

BABÍ LÉTO

POTŘEBUJI ULOVIT
NĚJAKÉ PĚKNÉ
HRNEČKY

Zpravodaj Centra seniorů Mělník

PRÝ BLEŠÍ TRH!
ALE NIKDE ŽÁDNÁ
BLECHA...

S péčí a láskou...

BABÍ LÉTO SE POMALU VYLEPŠUJE

S každým novým číslem našeho zpravodaje se Babí léto vyvíjí. Rádi bychom proto všem klientům CSM nabídli možnost vytvořit jednu stranu. Už od příštího vydání bude poskládaná z vašich příspěvků. Můžete nám například složit báseň, napsat nějakou povzbuzující zprávu nebo inzerát, pokud třeba hledáte kamaráda či kamarádku na procházky. Můžete někomu popřát k narozeninám nebo prostě jen tak napsat něco milého. Své příspěvky do zpravodaje můžete odevzdat své aktivizační pracovníci. Zároveň vás chceme informovat, že na internetové stránce www.youtube.com zadáte do vyhledávače "Centrum sociálních služeb Mělník" a můžete si přehrát všechny videoreportáže, které byly od začátku května v našem domově natočeny.

A poslední nabídka je jak 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.

**Těším se zase za měsíc vaše
Bára Walterová Benešová**

KDE VŠUDE NAJDETE ZMÍNKY
O CENTRU SENIORŮ MĚLNÍK?

Na webu www.centrumseniorumelnik.cz
Na Facebooku @Centrum seniorů Mělník
Na Instagramu centrum.senioru_melnik
Na Youtube @CentrumsocialnichsluzebMelnik

Aktivizační pracovníce vyrazily s klientkami na nákupy



Soukromý "Holčičí den" připravily aktivizační pracovníce Iva a Káťa pro dvě klientky Centra seniorů Mělník. Bylo zapotřebí si koupit pořádnou obuv a tak si všechny užily pořádné nakupování. Navštívily nejen prodejnu obuvi, drogerii, ale i obchod TEDi, kde se dá sehnat prostě cokoli. Veselé a relaxační dopoledne zakončily bezvadnou zmrzlinou.

ŠTAFETA VESELÝCH ROZHOVORŮ S PRACOVNÍKY CENTRA SENIORŮ



**DRAHOMÍRA
PAVLÍKOVÁ**



**JANA
HOSTÁKOVÁ**

Jak se to stalo, že si se dostala k sociální práci?

Vždy jsem byla zaměřená spíše humanitárně. Během studia na střední škole jsem chodila na praxi na úřad na úsek tehdejších "Dávek životního minima". Potom jsem se vrhla do studia veřejné správy na vyšší odborné škole. Následovalo studium magisterské na přání mé babičky, která si vždycky přála, abych ten titul Mgr. dotáhla.

A jaká cesta tě zavedla do CSM?

Po škole jsem dva roky pracovala v azylovém domě. Předtím sedm let na městském úřadě a teprve potom jsem nastoupila do Centra seniorů Mělník. Letos už to bude deset let, co pracuju v CSM.

A co tě na té práci baví?

Myslím si, že ta práce celkově dává obrovský smysl. Mám kolem sebe skvělý tým lidí a díky tomu dokážeme zajistit rodinám pomoc, kterou nutně potřebují, a to ve chvíli, kdy se ocitnou v situaci, kterou nezvládají sami řešit. V CSM připravujeme každý měsíc program aktivit, které zpříjemňují dny našim seniorům a k realizaci aktivit musíme mít lidi, kteří se tomu věnují více než obyčejnému zaměstnání. A to mám.

Poznamenala tě nějak práce v CSM?

To rozhodně. Vidíme tu nejrůznější životní příběhy, které jsou někdy opravdu srdcervoucí a děsivé. O to víc si potom člověk váží vlastního života, rodiny a životních jistot.

Jaké prožíváš vůbec pocity jako vedoucí?

