

BABÍ LÉTO

Zpravodaj CSSM

DUBEN PLNÝ TRADIC A JARNÍCH RADOSTÍ

V letošním roce jsme už jaro pocítili v březnu a dočkali jsme se krásných slunečných dnů. Ty lákají k procházkám i k posezení na sluníčku. První dubnový den nazýváme apríl a již od 16. století si tento den lidé dělali vzájemné žerty a drobné zlomyslnosti.

7. dubna slavíme Den vzdělanosti, který souvisí s výročí otevření Univerzity Karlovy. Tento den se také slaví Světový den zdraví, který je doprovázen četnými akcemi s důrazem na prevenci.

I nás čeká řada příjemných akcí, které v našem Domově budeme realizovat a které, jako každoročně, zakončíme pálením čarodějnic s opékáním buřtů a dobrou hudbou.

V dubnu letos oslavíme Velikonoce, které se podle křesťanského kalendáře slaví první neděli po prvním jarním úplňku. Ta letos připadá na 20. dubna. Velikonoční svátky, bez ohledu na víru, mají dnes mnoho prvků z pohanských oslav vítání jara – vzkříšení přírody a života.

S Velikonocemi souvisí řada zvyků a tradic, jako třeba šlehání děvčat pomlázkou z vrbového proutí, které jim mělo zajistit zdraví, šikovnost a plodnost. Polévání studenou, čistou pramenitou vodou zase mělo smýt vše zlé.

Dalším symbolem Velikonoc jsou kraslice, které si jistě v našich domovech také obarvíme.

Drahomíra Pavlíková,
ředitelka CSSM



Spěčí a láskou...

HUDEBNÍ ZÁŽITEK S JOSEFÍNOU



Krásné houslové odpoledne s dobrovolnicí Josefínou přivolalo z pokojů i ty, kteří na tato představení nechodí.

ROZHOVOR



**JITKA
ŠESTÁKOVÁ**



**JAROSLAVA
ŠPETLÁKOVÁ**

Jak ses dostala k práci se seniory?

Velký vliv na mě měla moje maminka. Pracovala totiž téměř třicet let na Domově Penzion jako pečovatelka. Již jako malá holka jsem za ní chodila a měla možnost poznat toto prostředí. Vždy jsem sem chodila ráda. Když jsem se po rodičovské dovolené rozhodovala, jakým směrem se vydat, bylo mi jasné, že se nechci vrátit do kanceláře k administrativní činnosti. Tenkrát se mi naskytla možnost nastoupit do CSSM jako masérka (později aktivizační pracovnice). Za tuto šanci jsem byla velmi ráda. Obavy mohly jít stranou, vždyť jsem nastupovala tam, kde jsem to již roky znala.

Co tě na práci aktivizační pracovnice nejvíce baví?

Nejvíce mě baví to, že mohu pomáhat lidem, že mohu být součástí nějaké pozitivní změny.

I když se někdy setkáváme s demotivací uživatelů, někdy prostě nemají chuť se zapojit do společenského dění, cítí se unavení nebo rezignovaní. Přesto se snažím najít způsob, jak je povzbudit, jak u nich vykouzlit úsměv na tváři, pohládit je vlídným slovem. I když naši uživatelé již nemohou být v domácím prostředí, snažím se, aby se tu cítili jako doma.

Čemu se ráda věnuješ ve volném čase?

Většinu volného času se snažím věnovat rodině. Jelikož jsem člověk, který nemá rád vůbec zimu, vždy se těším na jaro, kdy se konečně oteplí a můžu se dvěma syny a manželem vyrazit na nějaký pěkný výlet, např. do přírody. Pokud mi zbyde nějaký čas jen pro sebe, ráda si zahraji na piano nebo si zacvičím. Lidské osudy se v životě někdy kříží. Když jsem před sedmi a půl lety do CSSM nastupovala, tenkrát mě zaškolovala do mé práce kolegyně Jíťa. Byla ke mně vždy milá a vstřícná. I když se Jitčin osud s naším zařízením na chvíli rozešel, po několika letech ji osud zavál opět zpět. Naše role se vyměnily a já pro změnu zaškolovala Jíťu. Život umí být někdy plný překvapení.

Komu předáš štafetu?

Štafetu předám mé kolegyni Pětě, která nastoupila loni v říjnu. Myslím, že je v našem zařízení správně, jelikož má srdce na pravém místě.

NÁCVIK CHŮZE S POMOCÍ AKTIVIZAČNÍ PRACOVNICE



HOJ, A JE TU MASOPUST!

