



Domov Odry, příspěvková organizace, Hranická 56, 742 35 Odry
www.ddodry.cz

Poskytované služby: Domov pro seniory, Domov se zvláštním režimem ALDa

A tak tu žijem...



Časopis o životě v našem domově

Duben 2011

Letem – světem – domovem

Co se dělo v domově v lednu, únoru a březnu

Klub vaření – 13. 1.

V klubu „Vaření“ se s uživateli věnujeme i přípravě studené kuchyně, a protože



v zimním období není vitamínů nikdy dost, tentokrát jsme se pustili do mrkvového salátu s jablky. Uživatelé mrkev a jablka oškrábali a nastrouhali, promíchali se šťávou z ovoce a vanilkovým cukrem a vitamínová svačinka byla na světě a všem moc chutnala.

Zahájení turnaje v ruských kužkách 2011

Ve středu 19. 1. se v Tančírňě konalo první kolo turnaje v ruských kužkách v tomto roce. Vítězem loňského turnaje se stal Lumír Káňa, a kdo to bude letos? Uvidíme....

Šanci mají všichni, kteří si přijdou jednou měsíčně zahrát. Vítězem lednového kola se stal Lumír Káňa, druhé místo obsadili Kvapilovi a



třetí místo patřilo panu Klimentovi. Blahopřejeme. Výsledky všech soutěží budou v průběhu celého roku zaznamenávány na výsledkové listině na nástěnkách.

Bramborové placky

Pro účastníky klubu vaření patří příprava a hlavně ochutnávání bramboráků mezi jedno z neoblíbenějších. A proto jsme se ve středu 9. 2. do přípravy této dobroty s chutí pustili. Práci jsme si pěkně rozdělili a každý se na přípravě podílel – uživatelé škrábali a strouhali brambory, loupali a lisovali česnek, míchali těsto a smažili placky. A než jsme placky usmažili, ještě jsme si stihli zaspívat. Tak se zase příští měsíc těšíme na shledanou.



Prodej textilu

Ve středu 16. 2. zavítali do našeho domova prodejci textilu a uživatelé si mohli nakoupit oblečení přímo v prostorách Tančírny.

Informační schůzka s paní ředitelkou

Ve čtvrtek 17. 2. se v Tančírně konala informační schůzka s paní ředitelkou Miroslavou Chodurovou.

Na schůzce se projednávalo:

- Uživatelům bylo opět připomenuto, že si mohou stěžovat, pokud nejsou s našimi službami spokojeni. V roce 2010 se řešilo 6 stížností. Každou stížnost, která je podána, musíme řešit a také řešíme a je to pro nás dobrý podnět ke zlepšování našich služeb.*
- Do domova byly zakoupeny na konci roku nové televizory se zabudovaným příjmem pro digitální vysílání.*
- Přestavba pokojů v 2. patře na Vile, která proběhla koncem roku 2010, stála 186.000,- Kč. Díky této přestavbě máme nyní v domově už jen jednolůžkové a dvoulůžkové pokoje.*

- *Domov dostane o více jak milion korun menší dotace na svůj provoz. Proto bylo uživatelům připomenuto, aby šetřili elektrinou – zbytečně nesvítit, vodou – nenechávali ji zbytečně téct a také zbytečně netopili.*
- *Od března se zvýší měsíční platba za pobyt v domově o 180,- Kč. Denně budou uživatelé platit o 1,- Kč více za jídlo a o 5,- Kč více za bydlení.*
- *Paní ředitelka připomněla uživatelům, aby dbali o svou bezpečnost – aby byli opatrní při pohybu na mokré podlaze (např. při vytírání), opatrně přecházeli po přechodu pro chodce, kde je rušný provoz, nenechávali bez dozoru hořet svíčky na pokojích, nepřikrývali lampičky a jiné elektrospotřebiče textilními materiály, při vaření vody na kávu nebo čaj dávali pozor na opaření, v případě cizích, podezřelých osob v domově raději přivolali personál.*
- *Dávejte si pozor také na své cennosti a peníze, které máte u sebe. Pokud je nemáte uloženy u sociální pracovnice, zodpovídáte si za ně sami. K dispozici máte na svých pokojích uzamykatelné skříně a uzamykatelné trezorky.*
- *Paní ředitelka připomněla uživatelům, že zaměstnanci mají zákaz přijímat veškeré, i malé dárky, od uživatelů.*
- *Uživatelé mají možnost nahlížet do svých spisů – do sociálního spisu (lze si domluvit se sociální pracovnicí) a do svých individuálních plánů (můžete se domluvit s patronem). Vaše individuální plány slouží k tomu, abychom společně s Vámi plánovali služby, které vám budeme poskytovat.*
- *Jako každým rokem, tak i letos pro Vás připravujeme dotazník, abychom se dozvěděli, jak jste v domově spokojeni.*