Mám ohromnou zodpovědnost, že k seniorům pouštím své pečovatelky, kterým doopravdy věřím. Na druhou stranu se na nás na všechny často valí i to uspokojení, že jsme dokázali něco změnit k lepšímu, že jsme tomu člověku pomohli, a může žít doma tak, jak byl doposud zvyklý. Dále se mohu spolehnout na sociální pracovníce, které jsou nejen odbornice, ale disponují i empatií a citlivostí pro řešení náročných situací.

Pamatuješ si něco, co tě opravdu chytilo za srdce?

Jsou určitě senioři, na které nikdy nezapomenu. Ale pamatuji si na situaci před pár lety, kdy jsme přišli do domácnosti, kde propustili paní z LDN. Jenže domácí situace byla děsivá pro tak nemocného a ležícího seniora. Tehdy jsme porušili snad všechna nepsaná pravidla a spojili jsme se s městskou policií, pečovatelkami a dalšími dobrovolníky a podařilo se nám během jednoho dne zrekonstruovat jednu místnost v jejím domě. A největší potěšení je, že paní žije dodnes doma. V tom si myslím, že je naše město specifické. Všechny zdejší organizace a záchranné složky se známe, všichni si vycházíme vstříc a všichni si pomáháme.

A teď trochu z tvého soukromého života. Jaké domácí práce třeba děláš nejraději?

Žádné. Nebaví mě uklízet, ale dělat se to prostě musí. Ráda vařím a pečuji pro svou velkou rodinu a blízké.

Jaké jsou tvoje záliby? A co ráda jíš a piješ?

Ráda čtu, cestuju a jezdím třeba na výlety. Ráda vařím a pečuji. Miluju posezení s přáteli a společné výlety na kole. Určitě jsem závislá na kávě a miluju míchané nápoje, hlavně když jsem v nějaké dobré společnosti. Z jídla jím téměř všechno, hlavně si užívám grilování a pochopitelně si nedokážu odpustit to sladké.

A co třeba nějaké oblíbené filmy a herci?

Miluju staré české filmy, ještě ty z První republiky. Líbí se mi ti herci z té doby a hlavně obdivuji jejich tehdejší galantnost. Z těch novějších mám ráda hlavně české komedie, například Ženy v pokušení a z těch zahraničních u mě vede Forrest Gump.

A komu předáte štafetu pro příště?

Vrchní sestře Lucii Fialové.

POCTIVĚ JSME POKŘTILI PRVNÍ ČÍSLO NOVÉHO ZPRAVODAJE BABÍ LÉTO

Centrum seniorů Mělník pokřtilo 2. června svůj nový zpravodaj nazvaný trefně Babí léto. Měsíčník je určen primárně pro klienty centra seniorů a jejich rodinné příslušníky. Čtenáři se dozví nejen o připravovaných kulturních a společenských akcích, přečtou si zajímavý rozhovor, navíc si mohou připomenout, co v uplynulém měsíci prožili díky sérii fotografií. Všechny připomínky klientů jsou brány vážně a pečlivě probírány.

Máte nějaký další nápad na zlepšení? Můžete kontaktovat pečovatelku nebo aktivizační pracovníci se svými návrhy.



LETOŠNÍ PRVNÍ LETNÍ GRILOVAČKA NA TERASE



První letní grilovačku si na terase centra seniorů letos užili senioři z Vážky. Předposlední červnový týden si pochutnali na grilovaných klobáskách a sladkou tečku na závěr připravili sami klienti na "Kuchařinkách" v podobě dvou plechů výtečné bublaniny. Nechyběla samozřejmě ani dobrá kávačka a příjemné popovídání.



SLUNEČNÁ PROCHÁZKA SENIORŮ PODÉL PŠOVKY

Klienti centra seniorů si během prvních krásných teplých dní užili procházku plnou radosti a milé společnosti. Procházka vedla podél potoka Pšovka a zúčastnilo se jí celkem 18 seniorů na vozičku a 9 mobilních. Jako doprovod se zapojili zaměstnanci centra seniorů ze všech úseků a dokonce i Odbor sociálních věcí a zdravotnictví Městského úřadu Mělník. Druhá procházka byla na konci června, kdy vyrazilo na výlet 31 imobilních uživatelů. Jako doprovod se zapojilo i vedení města. Další podobná aktivita se chystá i na červenec a srpen, nechce někdo další nabídnout doprovod?