Masopust – období radosti, smíchu, písniček a dobrot – u nás v Domově samozřejmě nemohl chybět! Tento svátek, který v lidové tradici symbolizoval konec zimy a přípravu na jaro, byl vždy příležitostí sejít se, společně si zazpívat, dobře se najíst a užít si čas v kruhu přátel a sousedů. Dříve chodily po vsích průvody masek, lidé zpívali, tancovali a užívali si posledních dnů před postní dobou. A i když už u nás dnes nemáme klasický masopustní průvod, radost a veselí si rozhodně dopřát umíme!

I letos nás navštívili milí a usměvaví pracovníci z Regionálního muzea Mělník, kteří nám přiblížili masopustní tradice a zvyky. Povídali jsme si o tom, jak to dříve chodilo v mělnickém kraji, jaké masky byly oblíbené, jak se slavilo a co všechno k tomu patřilo.

Bylo krásné zavzpomínat a mnozí z nás si vybavili i vlastní zážitky z mládí.

Celé dopoledne nám navíc zpříjemnil pan harmonikář. Jeho melodie rozezpívaly sál a nejedno srdce se při známých písničkách roztančilo.

K tomu všemu samozřejmě nechyběly ani tradiční dobroty. Naše šikovná kuchyně nám připravila voňavé a nadýchané koblížky, které mizely ze stolů rychleji, než se stačily dopékat. A jako třešnička na dortu dorazil i pan Růžha se svými známými dobrotami. Společně jsme si tak pochutnali na tom nejlepším, co k masopustnímu hodování patří.

Bylo to dopoledne plné radosti, povídání, smíchu a pohody. Je hezké vidět, že tradice u nás stále žijí, a že se i dnes umíme společně radovat z maličkostí a prožít krásný den.



JAK SE
BAVÍME

KRÁSNÝ DEN ŽEN V NAŠEM CENTRU



Každou ženu v našem Centru dnes potěšila květina k Mezinárodnímu dni žen. Tuto krásnou tradici dodržujeme již několik let a vždy přináší mnoho radosti. Úsměvy, dojetí a spokojenost obdarovaných dam jsou pro nás tou nejkrásnější odměnou.

Ale tím radostný den zdaleka neskončil. Odpoledne nás čekal skutečný hudební zážitek – vystoupení pana Petra Tomečka s Panovou flétnou. V jeho podání zazněly nádherné písně, které nám připomněly mnoho krásných chvil a vzpomínek.

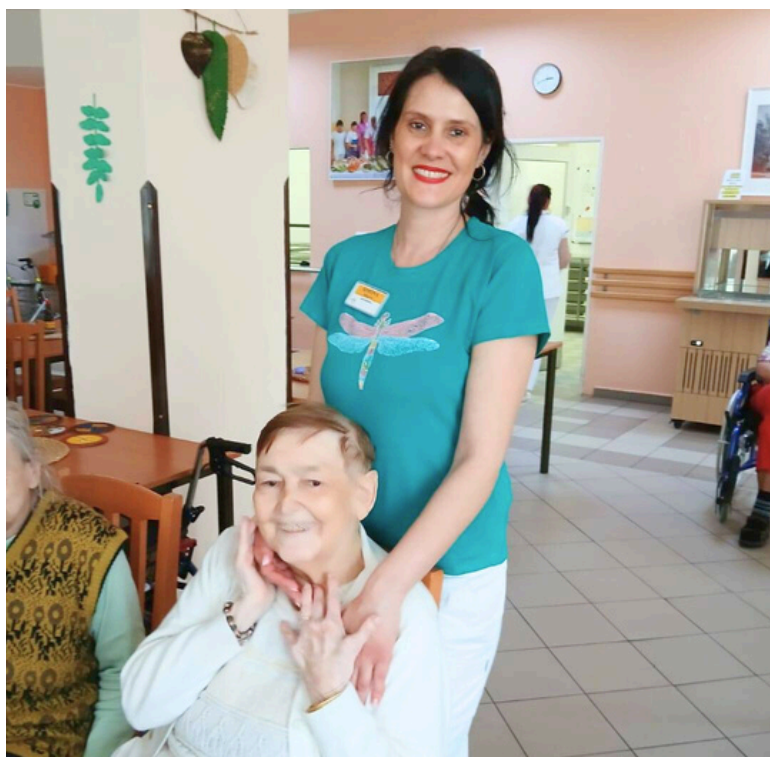
Velké poděkování patří paní Haně Vozábové, která pro naše seniory tento hudební dárek k MDŽ zajistila. Bylo to opravdu příjemné a dojemné odpoledne plné hudby, radosti a krásné atmosféry.

