

BABÍ LÉTO

Zpravodaj CSSM

PROTO JSEM
ŘEDITELKOU



Spěči a láskou...

BŘEZEN - ZA KAMNA VLEZEM...

"Duben - ještě tam budem", je asi nejznámější lidová pranostika. Jméno čtvrtého měsíce v roce se odvozuje od dubů, na kterých začíná právě v dubnu růst listů. Mezi významné dny, které na duben připadají, zmiňme alespoň 7. den, na který připadá světový den zdraví. Tento den se také v České republice slaví Den vzdělanosti, který souvisí se založením Univerzity Karlovy v roce 1348. Mezi 23. březnem a 26. dubnem se také slaví Velikonoční pondělí, to letos připadá na 1. dubna. První dubnový den nazýváme apríl. A již od 16. století se tento den dělají malé zlomyslnosti a žerty. Poslední dubnovou noc na svátek svatého Filipa a Jakuba probíhá lidový zvyk - pálení čarodějnic. Duben je v České republice měsícem bezpečnosti, proto se na českých silnicích setkáte častěji než kdy jindy s Policií ČR. I nás v souvislosti s těmito událostmi čeká řada zajímavých akcí, přednášek či posezení, na které jste všichni srdečně zváni.

Drahomíra Pavlíková,
ředitelka CSSM

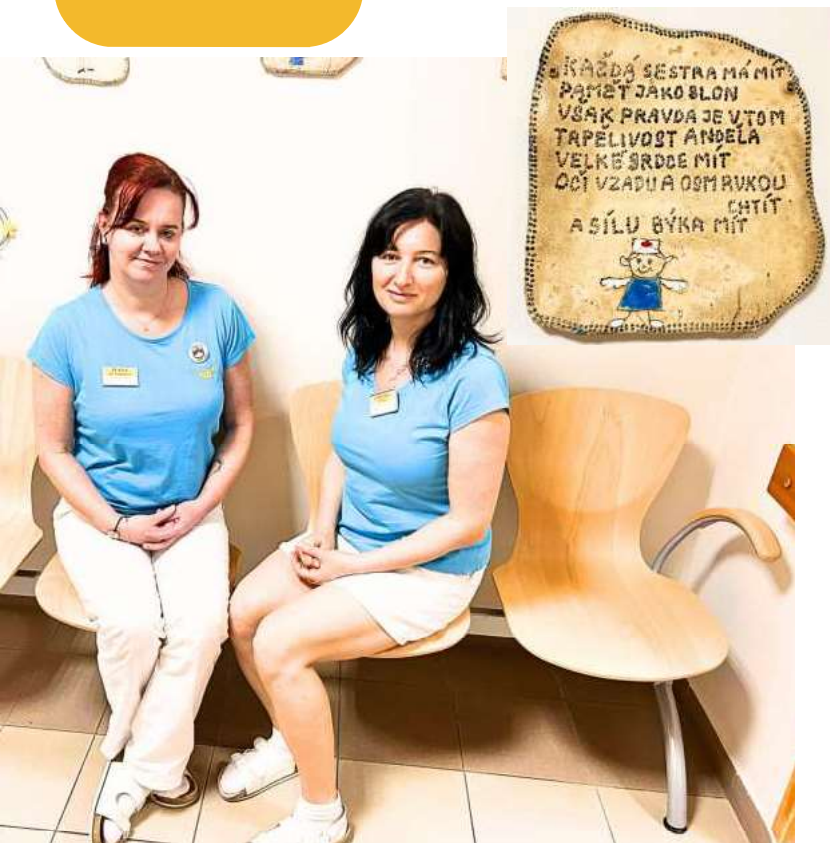
MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN PATŘIL KAŽDÉ ŽENĚ



Mezinárodní den žen a tak všechny naše obyvatelky a pracovnice dostaly krásnou květinu. Stále platí, že květina dokáže vykouzlit úsměv u každé ženy.

