

BABÍ LÉTO

Zpravodaj CSSM



PŘEJI KLIDNÝ PROSINEC

Na konci listopadu jsme přivítali zimu, napadl v našich končinách nezvykle první sníh a teploty klesly pod bod mrazu. Tento rychlý přechod z tepla do zimy většině z nás přinesl nachlazení. Je doba, kdy bychom měli začít konzumovat více zeleniny a dostupného ovoce a posilovat svojí imunitu. Čeká nás teprve prosinec, který startuje pro většinu z nás nejméně oblíbené období zimy.

Prosinec je však i časem vánočním. Vánoce jsou křesťanské svátky, během kterých si připomínáme narození Ježíše Krista v Betlémě. Hlavním svátkem je pro věřící Boží hod vánoční, jenž připadá na 25. prosince. Tomu předchází adventní doba a Štědrý den, jakožto předvečer Narození Páně.

Kolem Vánoc máme pro vás připravenou celou řadu akcí, které vycházejí z lidových zvyků jako je koleda, jesličky (betlém – mimochodem velké díky všem, kteří se na výrobě toho našeho podíleli a který bude krásnit areál našeho CSSM), vánoční cukroví (opět z naší výborné kuchyně) a vánoční dárky, které vám přinese Ježíšek. Naši zaměstnanci pro vás zdobí prostory a vánoční stromky.

Pojďme letošní prosinec strávit celý v klidu a pokoji s láskou a vzájemným porozuměním a vstupme do nového roku s tím, že si tu lásku a pokoj a porozumění přeneseme i do celého roku následujícího.

Drahomíra Pavlíková,
ředitelka CSSM

VÁNOČNÍ KOUZLO ROZZÁŘILO CSSM



Centrum sociálních služeb Mělník už má vlastní kouzelnou vánoční atmosféru, která zahřeje srdce každého návštěvníka. Vstup do centra vás okamžitě pohltí záplavou vánočních barev a vůní. Velký vánoční strom dominuje v hale, zdobený světelnými řetězy, kouzelnými kuličkami a tradičními ozdobami. Každá ozdoba na stromečku se zdá, jako by vyprávěla vlastní příběh. Část vánoční výzdoby vyráběli i sami senioři pod vedením zkušených aktivizačních pracovníků. Celý prostor byl oživený smíchem a radostí, když se senioři zapojovali do společného vánočního tvoření.

pokračování na str. 4...

ROZHOVOR

ŠTAFETA VESELÝCH ROZHOVORŮ
S PRACOVNÍKY CENTRA SENIORŮMARTIN
MERZKAMILA
KLINEROVÁ**Jak dlouho vykonáváte povolání všeobecné sestry?**

Jako všeobecná sestra pracuji od svých dvaceti let, se dvěma přestávkami v podobě rodičovské dovolené. No, a jelikož gentleman se nikdy neptá ženy na věk, jistě mě nebudete nutit dále počítat.

Co vás přimělo jako všeobecnou sestru pracovat v centru seniorů, přesněji právě se seniory?

Začínala jsem jako sestra na chirurgickém oddělení zdejší nemocnice. Pak jsem pracovala na chirurgické jednotce intenzivní péče. Senioři tvoří poměrně velkou část pacientů ve většině nemocničních oddělení, a proto mě doprovázeli již od počátků mé praxe.

Ale vraťme se k první části otázky, proč právě Centrum sociálních služeb Mělník. Mělo to dva důvody. Končila jsem druhou rodičovskou dovolenou a zúčastnila se zde vzdělávacího školení. Přednášela tehdejší vrchní sestra. Zaujal mě její osobní postoj i přístup ke klientům, který na mě z přednášky dýchnul. Upřímný zájem o člověka, v němž byla znát úcta, vlídnost a pochopení. Řekla jsem si, že pokud se takto chová vedení, musí to být na oddělení určitě znát. Druhý důvod byl ryze praktický. Mám to asi tři minuty chůze z domova do práce.

Práce se seniory je zcela jistě náročná, jak relaxujete ve volném čase?