HUDEBNÍ ODPOLEDNE S PÍSNĚMI SKUPINY ABBA

Toto hudební odpoledne v našem Domově bylo naprosto kouzelné. S naší aktivizační pracovnicí Jitkou jsme si užili krásné chvíle, kdy nás provedla písněmi legendární skupiny ABBA. Bylo to tak úžasné, že někteří z našich posluchačů jednoduše nevydrželi a začali tančit.

Hudba ABBA nás všechny rozzářila a přenesla do doby, kdy byly jejich hity na vrcholu popularity. Úsměvy, smích a radost bylo cítit ve vzduchu, a to je ta pravá atmosféra, kterou máme v našem Domově rádi.

Děkujeme Jitce za zajištění tak krásného a energického hudebního zážitku a těšíme se na další podobné odpoledne plné hudby, tance a dobré nálady.



DUBEN, JEŠTĚ TAM BUDEM, ALE...

Zima je za námi a nastává jarní čas. Avšak jako všechny začátky, ani počátek jara nebývá ideální. Pro duben, pojmenovaný našimi obrozenci po svěžím jarním listí rašících dubů, je typické rychle se měnící, takzvané aprílové počasí. Proto také nejznámější dubnová pranostika navazuje na březnovou průpovídku „Březen – za kamna vlezem,“ a dodává „duben, ještě tam budem“.

Aprílový sníh a ženský pláč prý nemají dlouhého trvání, ale duben nás přesto dokáže často pořádně překvapit. Pranostiky pro duben, tedy lidová rčení založená na dlouhodobé zkušenosti a pozorování meteorologických jevů, až příliš často zmiňují severáky, deště a mrazy.

Zkrátka je to měsíc, který začíná Aprílem, a tomu odpovídají i první dubnové pranostiky. Jedna říká: „Copak by to prý bylo za duben, aby jaro nevyvedl aprílem?“ Druhá pak dodává, že „v dubnu se za den i devět druhů počasí sejde.“

Pro zajímavost si připomeňme několik pranostik, jež dle letitých zkušeností vytvořili naši předkové:

- Duben hojný vodou – říjen vínem.
- Pakli mokrý a zimavý duben, jest úroda na víno.
- Studený a mokrý duben plní sklepy a sudy.
- Hodně-li v dubnu vítr duje – stodola se naplňuje.
- Je-li duben pěkný – bude květen ještě lepší.
- Jasný měsíc v dubnu škodí květu stromů.
- Jaký duben – takový říjen.
- Teplé deště v dubnu – teplé dny v říjnu.

- Hřmí-li v dubnu – konec mrazům.
- V dubnu hrom – nebojí se mrazu strom.
- Bouřky v dubnu zvěstují dobré léto.
- Nechť si duben sebelepší bývá – ovčákovi hůl přec jen se zasněžívá.
- Panská láska a dubnový sníh – za mnoho nestojí.
- Sníh dubnový jako mrva pohnojí.
- Dubnový sníh rodí travu.
- Mokrý duben – přislubuje dobrou sklizeň.
- Mokrý duben – hojnost ovoce.
- Je-li v dubnu teplý déšť – hojné požehnání jest.
- Na mokrý duben – suchý červen.

No, věrme těm optimistickým předpovědím, a pakliže nastanou krásné slunečné dny, vyražme ven. I tento měsíc nabízí krásy probouzející se přírody. Rozkvétají první květy, sluníčko již má „grády“, vane čerstvý vzduch, a tak se můžeme kochat svěží zelení.

A co víc – těšme se na květen, nejkrásnější měsíc v roce, měsíc lásky – máj, kdy hrdliččin zval ku lásce hlas...

Bedřich Marjanko

RADOST ZE ŽIVOTA

Nech brouka žít a i ty se budeš v životě mít líp.

Tak jako celá naše příroda se má chovat,
naše společnost v životě celého národa.

Naše současnost žít ve společném domě,
na světě jak je dobře,

dobře postaráno o nás důchodce v Mělnice.
Díky všem zaměstnancům našeho Domova.