Pokračování na str. 7...

ROZHOVOR

ŠTAFETA VESELÝCH ROZHOVORŮ
S PRACOVNÍKY CENTRA SENIORŮ

Cestou na autobus jsem se zastavila v této organizaci. Dostala mě zdejší čistota, příjemné prostředí a vstřícnost vedení. A tak bylo rozhodnuto. Psal se duben roku 2001.

Nějaký čas už pracuješ na ranní směny, zvykla sis?

Od začátku mé pracovní kariéry jsem pracovala pouze na směny. Nyní třetím rokem pracuji na ranní směně. Stále nedovedu říct, co je lepší nebo horší. Každé má své pro a proti.

Vím ale, že i tato administrativní práce mě baví, naplňuje a kontakt s lidí mám stále.

Jak odpočíváš?

Mám ráda přírodu, práci na zahradě. S naší psí slečnou chodím na dlouhé, svižné procházky. Cvičím Ashtanga jógu. Ráda se dívám na české filmy z 80. a 90. let. Přečtu si hezkou knihu za přítomnosti naší vrtníci 20 leté kočky. Jo, a abych nezapomněla, po práci mě většinou přemůže šlofik.

**IVA
PEKÁRKOVÁ**

**LUDMILA
MOKRÁ**

Lidu, proč jsi se stala zrovna sestřičkou?

Jak se říká, jablko nepadá daleko od stromu. V mamince jsem měla vzor a jak už psala má předchůdkyně ve štafetě... ten čepec...

Pamatuji si, jak jsem asi týden před odevzdáním přihlášek na střední školu znejistila a zvedla jsem se s tím, že chci jít na ekonomku. Paní učitelka mě tenkrát rychle posadila. Věděla proč a udělala dobře. Už na zdravotnické škole mě moc bavila praxe, vždy plná zážitků a nových zkušeností, o kterých jsem diskutovala doma s mamkou. Mladší sestra nám naše rozhovory záviděla a v oboru nás následovala. Konec konců i má dcera pracuje jako sestřička na veterinární klinice.

Vím, že zde pracuješ už dlouho. Je to tvé první zaměstnání?

Krásně se to sešlo. Až budete číst toto vydání, budu zde začínat 24 rok působení. A jak to začalo? Po maturitě jsem tři roky pracovala na interním oddělení ve Střešovicích v Praze. Po mateřské dovolené jsem hledala práci blíže k bydlišti. V mělnické nemocnici mi tehdy byla nabídnuta práce na chirurgii, ale já vždy tíhla k interním oborům.

Vím, že jsi všestranná...

To máš pravdu, moc ráda tvořím a vyrábím. Natahám si do manželovy dílny větve, polínka a jiný přírodní materiál a tvořím. To má teprve manžel „radost“. Ale výsledek, myslím, stojí za to. Kdyby byl den o 10 hodin delší, hrála bych si s myšlenkou vyrábět zdravé svačinky pro veřejnost.

Komu předáváš štafetu?

Několik posledních vydání bylo o sestřičkách, proto udělám změnu a v dalším čísle Babího léta dám slovo Míše Antošové – naší sociální pracovníci z DP.

**DALŠÍ MEZIGENERAČNÍ
SETKÁNÍ V RC CHLOUMEK**

PLESU PRO SENIORY DOMINOVAL VTIPNÝ FOTOKOUTEK

Ve středu odpoledne se v místním centru sociálních služeb konal tradiční ples pro seniory. Útulná jídelna Domova Ludmila se zaplnila desítkami natěšených seniorů.

K tanci a poslechu hrála oblíbená kapela Color Hany Horové. Znamé evergreeny i moderní písně roztančily pomyslný parket a vykouzly úsměvy na tvářích všech přítomných. Mnozí senioři, i přes svůj pokročilý věk, se vytrvale vlnili do rytmu.

