

BABÍ LÉTO

Zpravodaj CSSM slaví 1. narozeniny



JAK ČERVEN TEPLEM ZÁŘÍ, TAKOVÝ BUDE I MĚSÍC ZÁŘÍ

Červen přináší další roční období a tím je léto. Naše zahrada v CSSM se zazelenala, truhlíky s květinami zdobí okna, balkóny i venkovní prostory. Kavárna prodává zmrzlinu a všichni se velmi rádi stěhujeme z vnitřních prostor na lavičky, k jezírku nebo pod pergolu. Okolo 21. června začíná astronomické léto a je nejdelší den v roce. Ve světě se 1. června slaví Mezinárodní den dětí. Křesťané si v noci na 24. června připomínají svátek Jana Křtitele a slaví se Svatojánská noc. V Česku se na svatojánskou noc na návrších pálí ohně – pálení Jána, svatojána, korunované májkou či ozdobeným smrčkem – jankem. Slavnost doprovázela hostina, tanec a sportovní zápolení, také se metala žhavá polena a přeskakoval oheň. Od 18. století se ve větší míře objevují zákazy pálení svatojánských ohňů, především pro nebezpečí požárů a v polovině 19. století zvyk přežíval jen mezi venkovskou mládeží. Sbíraly se byliny, neboť se věřilo, že o noci svatojánské mají čarovné a léčivé byliny největší sílu, kdežto po něm svoji moc ztrácejí. Češi si v červnu připomínají dva významné dny: Den památky obětí vyhlazení obce Lidice v roce 1942 (10. června) a Den hrdinů druhého odboje, který připomíná boj v kostele svatých Cyrila a Metoděje mezi příslušníky SS, gestapa a sedmi československými parašutisty ve stejném roce (18. června). Na konci června v Česku po 10 měsících končí školní vyučování a na závěr školního roku začínají dva měsíce prázdnin.

Drahomíra Pavlíková,
ředitelka CSSM



RODINA JE
PROSTĚ
RODINA

Spěči a láskou...

BALKÓN JAKO ZAHRÁDKA



I takové krásně zarostlé balkóny máme v Centru sociálních služeb Mělník. Marie Lehejčková si svou skromnou zahrádku hýčká každý den.

ROZHOVOR

ŠTAFETA VESELÝCH ROZHOVORŮ
S PRACOVNÍKY CENTRA SENIORŮMICHAELA
ANTOŠOVÁTEREZIE
ANTOŠOVÁ**Proč sis vybrala práci sociálního pracovníka?**

Už od mala jsem ráda v kontaktu s druhými lidmi, vždy jsem se snažila být užitečná, nápomocná a snažila jsem se pomáhat svým přátelům. Jako střední školu jsem si vybrala obchodní akademii, ale stále mě to táhlo opačným směrem, a proto pro mě obor sociální práce byla ta pravá volba. Mám ráda práci, která má smysl a sociální práce mi pocit smyslu přináší.

Co tě nejvíce baví na práci s touto cílovou skupinou?

Vědomí, že můžu pomáhat a zlepšit kvalitu života. Pocit, že se může něco změnit, a to k lepšímu. Velmi se mi na práci sociální pracovníce líbí, že nejsem pouze v kanceláři, ale mohu být i v kontaktu s lidmi, pomáhat s každodenními starostmi, ale i jen tak si popovídat a být něčeho součástí.

Kdyby sis nevybrala práci sociální pracovníce, co bys dělala?

Střední školu jsem měla zaměřenou na účetnictví, tak možná to. Ale nevím, jestli bych to vydržela dělat dlouhodobě. Jsem ráda, že jsem si vybrala sociální práci.

Je něco, co tě na práci se seniory překvapilo?

Práce sociální pracovníce je má první práce po škole. Po mateřské dovolené jsem se vrátila zpět a musím říct, že jsem i po letech mile překvapená, jak ochotní a vstřícní tu všichni jsou. Nejen zaměstnanci, ale i senioři. Během studia jsem byla v rámci praxe v mnoha zařízeních a bohužel to tak všude nebylo. Není to samozřejmost.

