

BABÍ LÉTO

**BUDU MUSET ZAČÍT
CHODIT DO FITKA JAKO
TYHLE MODELKY**

Zpravodaj CSSM



LÉTO KONČÍ A PŘIVÍTEJME BABÍ LÉTO

Léto dospělo ke svému závěru a začíná perstrobarevný podzim. Užíváme se čas Babího léta, které je v tomto roce štědré na krásné, teplé a slunečné dny. Většina našich zaměstnanců má již za sebou velké letní dovolené a už opět v pracovním procesu plní přání našich seniorů, ale i klientů našich nových služeb.

Léto bylo opět plné zajímavých akcí a zážitků. Některé z nich v nás zanechaly hluboké stopy, ať pravidelné procházky, výlety nebo unikátní módní přehlídka, která dostala naše zařízení i do Televizních novin na Nově. Z této unikátní akce budeme čerpat ještě dlouho a napadá mě myšlenka: „Co jsme ještě dalšího nevymysleli a co nás ještě vůbec může potkat?“ Zatím nemám obavy, kreativních a šikovných zaměstnanců máme dostatek. Tak se těšíme na příště...

**Drahomíra Pavlíková,
ředitelka CSSM**

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

**UŽ JSEM
ROZCVIČENÁ...
JDEME NA TO!**

Spěči a láskou...

MÓDNÍ PŘEHLÍDKA ROZHÝBALA SENIORY



Ve středu 13. září centrem seniorů doslova otřásla událost obřích rozměrů. Domov pro seniory se na jeden den stal na místo centra klidného stáří doslova epicentrem módního dění. Po červeném koberci se před početným publikem prošlo 26 modelek a 4 modelové. A nebyly to jen tak ledajaké modelky.

pokračování na straně 3

ŠTAFETA VESELÝCH ROZHOVORŮ S PRACOVNÍKY CENTRA SENIORŮ



LUCIE
FIALOVÁ



GABRIELA
NOVOTNÁ

Jaké bylo tvoje první zaměstnání?

První zaměstnání po dokončení hotelové školy bylo v hotelu Belvedere v Praze 7. Pracovala jsem na takzvané teplé kuchyni a čerpala zkušenosti od starších „vyvařených“ kuchařů. Střídali jsme se na různých úsecích, jako například hotovky, přílohy, polévky, minutky. Dnes už je koncepce velkých kuchyní trochu jiná, kuchyně se staví jinak a technologie také pokročily hodně vpřed.

Jaký je vlastně tvůj tým tady v centru sociálních služeb?

Náš tým tvoří kuchařky a pomocné síly. Kuchařky jsou šikovné a můžu říct, že jsem právem hrdá na jejich práci. Pochvalu ode mne však předčí spokojenost klientů nebo zaměstnanců, kteří je chodí do kuchyně pochválit. Jejich práce pak nabývá daleko většího významu a je i velkou motivací. Pak se snaží přijít i s novými nápady, co by naše klienty potěšily, případně co se už dlouho nevařilo. Pomocné síly jsou neméně důležitým článkem. Musí se vyznat v dietách, připravují kašovitě a mleté stravy, učí se připravovat plněné housky, bagety či chleby namazané pomazánkami. Důležité je pěkně je i ozdobit, protože všichni lidé jedí i očima, což je známá věc.

Jak by například vypadalo denní menu pro naše seniory, pokud bys nebyla vázána rozpočtem?

Myslím, že i s rozpočtem, který máme, vypadá denní menu hezky a chutně. Nejvíce připravujeme klasická menu jako je vepřový řízek, který je prostě pro všechny TOP nebo svíčková, rajská, moravský vrabec, plněné bramborové knedlíky, bramborové placky, sladká jídla a domácí pečení. Občas proložíme divočinou jako je kančí na šípkách nebo srnčí ragú na víně. Vymýšlíme s kolegyní občerstvení na akce, které se v Centru sociálních služeb Mělník pořádají a zúročujeme zkušenosti z dob, kdy jsme obě pracovaly na přípravách rautů a občerstvení pro firmy, svatby a podobně.