Obětavý personál domova se postaral o bohaté občerstvení. Zdejší klienti si pochutnali na lahodném ovocném salátu, domácím dortíku nebo obloženém chlebičku. Nechyběla samozřejmě ani voňavá káva a sklenka vína pro dobrou náladu.

Celé odpoledne se neslo v radostném a přátelském duchu. Senioři dostali další příležitost setkat se, popovídat si a užít si příjemné chvíle mimo každodenní rutinu. Mnozí s dojetím vzpomínali na své mládí a čas strávený na tanečních zábavách.

Ples je jednou z mnoha aktivit, kterými se domov pro seniory snaží zpříjemnit život svým obyvatelům a podpořit jejich fyzickou i duševní kondici. Spokojené tváře a rozzářené oči seniorů byly tou nejlepší odměnou pro pořadatele i účinkující. Podobné akce jsou důkazem, že i v pokročilém věku lze prožívat radost ze života.



AKTIVIZAČNÍ PRACOVNICE KÁŤA: ANDĚL V DOMOVĚ SENIORŮ

Přestože mají za sebou naši senioři dlouhý a pestrý život a stáří s sebou přináší řadu výzev a omezení, fungují v Centru sociálních služeb Mělník i aktivizační andělé. A jednou z nich je například Kateřina Dáňová, aktivizační pracovnice s velkým srdcem a nekonečnou trpělivostí.

Káťa pravidelně připravuje pro seniory rozmanité rukodělné aktivity. S láskou a péčí vybírá pro každého jednotlivce činnost přímo šitou na míru, která odpovídá jeho schopnostem, zdravotnímu stavu a zvládnutí jemné motorice. Starší lidé se tak mohou ponořit do příjemné a smysluplné činnosti, která jim přináší radost a pocit užitečnosti.

Naposledy se například v našem domově malovaly kraslice barevným voskem. Káťa trpělivě asistovala každému seniorovi, vedla jejich třesoucí se ruce a pomáhala jim vytvořit drobné umělecké dílo. Oči obyvatel domova zářily nadšením, když viděli, jak pod jejich prsty vznikají pestrobarevné ornamenty. Společná práce je sblížovala a navozovala atmosféru rodinné pohody.



Káťa se neomezuje jen na organizované aktivity. Mnozí senioři si natolik oblíbili rukodělné činnosti, že za ní chodí, aby jim naordinovala práci i na víkend. Aktivizační pracovnice je nikdy neodmítne. S úsměvem a laskavostí každému věnuje svůj čas a pozornost, aby nikoho nenechala osamělého ve chvílích volna. Svou empatií, trpělivostí a tvořivostí se Káťa stala skutečným andělem v domově seniorů. Zpřijemňuje seniorům podzim života a dodává jim pocit, že jsou stále platnou součástí společnosti.

BEDŘICH MARJANKO: PUNKER TĚLEM I DUŠÍ NAVZDORY POSTIŽENÍ A VĚKU

Bedřich Marjanko je výjimečný muž. I přes celoživotní postižení, které ho upoutalo na invalidní vozík, si uchoval nezlomný optimismus a vášeň pro život. Svůj elán a lásku ke kultuře přenáší do článků, které dříve pravidelně plnily stránky regionálních novin.

Před rokem se přestěhoval do domova pro seniory. Mnozí by si mohli myslet, že tím jeho aktivní život skončil, ale opak je pravdou. Dny tu plynou v neuvěřitelně pestrém rytmu. Bedřich si libuje, že na nudu tu rozhodně není čas.