JAK SE
BAVÍME

SENIORY POTĚŠIL HARMONIKÁŘ VLASTIMIL KAŠÍK

Centrum seniorů Mělník navštívil roudnický harmonikář Vlastimil Kašík, aby pobavil klienty tradičními písničkami. Všichni vesele zpívali a v jídelně bylo tak plno, že někteří posluchači museli dokonce sedět i venku na chodbě.



TOHLE SI
PROSTĚ
NENECHÁM UJÍT

TVOŘENÍ A PŘÍPRAVY NA KVĚTINOVOU SLAVNOST

**KVĚTINOVÁ
SLAVNOST**

VE STŘEDU 19. ČERVENCE
OD 14 HODIN
V CENTRU SENIORŮ MĚLNÍK

Na největší letošní akci srdečně zveme všechny naše seniory a samozřejmě i jejich rodinné příslušníky. Hudba a občerstvení bude pochopitelně zajištěno.

Centrum seniorů
Mělník



OBLÍBENÝ TURNAJ V PÉTANQUE PRO DOMOV VÁŽKA

Turnaje v oblíbeném pétanque se zúčastnilo během krásného letního dne deset klientů z Domova Vážka. Každý hráč házel dvěma koulemi a cílem bylo nejvíce se přiblížit malému bílému míčku, což je takzvaný "košonek".

Přestože někteří hráči měli omezenou pohyblivost, jejich vášně a odhodlání byly nakažlivé. Atmosféra byla plná veselí, povzbuzování a poutavých momentů.



ŽÁCI ZE ZŠ J. SEIFERTA SI PŘIPRAVILI PRO KLIENTY VÝLET S POZNÁVÁNÍM MĚLNÍKA



Každý den je plný nových zážitků, a to platilo i pro červen. Žáci 8. A ZŠ Jaroslava Seiferta si pro klienty centra seniorů připravili procházku s poznáváním Mělníka. Tato nabídka přišla přímo od mladých studentů. A tak senioři vyrazili s dětmi do města a byli velmi mile překvapeni, jak moc se jim to povídání o dominantách Mělníka líbilo.



VÝROBKY NAŠICH SENIORŮ BYLY PŘEDSTAVENY NA VÝSTAVĚ V LYSÉ NAD LABEM

Výstava Senior je především o síle a odhodlání překonávat překážky a žít plnohodnotný život navzdory postižení, či vyššímu věku a právě tím dokáže oslovit úplně každého.

Naprosto výjimečná výstava rukodělných prací ze soutěže Šikovné ruce našich seniorů se uskutečnila již podvaadvacáté na výstavišti v Lysé nad Labem. Okruhy činností byly ruční práce, literární práce a fotografie. Víc jak tři a půl tisíce výstavních exponátů, které zaplnily celou výstavní halu, se setkala se stejným nadšením návštěvníků, jako ve všech předchozích ročnících.

Výstava se našim seniorům velmi líbila, a to nejen proto, že tam své výrobky prezentoval i náš domov. Nechybělo příjemné posezení se zmrzkou, hudba a samozřejmě i zkoušení a nakupování oděvů.



VÝLET DO ZOOPARKU V ZELČÍNĚ



KOZY,
KOZY, KOZY...



BLEŠÍ TRH PŘILÁKAL SPOUSTY ZÁJEMCŮ



DĚTI Z DĚTSKÉHO DOMOVA LIBĚCHOV POMÁHALY



DEN NARUBY NA PODPORU PACIENTŮ S NEMOCÍ MOTÝLÍCH KŘÍDEL



DEŇ DĚTÍ S IZS UKÁZAL DĚTEM JAK SE CÍTÍ SENIOŘI A JAK ŽIJÍ NA VOZÍKU

DŮLEŽITÉ
INFORMACE

JAK SE
TA KÁŘA ŘÍDÍ?