Možná to mnoho lidí pobaví, ale nejlépe si odpočinu u detektivek. Jak ve filmové, tak v knižní podobě. Čím dramatictější, tím lepší. Mezi mé favority patří britské kriminální seriály: Vraždy v Midsomeru s charismatickým detektivem Johnem Barnabym nebo Vraždy v Oxfordu s úžasným Lewisem a Hathawayem. Miluji totiž ten suchý anglický humor.

Kdybyste si mohla znovu zvolit svoji profesi, která by to byla?

Pokud bych se mohla vrátit zpět v čase, vydala bych se jiným směrem. Vždy mě ve škole bavila biologie, zvláště ta zaměřená na nejmenší životaschopnou jednotku - na buňku. Asi by se ze mě stal mikrobiolog s okem přilepeným k mikroskopu.

A komu předáte štafetu pro příště?

Štafetu předám Ivaně Rajnochové, vedoucí přímé péče Domova Ludmila.

SETKÁNÍ S ŘEDITELKOU
CSSM

Setkání ředitelky CSSM Drahomíry
Pavlíkové s rodinami všech našich seniorů
je naplánováno
na pondělí 11. prosince od 17 hodin
v jídelně Domova Ludmila.

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.

VÁNOČNÍ TVOŘENÍ UKAZUJE NADANÉ RUCE NAŠICH SENIORŮ

Dnešní svět se někdy zdá příliš rychlý a chaotický, ale ve společenství seniorů se každý rok o Vánocích probouzí k životu kouzlo tvůrčího nadšení a tradice ručního umění. Letošní vánoční sezóna v našem Domově již byla zahájena. Kuchyňka v Domově Penizon byla naplněna radostným šumem smíchu, zvukem šustících látek a tichým zvukem háčkování. Skupina se ponořila do světa textilií a vlny, kde se ruce našich seniorů staly kouzelníky, vytvářejícími nejen krásné výrobky, ale i nezapomenutelné vzpomínky. Z každého kousku látky vznikla jedinečná ozdoba, která nesla s sebou osobní příběh a cit.

V průběhu dne se nejen vánoční ozdoby a háčkované výrobky staly výsledkem tvůrčí práce, ale také prostředkem k posilování pout mezi seniory a vytváření nových přátelství. Dílna se stala místem sdílení příběhů, dovedností a radostné atmosféry.



CENTRUM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB PODALO POMOCNOU RUKU SENIORŮM Z AMFIONU



Ve čtvrtek 16. listopadu došlo k požáru v sanatoriu Amfion a Centrum sociálních služeb Mělník podalo pomocnou ruku. V podstatě okamžitě bylo v jídelně Domova Ludmila ubytováno 16 seniorů. Centrum sociálních služeb Mělník se pro ně po celou dobu snažilo vytvořit bezpečný prostor.

„Museli jsme zajistit nejen polohovací postele, ale i matrace, přikrývky, povlečení, inkontinenční pomůcky a další potřebné věci pro lidi s demencí,“ uvedla pro Mělnický deník Jana Hostáková.

Podle ředitelky Centra sociálních služeb Mělník Drahomíry Pavlíkové přišli pomoc i ti zaměstnanci, kteří měli mít v ten den volno. „Jsme si vědomi toho, že pomoc je potřeba, poněvadž stejná situace může potkat každého z nás. Pro klienty sanatoria máme zajištěné léky do úterý, ale dlouho zde zůstat nemohou,“ uvedla ředitelka.

Režim pro klienty bývalého centra seniorů byl z toho důvodu omezený až do následujícího úterý, kdy se klienti Amfionu mohli vrátit do svého zařízení. „Měli jsme na pondělí naplánované jablečné pečení pro seniory, to jsme museli zrušit,“ potvrdila paní Hostáková s tím, že obědy se rozvážely po patře.

I když se museli klienti CSSM na čtyři dny uskromnit ve svém Domově, mohou mít dobrý pocit z toho, že podali pomocnou ruku jiným seniorům v nouzi.