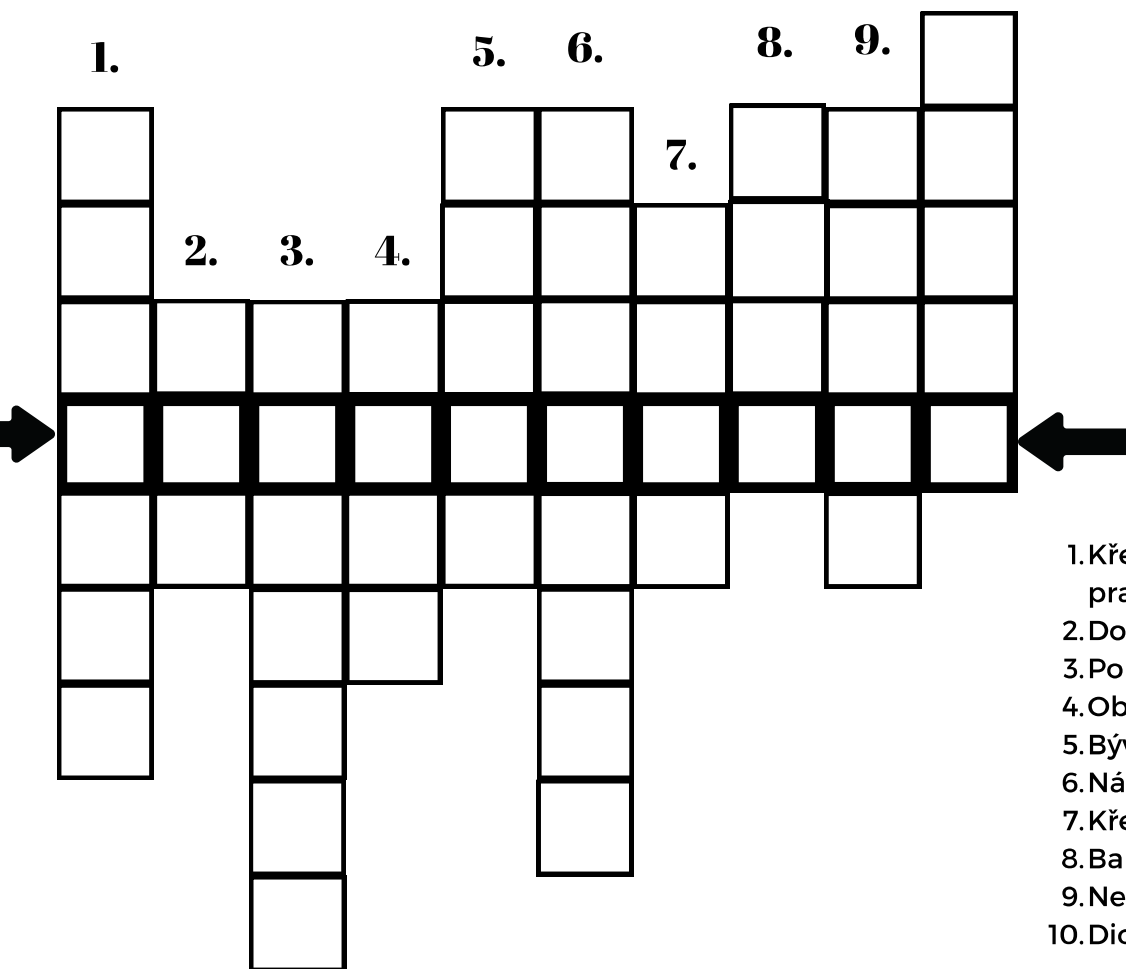
Velkou radost mu dělají pravidelné návštěvy kamarádů. Každý týden se společně vydávají na pivo, kde debatují o životě, vzpomínají na staré časy a plánují budoucí dobrodružství. I když je Bedřich omezen pohybově, duševně zůstává stále mladým mužem s rebelskou duší. Poslední dobou sice bojoval se zdravotními problémy, které mu znemožňovaly psaní, ale nevzdal se.

S úlevou nyní oznamuje, že se situace zlepšila a on se může vrátit ke své milované novinářině. Ve svém malém, útulném bytečku v domově pak při poslechu oblíbených punkových, metalových a rockových songů z CD přehrávače přemítá nad dalšími tématy článků.