Druhé kolo turnaje v ruských kuželkách

Únorové kuželky se konaly 23. 2. Na třetím místě se umístil pan Kliment, druhou příčku obsadil pan Šablatura a vítězem se stal Lumír Káňa. Gratulujeme. Nezapomeňte, že body z každého kola se sčítají a na konci roku vyhlásíme absolutního vítěze.



Šátkový ples

Každoroční pořádání plesu pro uživatele patří v našem domově již k tradicím. Letos se konal ples šátkový. Vzpomenete si, jaké plesy se v domově konaly

v minulých letech? Zapátrali jsme v archívech a tady jsou: kloboukový, papučový, srdíčkový, kytičkový, škraboškový, motýlkový, čelenkový, muzikantský a hvězdičkový.

Letošní šátkový ples se konal 3. 3. od 16⁰⁰ hodin. Na začátku přivítala paní ředitelka Miroslava Chodurová všechny přítomné uživatele, zaměstnance i hosty a popřála všem příjemnou zábavu. Nechyběla živá hudba v podání pana Býčka a všichni si jeho repertoár moc pochvalovali. Letošní ples měl bohatý kulturní program. Se svým vystoupením se nám předvedly mažoretky ze Základní školy z Jakubčovic n.O. a dvě taneční scénky připravila Anežka Horáková s paní Gaberovou, panem Klimentem a panem Káňou. Pro všechny přítomné bylo zajištěno bohaté občerstvení a díky sponzorům nechyběla ani krásná tombola. Všichni v sále se náležitě veselili, tancovalo se a zpívalo, popíjelo se vínečko a nálada byla opravdu výborná. Poslední písničku na dobrou noc nám pan Býček zahrál kolem 20 hodiny a letošní šátkový ples byl u konce.

Na závěr chceme velmi poděkovat všem sponzorům, protože bez jejich přispění bychom nemohli zorganizovat tuto akci na takové úrovni.

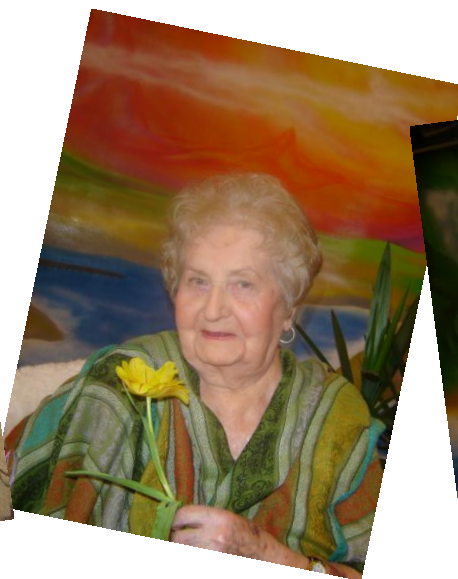




Oslava Mezinárodního dne žen

Ve středu 9. března jsme na společnou oslavu MDŽ pozvaly naše uživatelky do Tančírny. Zavzpomínaly jsme, jak se tento den slavil, když byly „naše babičky“ mladší, podávalo se kafičko a zákusky a některé uživatelky se svěřily do rukou „kosmetičky Marty“ a „kadeřnice Ivety“ a nechaly se zkrášlit. A

konečný výsledek stál opravdu za to. Podívejte se sami...



Březnové vaření



Ve čtvrtek 10. 3. se uživatelé sešli v tančárně a upekli si jablečný štrúdl. Při čekání, když se dobrota pekla v troubě, si společně zazpívali a zatancovali.

