovat naše služby. Tato nová elektro vozidla jsou proto pro nás nejen zdrojem radosti, ale také klíčovým nástrojem, který nám umožní lépe reagovat na stále se zvyšující poptávku po našich službách. Jsme vděční za tuto podporu a slibujeme, že ji využijeme k poskytování ještě lepší péče o naše seniory, kteří si zaslouží veškerou naši pozornost a starostlivost.



DŮLEŽITÉ
INFORMACE

VŠE NEJLEPŠÍ K NAROZENINÁM

Bobková Jarmila

Bílková Hana

Kühnelová Vlasta

Hrubešová Marie

Henlínová Eva

Kolenáčová Milena

Jandová Zdeňka

Slušná Milada

Kulhan Václav

Viktorová Eva

Drnka Václav

Stejskalová Jaroslava

Blažková Jiřina

Dvořáková Eva

Figura Ladislav

Posltová Marie

Pekárková Jitka

Holečková Růžena

BABÍ LÉTO ON-LINE

Nabídka nejen pro vaše rodinné příslušníky, ale i pro vás.

V případě, že byste chtěli posílat náš měsíční zpravodaj Babí léto v elektronické podobě do e-mailové schránky, stačí napsat na e-mailovou adresu cssmelnik@gmail.com.

OPUSTILI NÁS

František Vokál, Alžběta Kondratievová, Jozef Végh, Jan Havelka, Milada Kunclová, Zdeňka

Jansová, Vlasta Doušová

Nikdy na vás nezapomeneme!

NOVÍ KLIENTI

Ladislava Valínová, Miloslav Špalek, Jiří

Dohnal, Věra Zerzánová, Jindřiška Sušírová,

Anděla Richterová, Červenková Jana

Všechny nové klienty srdečně vítáme!

KDE VŠUDE NAJDETE ZMÍNKY O CENTRU SOCIÁLNÍCH SLUŽEB MĚLNÍK?

Na webu www.cssmelnik.cz, na Facebooku @Centrum seniorů Mělník, na Instagramu centrum.senioru_melnik, na Youtube @CentrumsocialnichsluzebMelnik

Zpravodaj Babí léto pro CSSM připravuje Barbora Walterová Benešová



KULTURNÍ PROGRAM – LEDEN 2024

Čtvrtek 4. ledna od 10:00 do 14:00 hodin (rehabilitace DP)
„PARAFÍNOVÁ LÁZEŇ“ pro seniory a zaměstnance CSSM

Pátek 5. ledna od 9:00 (Domov Ludmila, Domov Penzion, Domov Vážka)
„TŘI KRÁLOVÉ“ vystoupení dětí ze ZŠ J. Seiferta Mělník
od 13:30 hodin (tělocvična DL)
„FILMOVÉ ODPOLEDNE“

Pondělí 8. ledna od 14:00 hodin (jidelna DL)
„ZIMNÍ AUTORSKÉ ČTENÍ“ autorské čtení mělnického spolku PEGAS pro DL, DP, DV.

Čtvrtek 11. ledna - pátek 12. ledna
„SANITÁRNÍ DEN“ v tyto dny nebudou probíhat pravidelné aktivity.

Pondělí 15. ledna od 14:00 hodin (jidelna DL)
„JABLKOBANÍ“ soutěž o nejlepší dezert z jablek s hudebním doprovodem podřipského harmonikáře pro DL, DP, DV.

Středa 17. ledna od 14:00 hodin (jidelna DL)
„750 let města Mělníka“ beseda k 750 letům výročí města Mělník s paní Beníškovou z Městského úřadu Mělník pro DL, DP, DV.

Čtvrtek 18. ledna od 14:00 hodin (Bílá komnata)
„TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI PRO VEŘEJNOST“ s Alžbětou.

Pátek 19. ledna od 14:00 hodin (tělocvična DL)
„FILMOVÉ ODPOLEDNE“

Pondělí 22. ledna od 10:00 hodin (jidelna DL)
„ANDÍLKOV“ přednáška a výtvarný workshop k dílu malířky Lijany Jany Linkové, připravila Mgr. Lucie Janatková Regionální muzeum Mělník pro DL, DP, DV.

Středa 24. ledna od 9:30 hodin (přízemí DL)
„BLEŠÍ TRH“ pro seniory a pracovníky CSSM

Pátek 26. ledna od 14:00 hodin (jidelna DL)
„HUDEBNÍ ODPOLEDNE“ Český folk poslech písní s Jitkou pro DL, DP, DV.

Úterý 30. ledna od 13:30 hodin (RC Chloumek)
„MEZIGENERAČNÍ SETKÁNÍ“ tvoření a povídání s dětmi v Rodinném centru Chloumek pro DL a DP.

Středa 31. ledna od 10:00 hodin (jidelna DL)
„PROMÍTÁNÍ FOTOGRAFIÍ ZE ŽIVOTA“ určeno pro seniory DP a DL.