Každých čtrnáct dní Bedřich vyráží za kulturou. Hudební bar Stará mydlárna je jeho druhým domovem. Zde, obklopen dunícími tóny kytar a rytmickými údery bicích, cítí nespoutanou energii a radost ze života. Ať už na pódiu řadí mladé kapely nebo ostřílení matadoři, Bedřich Marjanko si tu připadá vždy jako ryba ve vodě.

Bedřichův životní příběh je inspirací pro všechny generace. Ukazuje, že věk ani zdravotní omezení nemusí být překážkou pro aktivní a naplněný život. S neutuchajícím elánem a odhodláním jde za svými sny a dělá to, co miluje. Je důkazem, že i na invalidním vozíku lze prožít život naplno a rozdávat radost ostatním.





1. Křestní jméno aktivizační pracovníce v Domově Penzion
2. Domácí mazlíček
3. Pokrývka hlavy
4. Oblíbený alkoholický nápoj
5. Bývalé německé platidlo
6. Nástroj na předení lnu
7. Křestní jméno paní Hostákové
8. Babí...
9. Nekonečný seriál televize Nova
10. Dioptrická pomůcka

MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN PATŘIL KAŽDÉ ŽENĚ



ZAJÍMAVÁ METODA BARVENÍ VAJEC



ZAMOTÁME,
ZAMOTÁME...



STUDENTI SOŠ A SOU HORKY PŘIŠLI S VELIKONOČNÍ POMLÁZKOU



PEČENÍ DOMÁCÍCH HOUSTIČEK A ŠÁTEČKŮ



SVĚTOVÝ DEN SOCIÁLNÍ PRÁCE

Kdo je vlastně sociální pracovník? Je to člověk, který má zájem o druhé.

Každý den potkáváme někoho s velmi silným životním příběhem, snažíme se hledat tu správnou cestu k dosažení podpory, kterou potřebují lidé v nelehkých životních situacích. Respekt, uznání a úctu si zaslouží všichni, kteří podporují důstojnost člověka a ochraňují práva slabších.

Všem sociálním pracovníkům a pracovníkům v sociálních službách (pečovatelům) přejeme do dalších dnů hodně sil, radosti, trpělivosti, nadhledu a odvahy, vážíme si jejich práce, kterou denně odvádějí a budeme i nadále pokračovat v naplňování našich cílů, které nám dávají smysl. S péčí a láskou CSSM



ZEMŘEL JIŘÍ KŘOVÁČEK



Jiří Křováček byl známým muzikantem, který hrál na kulturních akcích i svatbách. V loňském roce například na naší módní přehlídce. **Díky vám za každou notu!**



DŮLEŽITÉ INFORMACE

VŠE NEJLEPŠÍ K NAROZENINÁM

Marie Hokešová
Dagmar Podráská
František Pechač
Marie Plšková
Jiří Dohnal
Zdeňka Urbanová
Pavel Kubišta
Vlasta Herinková
Marie Salátová
Marie Svobodová
Jaroslava Jelínková
Alena Malčánková
Květoslava Němcová
Božena Příbylová

Marie Lehejšková
Věra Vlasáková
Vlasta Brožová
Jana Helebrantová
Miloslava Marcianová
Olga Týmová
Jana Bábíková
Dagmar Grunclová
Emílie Václavíková
Ingeborg Brožová
Jarmila Švancarová
Anna Dolejší

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

Marta Holubová, Ludmila Poloprutská,
Miroslava Rylichová, Jana Holcová.
Nikdy na vás nezapomeneme!

NOVÍ KLIENTI

Marie Melichnová, Marie Hrdličková, Bohumil Barta,
Štěpánka Haklová, Václava Hubáčková.
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 – DUBEN 2024

Čtvrtek 4. dubna od 10:00 do 14:00 hodin (rehabilitace DP)

„**PARAFÍNOVÁ LÁZEŇ**“ – pro seniory a zaměstnance CSM

od 14:00 hodin (jídelna DL)

„**JARNÍ AUTORSKÉ ČTENÍ**“ autorské čtení mělnického spolku PEGAS pro DL, DP, DV.