Výroba keramických misek

Ve středu 16. 3. jsme se s uživateli pustili do výroby a glazování keramických misek, které budou k prodeji na naší letní slavnosti.



Březnové kuželky

Třetí kolo letošního turnaje se konalo ve středu 23. 3. v Tančárně. V průběhu pěti kol se všichni snažili o co nejlepší výsledky. A jak březnové kolo kuželek dopadlo? Na třetím místě se umístil pan Kliment s 45 body, druhé místo obsadil pan Marek s 46 body a vítězem se stal Lumír Káňa, který nahrál 48 bodů. Blahopřejeme.

Informační schůzka s paní ředitelkou

Ve středu 30.3. se v Tančárně konala informační schůzka. Uživatelé se od paní ředitelky dozvěděli novinky týkající se našeho domova a byly jim připomenuty známé skutečnosti (podávání stížností, individuální plánování...atd.)

Informace



V úterý 19. 4. od 9³⁰ hodin Vás zveme do Tančírny, kde se bude konat **vystoupení** hudební skupiny Viola pod názvem „Pod tou naší starou lípou“.



Ve středu 20. dubna v odpoledních hodinách se bude konat v Domově Vítkov „Turnaj v „Člověče, nezlob se“. A k účasti na této akci jsou pozváni také naši

uživatelé.

Za náš domov budou soutěžit paní Fardová, paní Bartková, pan Šablatura a paní Gaberová. Držme našim soutěžícím palce.

„Severská chůze-Nordic Walking“.

Školení na toto téma proběhne **27. 4. od 10⁰⁰ hodin v Tančírně**, kde nás Ing. Mira blíže seznámí s touto technikou.

Jde vlastně o chůzi, při které se používají speciálně navržené hole. Tato aktivita má velmi pozitivní vliv na zdraví a mohou ji provozovat osoby všech věkových kategorií.

A jaké jsou zdravotní výhody severské chůze?

- Zlepšuje srdeční činnost, reguluje krevní tlak, zlepšuje krevní oběh.
 - Kladně působí proti nemocem krevního oběhu, kornatění tepen, pomáhá předcházet nebezpečí infarktu, pomáhá při vysokém tlaku.
 - Dýchání je intenzivnější, čistí se plíce, zlepšuje se okysličování organismu, lepším dýcháním se zlepšuje práce svalů.
 - Kladně působí proti astmatu a při chronické bronchitidě.
 - Trénink svalů na rukou a zádech, trénink ramených svalů, trénink svalů na nohách a hýždích, stabilizace opěrné soustavy.
 - Kladně působí při bolestech zad, uvolňuje zádové a krční svaly (bolest hlavy), pomáhá při bolestech kloubů.
 - Aktivace metabolismu, snižuje se obsah tuku a cukru v krevním oběhu.
 - Kladný vliv na nemoci metabolismu, diabetes mellitus (cukrovku) typu I. a II.
- A v neposlední řadě zlepšuje náladu



Sčítání lidu

V březnu 2011 proběhlo v celé České republice Sčítání lidu, domů a bytů, které patří mezi nejrozsáhlejší statistické zjišťování. Rozhodným okamžikem byla půlnoc z 25. 3. na 26. 3. 2011.

Všichni uživatelé, kteří byli v těchto dnech v domově, byli sečteni komisařem-sociální pracovnící Olgou Osadníkovou, která Vám pomohla s vyplněním formuláře. Sčítací list osoby, kde jste uváděli svá data (jméno a příjmení, datum narození, rodné číslo, místo bydliště a další potřebné údaje), poté sociální pracovníce Olga odevzdala na poště v Odrách. Tímto jste všichni splnili zákonnou povinnost a nehrozí Vám žádná pokuta. Občané, kteří neodevzdají formuláře do 14. 4. 2011 mohou dostat peněžní pokutu až do výše 10.000,- Kč. (Toto se Vás však netýká).



Okénko Vaší Miroslavy



Posílám porci svěží jarní nálady, hojnost zdraví, pohody a přání klidných, šťastných a požehnaných Velikonoc.

Vaše Miroslava Ch.