Co nejraději děláš, když nejsi v práci?

Nejraději mám ticho. Když přijdu domů, udělám si kávu a sednu si na zahradu, kde pozoruji, jak krásná a nedokonalá je. Co je ještě potřeba vylepšit, změnit, zasadit. Pohladím psa a kočičky. Věrným přítelem je i dobrá kniha z oblasti beletrie nebo detektivky. Také ráda vyrážím po naší české zemi a miluji objevování nových míst. Navštěvuji ta starší známá místa a dívám se, jaká se s nimi někdy udála změna.

Pokud bys mohla znovu zažít něco co už jsi zažila v minulosti, co by to bylo?

Co se týká pracovní oblasti, chtěla bych se někdy vrátit do dob velkých akcí, rautů a občerstvení pro tiskové konference, které jsme připravovali s kolegy z Autoklubu ČR. Po stránce osobní bych se znovu vrátila do doby, kdy bych ještě mohla ochutnat skvělou kuchyni mé babičky. Ona uměla úžasně připravovat klasickou českou kuchyni, protože ještě dnes vzpomínám na její svíčkovou, pajsl na smetaně a pekáče se sádlem a povidly, jak se říká na Moravě lokšum.

A komu předáš štafetu pro příště?

Štafetu předám vedoucímu provozního úseku Martinu Merzovi.

BABÍ LÉTO ON-LINE

Nabídka pro vaše rodinné příslušníky, tak i pro vás. V případě, že byste chtěli posílat náš zpravodaj elektronicky do e-mailové schránky, stačí se ozvat na e-mail cssmelnik@gmail.com.

MÓDNÍ PŘEHLÍDKA ROZHÝBALA SENIORY

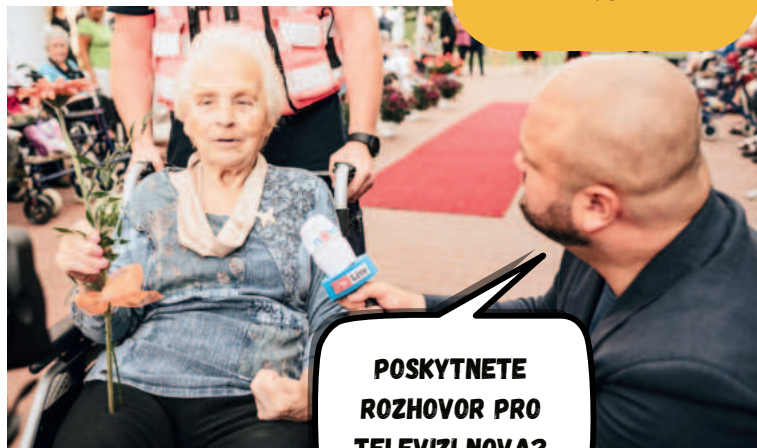
JAK SE
NÁM TU
ŽIJE

Přípravy na tak velkou událost probíhaly už od samého rána. V zápřahu byly kadeřnice, maskérky a módní návrhářky. Ovšem neopomíjená mravenčí práce probíhala především ve zdejší kuchyni, kde se na dnešní módní přehlídku připravovali už několik dní. Neuvěřitelný a profesionální catering vzešel přímo z rukou kuchařek domova seniorů.

Celá tato nezvyklá a dojemná událost vznikla především díky velkému úsilí, dobrovolné a obětavé práci zaměstnanců centra seniorů, a to především aktivizačních pracovníků, které se rozhodly, že starším občanům představí nový způsob, jak si užívat jejich babího léta. Na molu všechny modelky a modely doprovodili hasiči, policisté, strážníci, záchranáři ve slavnostních uniformách a představitelé vedení města.

Každý outfit byl pečlivě vybrán a sestaven tak, aby každá seniorka a senior mohl vyniknout v plné kráse své osobnosti. Na červeném koberci se překonávaly hranice. Někteří zatančili, jiní se nesli a někteří dokonce dokázali odhodit svá chodítka a uličkou slávy doslova projít jen po svých. Tato módní přehlídka nebyla jen o oblečení, ale také o spojení generací a posílení pout v komunitě. Událost nám připomněla, že móda je pro všechny, bez ohledu na věk, a že krása je v každém z nás. Máme zde mnoho co se učit od těch, kteří nám předvedli, jak zářit v každém věku.