JAK SE
BAVÍME

VÁNOČNÍ KOUZLO ROZZÁŘILO CSSM



MYSLIVECKÉ HODY POTĚŠILY NAŠE SENIORY

Ve středu 8. listopadu byly pro naše seniory připraveny myslivecké hody. Řekli jsme si, že by to chtělo pozvat člověka, který se věnuje myslivosti a pověděl by nám k tomu i pár zajímavostí. A pan Podlipský nám opravdu ukázal krásné toulky s přírodou v jeho odpolední besedě.

Nakonec se servíroval bažantí vývar, vepřové výpečky, špenát, bramborový knedlík, srnčí ragú na víně, gratinované brambory nebo kančí kostky. A na závěr sladká tečka - rumový zákusek, který potěšil nejen naše seniory, ale i zaměstnance.



V KAPLI CSSM JSME VZPOMÍNALI NA TY, KTEŘÍ UŽ S NÁMI NEJSOU

V pátek 10. listopadu jsme si prožili vzpomínkovou akci na naše zesnulé. Nejen smutek, ale i vděčnost za prožité vztahy, lásku a přátelství sebou dnešní setkání provázelo. Tradičně se přípravě věnovala aktivizační pracovnice Hedvika, která společně s naším evangelickým farářem Mgr. Erdingerem a jeho manželkou paní Eliškou, důstojně zavzpomínala na ty, kteří již nejsou s námi.



VESELÁ MYSL

Veselá mysl je půlka zdraví.
Veselé říkání nás tuze baví,
ku-ku, sýr; hlava, ramena,
bolí nás od toho záda i kolena.

Zpěv nám hrdélka pročišťuje,
vzduch se kolem rozjasňuje.
Zpívání máme hodně rádi,
muzika nás občas doprovází.

Když muzika začne polku hrát,
nikdo nezůstane v koutě stát,
nožky tancují v rytmu valčíku,
ať už na kolečku, židli, či chodítku.

Prstíky stakato ťukáme,
dobrý mok u toho pijeme,
bezva nálada už k nám kvačí,
na chvíli se naše mládí vrací.

Hezké vzpomínky na mladá léta těší,
milé vzpomínání dušičku těší.
Radost, poho, láska - láska,
naše srdéčka posiluje a laská.

Marie Lehečková, Domov Ludmila



VÁNOČNÍ NÁLADA

Stromeček září a příjemně voní,
zvonečky k tomu krásně dnes zvoní.
Ježíšek v jesličkách radostně brouká,
na ten náš svět s důvěrou kouká.

Lidičky všichni, mějte se rádi,
vždyť ten lidský život hned ke konci pádí.
Užijme si lásku a dobrou vůli k tomu,
požehnaný čas Vám i Vašemu domu.

Přejme ještě spokojenost, klid v duši,
podívejte, jak Vám to sluší,
žádné hádky - chtějme smír,
na celém světě věčný mír.

Marie Pašková, Domov Penzion

OD QUEEN AŽ PO MORAVANKU...

Tak nějak by se dalo charakterizovat další sobotní odpolední setkání. Po tom předcházejícím, kdy si účastníci „potrápili“ čichové a chuťové buňky, přišel na řadu sluch a zejména paměť...

Opět se zájemci sešli v jedné z místností Centra a jali se soutěžit. Tentokrát to bylo však náročnější. Pečovatelky pouštěly nejrozličnější hudební ukázky a soutěžící se snažili uhodnout určitou skladbu a interpreta o němž se posléze vždy řeklo něco zajímavého. Zazněla hudba především ze šedesátých let 20. století.

ADVENT NÁM NASTAL...