Co děláš ráda ve volném čase?

Všechn svůj volný čas trávím se svou rodinou. Mám dvě malé dcerky, které nás nenechají jen tak odpočívat. Jezdíme na výlety, chodíme na procházky. Teď, když už je hezké počasí, tak vyrážíme často na kole na projížďky. Snažím se, abychom si společný čas užívali.

Komu předáváš štafetu?

Štafetu předávám své skvělé kolegyni, sociální pracovníci Domova Vážka, Pěťě Vidmanové.

AKCE OSÁZEJ TRUHLÍK...



I v letošním roce nám několik truhlíků osázely dámy z odboru životního prostředí mělnického úřadu. A za to jim patří velké díky.

SENIORŮ V CSSM OSLAVILI DEN RODINY SE SVÝMI NEJBLIŽŠÍMI

JAK SE
BAVÍME

V jídelně Domova Ludmila se konala speciální událost - Den rodiny. Seniori se zde sešli se svými blízkými, aby společně strávili příjemné odpoledne. Nechyběly ani sociální pracovnice, pečovatelky, aktivizační a vedoucí pracovníci domova, kteří se starali o hladký průběh celé akce.

K poslechu a tanci hrála živá kapela Zlatá šedesátá, která svým repertoárem dokázala rozproudřit zábavu a navodit tu správnou atmosféru. Seniori i jejich rodiny se bavili, povídali si a užívali si společně strávené chvíle.

Občerstvení bylo bohaté a pestré. Nechyběla voňavá kávačka, lahodné dortíky a obložené chlebíčky. Pro ty, kteří měli chuť na něco ostřejšího, bylo připraveno i pivo a víno. Každý si mohl vybrat podle své chuti a nálady.

Celé posezení zahájila svým milým proslovem paní ředitelka Drahomíra Pavlíková. Přivítala všechny přítomné a vyjádřila radost z toho, že se v domově sešlo tolik rodin a blízkých seniorů. Zdůraznila, jak jsou podobné akce důležité pro udržování sociálních vazeb a psychickou pohodu klientů domova.

Den rodiny v CSSM se vydařil na jedničku. Seniori i jejich blízcí si užili příjemné chvíle v družné atmosféře, zavzpomínali na staré časy a načerpali spoustu pozitivní energie. Akce ukázala, že i v pokročilém věku lze prožívat radostné okamžiky v kruhu milovaných lidí. CSSM tímto dnem opět potvrdil, že poskytuje svým klientům nejen kvalitní péči, ale i možnost aktivně trávit volný čas a udržovat cenné mezilidské vztahy.



KERAMIKA S HEDVIKOU JE PRO RADOST I NA PROCVIČENÍ JEMNÉ MOTORIKY

V Centru sociálních služeb Mělník (CSSM) pracuje aktivizační pracovnice Hedvika, která se s láskou a trpělivostí věnuje seniorům. Její specializací jsou především manuální aktivity, které pro seniory pečlivě připravuje. Jednou z nejoblíbenějších činností je keramika, při které si senioři procvičují jemnou motoriku.

Hedvika si uvědomuje, že každý z nich má jiné schopnosti a omezení, proto pro každého vždy vymyslí takovou činnost, kterou zvládne. Někteří již mají problém s motorikou, ale i přesto se Hedvika snaží najít způsob, jak je do tvoření zapojit. S laskavým přístupem a kreativitou dokáže přizpůsobit aktivitu individuálním potřebám každého seniora.

Keramika je velmi oblíbená zejména na oddělení Vážka, kde se na ni senioři pravidelně těší. Pod vedením Hedviky vytváří krásné výrobky, které jim přinášejí radost a pocit uspokojení. Během práce s keramikou si klienti CSSM procvičují prsty a zlepšují svou zručnost, což je velmi důležité pro udržení jejich soběstačnosti.

Výsledky jejich snažení jsou pak vystaveny v prostorách CSSM, kde si je mohou prohlédnout návštěvníci i samotní senioři.