Pátek 5. dubna od 14:00 (jídelna DL)

„**HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ**“ zpěváka **Tomáše Ringela** určeno DL, DP, DV.

Pondělí 8. dubna od 14:00 hodin (zahradka CSSM)

„**VYPUŠTĚNÍ RYBIČEK DO JEZÍRKA**“ slavnostní otevření vodního prvku v zahradě CSSM určeno pro seniory DP, DL, DV.

Úterý 9. dubna od 10:00 hodin (jídelna DL)

„**HISTORIE MASARYKOVA KULTURNÍHO DOMU**“ přednáška p. Michňové ředitelky mělnického archivu určeno pro DL, DP, DV.

Středa 10. dubna od 14:00 hodin (jídelna DL)

„**PĚJME PÍSEŇ DOKOLA**“ – zazpíváme si písně s Alžbětou pro DL, DP, DV

Čtvrtek 11. dubna od 13:30 hodin (kuchyňka DL)

„**REMINISCENCE S KÁTOU NA TÉMA DĚTSTVÍ**“ určeno pro seniory DP a DL, na toto setkání si sebou připravte fotografie z Vašeho dětství.

Pátek 12. dubna od 9:30 hodin (jídelna DL)

„**ROBOTI**“ setkání s umělou inteligencí pro DL, DP, DV.

Úterý 16. dubna od 9:30 hodin (jídelna DL)

„**ZDOBENÍ NÁKUPNÍCH TAŠEK**“ přijďte si vyrobit originální nákupní tašku s p. Vaďurovou a vystoupením dětí z DDM Mělník určeno pro DL, DP, DV

Středa 17. dubna od 14:00 hodin (jídelna DL)

„**PŘÍBĚH MUZEJNÍHO PŘEDMĚTU: OBRAZ SV. VÁCLAV PŘI PRÁCI NA VINICI**“ – přednáška Mgr. Snopka z Regionálního muzea Mělník - pro DL, DP, DV.

Pátek 19. dubna od 14:00 hodin (jídelna DL)

„**HUDEBNÍ ODPOLEDNE**“ – Jiří Suchý a Jiří Šlitr - poslech písní s Jitkou pro DL, DP, DV.

Pondělí 22. dubna od 13:30 hodin (jídelna DL)

„**ČARODĚJNICKÉ TVOŘENÍ**“ – výroba dekorací pro čarodějnické grilování pro DL, DP, DV.

Úterý 23. dubna od 10:00 hodin (přízemí DL)

„**BLEŠÍ TRH**“ pro seniory a pracovníky CSSM

od 13:30 hodin (RC Chloumek)

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

Středa 24. dubna od 13:30 hodin (jídelna DL)

„**KVÍZ NA TÉMA PŘÍRODA**“ – zábavné soutěžní odpoledne s Katkou a Alžbětou pro DL, DP, DV.

Čtvrtek 25. dubna od 14:00 hodin (Bílá komnata)

„**TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI PRO VEŘEJNOST**“ s Alžbětou.

Pátek 26. dubna od 14:00 hodin (tělocvična DL)

„**FILMOVÉ ODPOLEDNE**“

Pondělí 29. dubna od 14:00 hodin (jídelna DL)

„**ČARODĚJNICKÉ OPÉKÁNÍ BUŘTŮ**“ – s občerstvením a podřipským harmonikářem pro DL, DP, DV.

Úterý 30. dubna od 14:00 hodin (jídelna DL)

„**PROMÍTÁNÍ FOTOGRAFIÍ ZE ŽIVOTA V CSSM S LUCKOU**“ určeno pro seniory DP a DL.