Rok opět utekl jako voda a advent nám nastává. A to od neděle 3. prosince. Advent z latinského adventus znamená příchod období čtyř neděl před vánočními svátky. Je to doba, kdy věřící očekávají příchod Spasitele a duchovní přípravy na Vánoce, kdy slaví jeho narození. Dříve byla doba adventní zároveň dobou postu, kdy se nekonaly žádné zábavy ani svatby či hodování. Bylo to období zklidnění a odpočinku. Odpovídalo to životnímu stylu našich předků, jejichž přirozeným rytmem byla intenzivní práce v době od jara do podzimu, kdy bylo nutné zvládnout veškeré zemědělské práce a odpočinek v zimě, kdy se vykonávaly domácí práce jako draní peří, šití, pletení, předení a tkaní. V současné době je to však doba společného setkávání, kulturních akcí.

Takže bylo možno si poslechnout od zmíněných Queenů také The Beatles, E. Presley, dále skupinu Olympic, H. Vondráčkovou, M. Kubišovou, V. Neckáře, Y. Přenosilovou, samozřejmě „božského“ K. Gotta a další naše zpěváky až po tu Moravanku. Za správnou odpověď soutěžící obdržel bod, jenž se na závěr sečetl a první tři obdrželi Diplom. No, a ti ostatní byli odměněni potleskem za účast a snahu. Nakonec si všichni zazpívali a rozešli se s hřejivým pocitem skvěle stráveného odpoledne.

Bedřich Marjanko, Domov Ludmila

Bohužel i shonu, horečného nakupování a dalšího komerčního využívání tohoto období. Tak se v městech i obcích po celé naší vlasti opět rozzáří vánoční stromy a bude probíhat pestrý doprovodný program. Zazní koledy, pro děti je připravena celá řada akcí, své stánky otevrou prodejci rozmanitého zboží a představí se tradiční řemesla. Samozřejmě nebudou chybět bohatá občerstvení v podobě vánočních dobrot, zahrát se bude moci každý u svařeného vína, tradičního punče či čajů různých příchutí.

Nejinak tomu bude i v našem CSSM. I zde se rozzáří vánoční stromek a uskuteční se celá řada nejrůznějších akcí. Určitě tak přispějí k té předvánoční atmosféře.

Bedřich Marjanko, Domov Ludmila

CHYSTÁME SE NA VÁNOCE: ZAČÍNÁ PEČENÍ CUKROVÍ



MEZIGENERAČNÍ SETKÁNÍ V RC CHLOUMEK



VELMI KREATIVNÍ "PÁNSKÝ SPOLEK"





CSSM SE ZÚČASTNILO POTRAVINOVÉ SBÍRKY

Pracovníci Centra sociálních služeb Mělník se v sobotu 11. listopadu zúčastnili Národní potravinové sbírky v obchodním domě Tesco. Každý z nás se může někdy ocitnout v nouzi, proto si vážíme všech, kteří se rozhodli přispět nákupem trvanlivých potravin nebo drogerie. Vyslechli jsme si sice celou řadu ostrých slov.

Poděkování patří všem, kteří jste se do sbírky zapojili. Vybrali jsme 762,4 kg potravin, které budeme směřovat k těm, kteří se ocitli v nouzi.

Pojďme se tedy všichni více usmívat, méně si stěžovat, budme zdvořilí, přátelští, vlídní a dobrosrdeční.



DŮLEŽITÉ INFORMACE

VŠE NEJLEPŠÍ K NAROZENINÁM

Václav Pekař
Eva Krimlová
Josef Krátký
Alžběta Kondratievdá
Drahomíra Novotná
Marie Kondlová
Marie Řádová
Marie Selingerová
Marie Zvelebilová
Růžena Křimská
Zdeňka Jansová

ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMEČKU

Tradiční rozsvícení vánočního stromu v Centru sociálních služeb Mělník se uskuteční **v pondělí 4. prosince od 16:30 hodin** za hudebního doprovodu Velkého dechového orchestru Mělník.

OPUSTILI NÁS

Danuše Hánlová, Josef Kölbl, Eva Živná.
Nikdy na vás nezapomeneme!

NOVÍ KLIENTI

Vítězslav Šubrt, Jarmila Šubrtová.
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 – Prosinec 2023

Pondělí 4. prosince od 16:30 hodin (prostranství mezi DL a DP)

„ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍHO STROMU“ – za hudebního doprovodu Velkého dechového orchestru Mělník.