Letošního Dne dětí na Mělníku, který se nesl ve znamení složek IZS, se zúčastnilo i Centrum seniorů Mělník. Na náměstí Míru se sešla tisícovka žáků ze všech mělnických základních škol. Děti si tam mohly vyzkoušet práci záchranářů a ještě si k tomu zasoutěžit o ceny. Během celého dne je z podia doprovázel svými vtipnými hláškami a instrukcemi trestanec Pažout a jeho sličná a veselá spoluvězeňkyně Horácková. A jako zpestření programu si všichni užili vystoupení bubeníků kapely Batala Mundo. Náměstí dopoledne roztančily Radka s Manym a Káťa s psími holčičkami Pandou a Bakatou.



NOVÁ ZMRZLINA V RŮŽOVÉ KAVÁRŇĚ



VŠE NEJLEPŠÍ K NAROZENINÁM

Juliana Mešková	Milan Silaštík
Vladimír Havránek	Marie Bednářová
Jindřiška Hrádková	Věra Pražáková
Jindřiška Prokschová	Jaroslav Kyncl
Marie Stehlíková	Zdeňka Svobodová
Alena Poláková	Vladimír Novotný
Libuše Imramovská	
Karel Srba	
Jindřiška Nermuťová	

NOVÍ KLIENTI

**Jindra Mrázková, Marie Šebová,
Stanislava Jurisová, Marie Zedková,
František Menšík, Věra Cífková.**

Všechny nové klienty srdečně vítáme!

OPUSTILI NÁS

Jana Soukupová, Marie Brucknerová,
Alena Herclíková, Zdenka Andrllová,
Květuše Veltruská.

Nikdy na vás nezapomeneme!



KULTURNÍ PROGRAM – ČERVENEC 2023

Úterý 4. července od 9:30 hodin

„NÁVŠTĚVA LEVANDULOVÉ ZAHRADY“ – výlet do levandulové zahrady ve Lhotce u Mělníka.

Pondělí 10. července od 14:00 hodin (jídelna DL)

„PLAZI“ - CHKO Kokořínsko - přednáška paní Šámalové o plazech u nás pro DL, DP, DV.

Úterý 11. července od 10:00 do 14:00 hodin (rehabilitace DP)

„PARAFÍNOVÁ LÁZEŇ“ – pro seniory a zaměstnance CSM.

Středa 12. července od 14:00 hodin (prostor mezi DL a DP)

„CANISTERAPIE S MÁŇOU“ - ukázka výcviku a dogdancingu s pejskem Manym pro DL, DV, DP.

Čtvrtek 13. července od 10:00 (Bílá komnata DP)

„TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI PRO VEŘEJNOST“ - s Janou.

Pátek 14. července od 10:00 hodin

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

Středa 19. července od 14:00 hodin (prostor mezi DL a DP)

„KVĚTINOVÁ LETNÍ SLAVNOST“ - tradiční letní slavnost CSM s hudebním programem a občerstvením.

Pátek 21. července od 10:00 hodin

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

Pondělí 24. července od 14:00 hodin (venkovní posezení DP)

„POSEZENÍ U PENZIONU“ venkovní posezení se sladkým překvapením určeno pro DP a DL.

Středa 26. července od 14:00 hodin (jídelna DL)

„ROCKOVÝ DĚJEPIS“ cesta hudbou od blues po osmdesátá léta, ukázky hudebních nahrávek z různých období rockové hudby.

Pátek 28. července od 13:30 hodin (tělocvična DL)

„HUDEBNÍ ODOPOLEDNE“ poslech muzikálových melodií britského skladatele Andrewa Lloyd Webbera s Jitkou.

Pondělí 31. července od 14:00 hodin (jídelna DL)

„MEZIGENERAČNÍ SETKÁNÍ“ tvořivé setkání s dětmi z RC Chloumek.