Podtrženo a sečteno doslova nádherné představení toho, jak může komunita spojit své síly, aby podpořila tyto krásné duše. **Foto: Tomáš Lorenc**



TRADIČNÍ “ČAJE O PÁTÉ” POKRAČUJÍ

Tradiční “Čaje o páté” v Centru sociálních služeb Mělník pokračují. Setkání svépomocné skupiny pro rodinné pečující o osoby s Alzheimerovou chorobou proběhlo v září. “Čaje o páté” nabízejí místo setkání, kde mohou pečující osoby získat informace o tom, jak pečovat o člověka s demencí, jak pečovat nejen o něj, ale i o sebe. Vytváříme prostor pro předání zkušeností, které s sebou přináší život s člověkem postiženým demencí.

Na “Čaje o páté” zveme současné i rodinné příslušníky, kteří mají své blízké na oddělení se zvláštním režimem Vážka. Péče o nemocné s demencí je jedním z nejnáročnějších úkolů, který může člověka v životě potkat. Představuje mimořádnou emoční, fyzickou a zároveň psychickou zátěž a právě proto pravidelně realizujeme tyto “Čaje o páté”.

Další setkání bude naplánováno během prosince v kavárně Domova Ludmila. Všichni jsou srdečně zváni.



KUCHYŇ PŘIPRAVILA
NA SETKÁNÍ SKVĚLOU
BÁBOVKU

Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR
a Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR vyhláší

15. Týden sociálních služeb

Společně nacházíme cestu

2.-8. 10. 23

5. 10. 2023

Centrum sociálních služeb Mělník

8⁰⁰ hod. - 17⁰⁰ hod.

www.tyden-socialnich-sluzeb.cz

DEN ÚCTY KE STÁŘÍ



V září jsme oslavili DEN ÚCTY ke stáří, poslední dny v našem domově byly plné emocí a opět nám ukázaly, jak moc si právě senioři zaslouží naši pozornost, péči a lásku. My totiž dáváme příklad našim dětem. To, jak se my chováme ke svým blízkým - rodičům a prarodičům, je odrazem toho, jak se jednou budou děti chovat k nám. Podporujme myšlenku, že respekt a úcta prodlužují mentálně svěží stáří.

Foto: Tomáš Lorenc

Být tak malým ptáčkem,
třeba černým kosáčkem,
vyletět nad zemi rodnou,
ve výšce vše shlédnout.

Jaké máme hrady, sídla,
to vše umožní vidět ptačí křídla.

Lesy, louky, plno kvítí,
slunce vše hřeje a osvítí.
Sedět v trávě a pozorovat broučky,
zapomenout, jak čas měří krůčky.

Užívejme každý den,
není to přece pouhý sen,
každý okamžik vnímejme,
a ze života se radujme.

Celý život prožíváme tady a hned,
velkou vděčnost vnímáme teď.

**Marie Pašková,
Domov Penzion**

PENZION

Penzion je dobrá značka
a všechny nás k sobě mačká.
Dědky, babky, sestřičky
vlastní dědice i naše dědičky.

**Arnošt Thomas,
Domov Penzion**

KVĚTINKY

Květiny naše milé
zpřijemňují nám dlouhé chvíle.
Z balkonů září muškáty červené,
petunie otevírají kalíšky barevné,
kosatce, hortenzie, karafiáty se k nebi vypínají,
záhony modrých květů se k nim přidávají.

Včelky pyl sbírají na mateří kašičku,
čmelda se roční v modrém kalíšku.

Ptáčci radostně zpívají,
vůně květů line se po kraji.
V přímém přenosu jsme účastni oslavy života,
která vždy potěší naše srdéčka.

**Marie Lehejčková,
Domov Ludmila**

MÓDA JE PŘECE PRO VŠECHNY...