Úterý 5. prosince od 9:00 do 14:00 hodin (DL, DV, DP)

„MIKULÁŠSKÁ NADÍLKA“ – pro seniory budou mikulášské balíčky roznášet Mikuláš, Anděl a Čert.

Středa 6. prosince od 14:00 hodin (jidelna DL)

„MIKULÁŠSKÁ ZÁBAVA“ – s občerstvením a hudebním doprovodem pana Křováčka, určeno pro DL, DP, DV.

Čtvrtek 7. prosince od 9:00 hodin (jidelna DL)

„ZDOBENÍ PERNÍČKŮ A PEČENÍ LINECKÉHO CUKROVÍ“ - určeno pro DL, DP, DV.

od 14:00 hodin (jidelna DL)

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

Pátek 8. prosince od 14:00 hodin (jidelna DL)

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

Pondělí 11. prosince od 10:00 hodin (jidelna DL)

„ADVENT A VÁNOČNÍ ZVYKY“ – přeneseme přímo k Vám vánoční atmosféru s Mgr. Lucii Janatkovou z Regionálního muzea Mělník pro DL, DV, DP.

od 17:00 hodin (jidelna DL)

„SETKÁNÍ RODINNÝCH PŘÍSLUŠNÍKŮ S PANÍ ŘEDITELKOU“

Úterý 12. prosince od 10:00 hodin (jidelna DL)

„VYSTOUPENÍ DĚTÍ Z MŠ“ – vystoupí děti z MŠ Čtyřlístek Mělník pro DL, DV, DP.

od 13:30 hodin (Rodinné centrum Chloumek)

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

Středa 13. prosince od 14:00 hodin (jidelna DL)

„JAK SE PEČE VÁNOČKA“ – vystoupení dětí z Domu dětí a mládeže Mělník pro DL, DV, DP.

Čtvrtek 14. prosince od 9:00 hodin (přízemí DL)

„ADVENTNÍ PRODEJ“ – prodej vánoční vazby ze SOÚ Liběchov.

Pátek 15. prosince od 10:00 hodin (přízemí DL)

„VÁNOČNÍ JARMARK“ – prodej vánočních výrobků našich seniorů.

od 14:00 hodin (jidelna DL)

„VÁNOČNÍ KLAVÍRNÍ HODINKA“ – adventní zpívání koled s Eliškou Erdingerovou pro DL, DV, DP.

Neděle 17. prosince od 14:00 hodin (jidelna DL)

„VÁNOČNÍ KONCERT“ – hudebního uskupení Kristýny Šonské pro DL, DV, DP.

Pondělí 18. prosince od 14:00 hodin (jidelna DL)

„TŘI OŘÍŠKY PRO POPELKU“ – představení studentů ze SOŠ a SOU Horky nad Jizerou pro DL, DV, DP.

Úterý 19. prosince od 9:30 hodin (jidelna DL)

„PŮJDEM SPOLU DO BETLÉMA“ – vystoupení žáků ZŠ J. Seiferta pod vedením Mgr. Kloboučnickové pro DL, DV, DP.

Středa 20. prosince od 9:00 hodin (jidelna DL)

„VÁNOČNÍ NADÍLKA“ – předání vánočních balíčků seniorům starostou města Mělníka pro DL, DV, DP.

Středa 27. prosince od 14:00 hodin (jidelna DL)

„ZPÍVÁNÍ KOLED“ – zpívání koled s paní Šamanovou, Bursovou a Šebestovou pro DL, DV, DP.

Čtvrtek 28. prosince od 14:00 hodin (jidelna DL)

„KAREL GOTT“ – poslech hudby s Jitkou pro DL, DP, DV.

Pátek 29. prosince od 10:00 hodin (jidelna DL)

„SILVESTROVSKÝ KVÍZ“ – zábavné silvestrovské dopoledne s aktivizačními pracovníky pro DL, DP, DV.