Některé výrobky se také prodávají na různých akcích, jako je například jarmark. Tím se dostává ocenění práce seniorů i mimo centrum a zároveň se získávají prostředky na nákup dalších materiálů pro jejich tvorbu.

Hedvika svým přístupem a nápaditostí vytváří v Domově příjemné a podnětné prostředí, kde se senioři cítí dobře a užitečně. Její práce je nesmírně cenná, protože pomáhá babičkám a dědečkům udržovat aktivní mysl, rozvíjet motorické schopnosti a získávat pocit seberealizace. Díky Hedvice a jejím aktivitám je život seniorů v CSSM pestřejší, smysluplnější a radostnější.



PROCHÁZKU S ÚŘEDNÍKY ZHATILO DEŠTIVÉ POČASÍ

Domluvenou procházku s pracovníky Městského úřadu Mělník zhatilo nepříznivé počasí. Bylo zapotřebí improvizovat a tak se úředníci s našimi seniory přesunuli do jídelny a vrhli se na vědomostní kvíz a turnaj v "Člověče, nezlob se". Soutěživost nechyběla nejen klientům, ale ani návštěvníkům. Díky za Váš čas, dobrou náladu a empatii. Jste u nás vždy vítáni.

PS: Našli se i Ti, kteří se deště nezalekli a vyrazili na procházku do naší zahrady.



NAŠE BABÍ LÉTO SLAVÍ

1. NAROZENINY



Za rok své existence si "Babí léto" získalo mnoho příznivců a stalo se oblíbeným zdrojem informací a zábavy pro klienty CSSM i jejich blízké. Zpravodaj přispívá k budování komunity a posilování vztahů mezi všemi zúčastněnými. Do dalšího roku vstupuje "Babí léto" s odhodláním nadále poskytovat kvalitní a zajímavý obsah, který bude obohacovat životy seniorů a přinášet radost všem čtenářům.

LÉTO, LÉTO, ROZMARNÉ...

A máme téměř polovinu letošního roku za sebou. Ten čas nám letí, že? Měsíc červen je zřejmě nejoblíbenějším měsícem těch, jenž usedají do školních lavic či vysokoškolských poslucháren. Školní mládež čekají výlety za poznáváním krás naší vlasti i za její hranice. Ale i ostatní se těší na chvíle odpočinku v různých podobách. Mnozí vyrazí za hranice naší země poznávat cizí kraje, či jen tak v pohodě lenořit na mořských plážích. Kromě cestování se bude možno se pobavit na různých festivalech, či dalších kulturních a společenských akcích.

Zejména u nás na Mělníku se jistě uskuteční řada akcí v rámci oslav 750 let města. A jak to s tímto městem bylo? Podle Kosmovy kroniky byl zdejší kmen Pšovův připojen k území ovládané Přemyslovci sňatkem Bořivoje s Ludmilou, dcerou posledního pšovského knížete Slavibora. Hrad Pšov nahradil koncem 10. století nový kamenný hrad Mělník. Od roku 1000 se na Mělníku tradoval zvyk dávat hrad kněžnám a královnám věnem. Ten se později rozšířil i na město vzniklé pod hradem (královské věnné město). Například vdova po Boleslavu II. Emma zde razila denáry s nápisem Emma regina - civitas Melnic. Mělník jako město vzniklo ve 13. století z podhradí a později trhové osady. Avšak na rozdíl od jiných královských měst Zakládací listinu nemá. První zpráva, podle níž se Mělník považoval za město, se objevila až v listině Přemysla Otakara II. z 25. listopadu 1274.

HLEDÁNÍ

Hledal jsem slova, když přišla ta mladá vdova,
co říci, když není sama, ale je ochotná se bavit
znova,

jak je krásné být u toho a žít, jak praví básník, že
život není jen snít,

ale dále přemýšlet, jak být stále užitečný v této
době - v tomto mém domě seniorů!

A hledání, to je další čekání na další setkání a hezká
přání a povídání.

A zklamání přináší různé, nečekané zprávy nad
ztrátou mé milované ženy, která už tady není!

To je mé osobní zklamání!

A mé přání zní - být tady s Vámi!