Když se řekne módní přehlídka, každému se vybaví krásné dívky a urostlí chlapi kráčející po molu či červeném koberci. Světla reflektorů, cvakání fotoaparátů a diváci většinou z řad tzv. V.I.P.

Avšak může či nemusí to být i trochu jinak. A tak v Centru sociálních služeb Mělník vznikl zajímavý nápad: Co takhle uspořádat i zde módní přehlídku! Nápad se setkal s nebývalým ohlasem, načež začaly horečné přípravy. Mělnické oděvní firmy vytvořily garderobu na míru jenž si předvádějící pak ponechali a zdejší kadeřnictví mělo napilno. Chystala se výzdoba a samozřejmě nechyběl onen červený koberec. A pak nastal den „D“, tj. středa 13. září... Prostor mezi Domovy Ludmila a Penzion se zcela zaplnil klienty a hosty, dostavili se vrcholní představitelé města, dále dorazili členové hasičského sboru, zdravotníci z IZS, příslušníci městské policie a Policie ČR, jež zde všichni měli zvláštní úkol.

Postarali se účastníkům přehlídky o čestný doprovod při předvádění modelů.

A tak za zvuků svižné hudby se po koberci prošlo dvacet šest dam a čtyři pánové, kde každý obdržel květinu z rukou pana starosty. Na závěr nastoupily pečovatelky, sestřičky a další, kteří si hodlali užít onen rudý koberec.

Určitým překvapením byl příjezd TV NOVA, která vše natáčela, například i rozhovory s účastníky a poslze vše zveřejnila ve zpravodajství Televizních novin. A to není zdaleka vše. Připravuje se kalendář pro rok 2024, kde budou dámy a pánové zářit na červeném koberci.

Co k tomu dodat? Tento skvělý nápad ukázal, že hezké oblečení je určeno pro všechny bez rozdílu věku a tato akce opět zpřijemnila ono „babí léto“ lidského života.

NAŠE VINOBRANÍ S PODŘIPSKÝM HARMONIKÁŘEM

TO VŠECHNO
SNÍM SÁM...



PŘEDNÁŠKA NA TÉMA PŘÍRODNÍ INVAZE



ÚSTAV ANTONÍNA DVOŘÁKA A KONCERT VÁŽNÉ HUDBY



MÁME NOVÉ LOGO

Nové logo pro Centrum sociálních služeb Mělník spatřilo světlo světa. Postupně se začíná objevovat na všech důležitých a nepřehlédnutelných místech nejen po našem CSSM.

Logo vychází z původního loga CSM, které svým listem mělo navodit atmosféru podzimu, tedy symbol podzimu života našich klientů. A protože jsme se spojili s azylovým domem, noclehárnou a nízkoprahovým centrem, získal náš list i vlastní a společnou střechu a má symbolizovat jednu silnou komunitu, která je tu především proto, aby pomáhala všem sociálně znevýhodněným nebo slabším občanům našeho města. Kruhový nápis jasně stmeluje všechny organizace do jedné jediné rodiny, které spojuje boj za lepší a vyšší cíl. A stále samozřejmě platí ... s péčí a láskou!!!



NOVÉ POHLEDY CSSM



Nové pohledy CSSM jsou již v prodeji. Krásné a barevné pohlednice je možné zakoupit v Růžové kavárně nebo na recepcích Domova Penzion či Domova Ludmila. Prodejní cena činí 10 korun. A poštovní známky jsou v prodeji také v kavárně.

DŮLEŽITÉ INFORMACE



VŠE NEJLEPŠÍ K NAROZENINÁM

Miroslava Belšánová
Helena Peteráková
Zdeňka Sieberová
Hana Benešová
Vlasta Novotná
Václav Pojkar
Lidmila Schreierová
Alexandra Luninová
Ludvika Benáková
Libuše Nedorostová
Marie Hanušová
Marie Kustová

Eva Laštůvková
Jiřina Bártová
Helena Pokorná
Eva Slánská
Libuše Drnková
Marie Pašková
Helena Pechačová
Marie Mrázková
Emilie Kaňková
Irena Křížová
Svatopluk Urban



NOVÍ KLIENTI

**Jaroslava Stejskalová, Milada Pacanová,
Josef Kölbl, Pavel Kotek, Miroslava
Blažková.**

Všechny nové klienty srdečně vítáme!