Arnošt Thomas

MAKOVÉ ROHLÍČKY SE Povedly



KUŽELKY JSOU U NÁS ZÁBAVA



TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI





KŘESLO
PRO HOSTA

JAROSLAVA
OBERMAIEROVÁ



STŘEDA 9. DUBNA OD 13:00 (JÍDELNA DL)
ZÁBAVNÉ POVÍDÁNÍ O HERECKÉM ŽIVOTĚ



VŠE NEJLEPŠÍ
K NAROZENINÁM

Vlasta Brožová	Jaroslava Jelínková
Jiří Dohnal	Alena Malčánková
Bohuslava Zíbková	Miloslava Marciánová
Olga Týmová	Božena Příbylová
Dagmar Grunclová	Marie Lehejčková
Miluše Lišková	Věra Vlasáková
Ingeborg Brožová	Marie Hokešová
Jarmila Švancarová	Marie Melichnová
Anna Dolejší	Dagmar Podráská
Vlasta Herinková	Zdeňka Urbanová
Marie Salátová	Pavel Kubišta
Marie Svobodová	František Pechač




Čtvrtek 17. dubna 2025
od 10:00

Velikonoční
jarmark

V přízemí Domova Ludmila
bude možné zakoupit
výrobky našich seniorů

BABÍ LÉTO ON-LINE

Nabídka nejen pro vaše rodinné příslušníky, ale i pro vás. V případě, že byste chtěli vlastnit náš měsíční zpravodaj Babí léto v elektronické podobě je možné všechna čísla dohledat na webových stránkách cssmelnik.cz pod odkazem AKTUALITY a ČASOPIS.

OPUSTILI NÁS

Vlasta Šulcová, Helena Prokešová, Edita
Březinová, Božena Bělíková, Romana
Beranová

NOVÍ KLIENTI

Jiří Březina, Eva Fišerová, Květa Kumpanová,
Alojz Kumpan, Jitka Čmejlová, Romana
Beranová, Jaroslava Kubů, Milada
Drahotová, Eva Kočárková, Zdeněk Sluka,
Marie Sluková

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 Vojtěch Beneš



KULTURNÍ PROGRAM – DUBEN 2025

Úterý 1. dubna od 9:30 do 14:00 (rehabilitace DP)

„PARAFÍNOVÁ LÁZEŇ“ – pro seniory a zaměstnance CSSM.

Čtvrtek 4. dubna od 14,00 hodin (jídelna DL, jídelna DP)

„MALÁ KAVÁRNIČKA“ přijďte si posedět a pochutnat si na dobrotách, které jsme dopoledne upekli určeno pro DL a DP.

Středa 9. dubna od 13:00 (jídelna DL)

„KŘESLO PRO HOSTA - JAROSLAVA OBERMAIEROVÁ“ – zábavné povídání o hereckém životě určeno pro DL, DP, DV.

Čtvrtek 10. dubna od 14:00 hodin (tělocvična DL)

„MUZIKOTERAPIE“ - přijďte si užít terapii hudbou s Gabčou pro DL, DP, DV.

Pátek 11. dubna od 10:00 hodin (Bílá komnata DP)

„ADAPTAČNÍ SKUPINA“ určeno pro nové uživatele Domova Penzion.

Pondělí 14. dubna od 15:30 hodin (Domov Vážka)

„VELIKONOČNÍ HODOVÁNÍ“ návštěva studentů z SOÚ a SOŠ Horky nad Jizerou určeno seniory z DV.

Úterý 15. dubna od 10:00 hodin (jídelna DL)

„HUDEBNĚ AKTIVNĚ NA LOUCE“ – hudebně dramatický program, který připomíná jarní lidové zvyky od Regionálního muzea Mělník, Mgr. Janatková.

od 13:30 hodin (ergo DL)

„MALOVÁNÍ KRASLIC VOSKEM“ pro odvážné seniory, kteří si chtějí zkusit malování kraslic.

Středa 16. dubna od 14:00 hodin (jídelna DL)

„PĚJME PÍSEŇ DOKOLA“ přijďte si zazpívat s Alžbětou, určeno pro DL, DP, DV.

Čtvrtek 17. dubna od 10:00 (přízemí DL)

„VELIKONOČNÍ JARMARK“ – prodej výrobků našich seniorů.

Středa 23. dubna od 14:00 hodin (Bílá komnata DP)

„TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI PRO VEŘEJNOST A SENIORY Z CSSM“ – s Alžbětou.

Čtvrtek 24. dubna od 14:00 hodin (Bílá komnata DP)

„REMINISCENCE S KÁTOU“ - určeno pro seniory DP a DL, na toto setkání jsou vítány fotografie, které Vám připomínají krásné a veselé chvíle z Vašeho života.

Pátek 25. dubna od 14:00 hodin (jídelna DL)

„HUDEBNÍ ODPOLEDNE“ – 60. léta, poslech písní s Jitkou pro DL, DP, DV.

Pondělí 28. dubna od 14:00 hodin (jídelna DL)

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

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

„ČARODĚJNICKÉ OPÉKÁNÍ BUŘTŮ“ – s občerstvením a hudebním duem Radost pro DL, DP, DV.

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

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