Arnošt Thomas, Domov Penzion

Tou byl Mělnickým darován k dobudování obce podíl na výnosu labského obchodu. Ottův slovník naučný uvádí: „Město Mělník založeno bylo po způsobu jinozemských měst za krále Přemysla Otakara II. r. 1274. Od tohoto času nazýváno bylo městem královským. Po smrti Přemysla II. náleželo královně Kunhutě a bylo ho odtud od královen českých napořád jako věna užíváno.“

Královen-vdov se zde vystřídala celá řada, z nichž můžeme jmenovat vdovu po Zikmundovi Barboru Celskou, či poslední vdovu po Jiřím z Poděbrad Johanku z Rožmitálu, jenž zde byla údajně pohřbená.

A tak jsme trochu zabrousili i do historie. Výročí města si připomínáme rovněž ve zdejšímu Centru. Již od začátku roku zdobí nástěnky připomínající historické etapy města vchod do zdejší kavárny, jenž se pravidelně obměňují zásluhou paní Lehejškové. Dále se konají různé přednášky na toto téma, jenž obohatí naše znalosti a určitě se budeme těšit i další akce.

Mimo to nás čekají různá letní slavnostní posezení i další společenské akce, jimiž nás překvapí vedení Centra. A samozřejmě každodenní posezení na zahradě plné voňavých květů i u bublajícího jezírka pozorujíc rybičky. K tomu zaznívá bečení oveček, navštívit možno slepičky či králíčka a na procházce potkat kocoura.

Prostě a jasně: Léto budiž pochváleno!

Bedřich Marjanko, Domov Ludmila

DALŠÍ MEZIGENERAČNÍ SETKÁNÍ V RC CHLOUMEK



V CSSM se senioři pravidelně těší na výjimečnou aktivitu – mezigenerační setkání s dětmi v RC Chloumek. Jednou měsíčně se skupina seniorů vydává do centra, kde na ně již netrpělivě čekají malí kamarádi. Setkání jsou plná radosti, smíchu a tvořivosti. Senioři a děti společně vyrábějí, vystřihují a tvoří různé dekorace a dárky. Jejich šikovné ruce pracují v harmonii, zatímco si povídají.

Za rok a půl pravidelných setkávání se mezi seniory a dětmi vytvořila pevná pouta a krásná přátelství. Děti své starší kamarády s nadšením vítají a objímají, jako by to byli jejich vlastní prarodiče. Senioři se na návštěvy na Chloumeku vždy těší a odcházejí naplněni pozitivní energií a novými zážitky.



Tato mezigenerační spolupráce má nesmírný význam pro obě strany. Senioři mají možnost předávat své zkušenosti a moudrost mladší generaci, cítit se potřební a zažít radost z kontaktu s dětmi. Pro děti je to zase příležitost, jak se naučit úctě ke stáří, trpělivosti a empatii. Společně strávené chvíle jsou naplněny laskavostí, porozuměním a vzájemným obohacováním.

Projekt mezigeneračních setkání je skvělým příkladem, jak můžeme propojovat generace a budovat mosty mezi mladými a staršími. Ukazuje nám, že věk je jen číslo a že přátelství může vzniknout mezi lidmi v jakémkoli věku. Díky této iniciativě se životy seniorů i dětí stávají bohatšími, smysluplnějšími a šťastnějšími.

NEJOBLÍBENĚJŠÍ ČTYŘNOHÝ NÁVŠTĚVNÍK MAMY OPĚT PŘIŠEL UKÁZAT, CO NOVÉHO SE NAUČIL



PRACOVNÍCI CSSM NA OLYMPIÁDĚ S IZS

Sociální a aktivizační pracovníci z Centra sociálních služeb Mělník se nedávno zúčastnili akce Olympiáda s Integrovaným záchranným systémem. Pracovníci CSSM si pro děti připravili vlastní disciplínu, která měla za cíl zvýšit povědomí o životě na invalidním vozíku. Děti měly možnost vyzkoušet si, jaké to je vozit se navzájem ve vozíku a jak náročné může být jeho ovládání. Tento zážitek jim pomohl lépe pochopit každodenní výzvy, kterým čelí lidé s omezenou pohyblivostí.