KADEŘNICTVÍ

Služba je určena našim uživatelům pobytových sociálních služeb. Objednávání uživatelů probíhá prostřednictvím pracovnice kanceláře vedení CSSM paní Jany Luky nebo přímo u kadeřnice, v době, kdy je přítomna.

Čas poskytování služby:
pondělí 9.00 - 15.30, středa 9.00 - 13.00
Kontakt pro objednání:
Jana Luky 605 231 907



KULTURNÍ PROGRAM – ŘÍJEN 2023

Úterý 3. října od 10:00 do 14:00 hodin (rehabilitace DP)

„PARAFÍNOVÁ LÁZEŇ“ – pro seniory a zaměstnance CSM

Čtvrtek 5. října od 8:00 do 17:00 hodin

„DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ V CENTRU SOCIÁLNÍCH SLUŽEB MĚLNÍK“ přijďte nás navštívit, rádi Vám představíme všechny naše služby.

od 10:00 hodin

„PROCHÁZKA OKOLO POTOKA PŠOVKA“ - vycházka s imobilními seniory určeno pro DL, DP, DV.

od 14:00 hodin (jídlna DL)

„OHLÉDNUTÍ ZA MÓDNÍ PŘEHLÍDKOU“ určeno pro DL, DP, DV.

Pátek 6. října od 10:00 hodin (kuchyně DL/ kavárna)

„ADAPTAČNÍ SKUPINA“ určeno pro nové seniory na DL

od 13:30 hodin (tělocvična DL)

„FILMOVÉ ODPOLEDNE“

Pondělí 9. října od 14:00 hodin (jídlna DL)

„HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ“ - staropražské, lidové, šlapetácké písně a písně Karla Hašlera Vám zahraje dlouholetý bývalý člen skupiny Šlapeto pan Vladimír Pecháček určeno pro DL, DP, DV.

Úterý 10. října od 14:00 hodin (jídlna DL)

„DRAVCI U NÁS“ - CHKO Kokořínsko - přednáška paní Šámalové pro DL, DP, DV.

Středa 11. října od 9:00 hodin (jídlna DL)

„MEZIGENERAČNÍ SETKÁNÍ“ přijedou nás navštívit žáci ze ZŠ Byšice pro DL, DP, DV.

Pátek 13. října od 10:00 hodin (Bílá komnata)

„ADAPTAČNÍ SKUPINA“ určeno pro nové seniory na DP.

od 13:30 hodin (tělocvična DL)

„FILMOVÉ ODPOLEDNE“

Úterý 17. října od 14:00 hodin (tělocvična DL/zahrada)

„SPORTOVNÍ ODPOLEDNE“ určeno pro seniory DP a DL.

Středa 18. října od 8:00 do 15:00 hodin

„SANITÁRNÍ DEN SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍHO ÚSEKU“ tento den nebudou probíhat pravidelné aktivity se seniory.

Čtvrtek 19. října od 14:00 hodin (Bílá komnata)

„TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI PRO VEŘEJNOST“ - s Alžbětou a Janou.

Pondělí 23. října od 14:00 hodin (tělocvična DL)

„TURNAJ V CVRKNANÉ“ určeno pro seniory DV

Úterý 24. října od 13:30 hodin (RC Chloumek)

„MEZIGENERAČNÍ SETKÁNÍ“ tvoření a povídání s dětmi v Rodinném centru Chloumek, pro DL a DP.

Středa 25. října od 9:30 hodin (přízemí DL)

„BLEŠÍ TRH“ pro seniory a pracovníky CSM

Pátek 27. října od 14:00 hodin (jídlna DL)

„HUDEBNÍ ODPOLEDNE“ - poslech písní z muzikálu West Side Story s Jitkou pro DL, DP, DV.