Medaile pro závodníky z 5. a 6. tříd mělnických základních škol napekla kuchyně CSSM.

DŮLEŽITÉ
INFORMACE

VŠE NEJLEPŠÍ K NAROZENINÁM

Marie Fišerová

Alena Jandová

Alois Židek

Irina Korbelová

Arnošt Thomas

Miloslava Svobodová

Vlasta Radilová

Miroslav Veselý

Ludmila Řezáčová

Světlana Stée

Edita Březinová

Ivanka Švarcová

Alžběta Školudová

Bedřich Marjanko

Anna Jirmusová

Jarmila Pokorná

Pavel Kotek

Věra Cífková

Danuta Šebková

Štěpánka Haklová

Helena Nováková

Růžena Machová

Tereziia Kohutych

Josef Myšička

Antonie Matoušková

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

Václava Řihová, Miroslava Maněnová, Jindřiška

Prokschová, Ivan Soukal, Hana Benešová

Nikdy na vás nezapomeneme!

NOVÍ KLIENTI

Miloslav Fridl, Růžena Fridlová, Vlasta Nejedlá

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 – ČERVEN 2024

Úterý 4. června od 10:00 do 14:00 (rehabilitace DP)

„PARAFÍNOVÁ LÁZEŇ“ – pro seniory a zaměstnance CSSM

Čtvrtek 6. června od 14:00 hodin (pergola DP)

„LETNÍ KONCERT“ pod pergolou zahraje na klávesy a zazpívá Petr Štamfest určeno pro DP a DL.

Pátek 7. června od 14:00 hodin (tělocvična DL)

„FILMOVÉ ODPOLEDNE“

Neděle 9. června od 14:00 hodin (jidelna DL)

„CHRAPOT“ koncert mělnického sboru určeno pro DL, DP, DV.

Pondělí 10. června od 10:00 hodin (jidelna DL)

„LETEM MÓDNÍM SVĚTEM“ komponovaný program muzejní etnografky k módě 20. století Mgr. Nadi Černé z Regionálního muzea Mělník určeno pro DL, DP, DV.

Úterý 11. června od 10:00 hodin (kuchyňka DL)

„ZPÍVÁME SI PRO RADOST“ vystoupení dětí z MŠ Čtyřlístek určeno pro seniory DP, DL, DV.

od 14:00 hodin (terasa 1. patro DL)

„KAVÁRNA NA TERASE“ posezení s kávou a zákuskem určeno pro seniory DV.

Čtvrtek 13. června od 10:00 hodin

„SPORTOVNÍ OLYMPIÁDA“ celodenní sportovní aktivity pro seniory v prostorách CSSM a přilehlé zahradě, určeno pro seniory DL, DP, DV.

Pondělí 17. června od 14:00 hodin (zahrada CSSM)

„TURNAJ V PÉTANQUE“ určeno pro seniory DV.

Úterý 18. června od 13:30 hodin (RC Chloumek)

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

Středa 19. června od 14:00 hodin (Bílá komnata)

„TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI PRO VEŘEJNOST“ - s Alžbětou.

Čtvrtek 20. června od 10:00 hodin

„O ŠÍPKOVÉ RŮŽENCE“ - vystoupení žáků ze ZŠ J. Matiegky Mělník určeno pro seniory DL, DP, DV.

Pátek 21. června

„SANITÁRNÍ DEN AKTIVIZAČNÍHO ÚSEKU“ tento den nebudou probíhat žádné aktivity pro seniory.

Úterý 25. června od 14:00 hodin (zahrada CSSM)

„TURNAJ V PÉTANQUE“ určeno pro seniory DV.

Středa 26. června od 14:00 hodin (jidelna DL)

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

Čtvrtek 27. června od 10:00 hodin

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

Pátek 28. června od 14:00 hodin (jidelna DL)

„HUDEBNÍ ODPOLEDNE“ – SWING - poslech písní s Jitkou pro DL, DP, DV.