

CHVILKY Z VYCHODILKY

DOMOV PRO SENIORY VYCHODILOVA,
příspěvková organizace,
Vychodilova 3077/20, 616 00 Brno, IČO 70887276
Zápis v Obch. rejstříku u Krajského soudu v Brně,
oddíl Pr, vložka č. 23

Občasník číslo 10 / Listopad 2018

EDITORIAL

Drazí čtenáři,

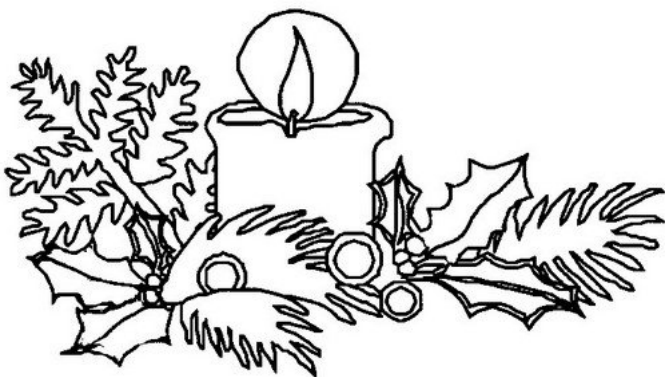
rok se s rokem sešel a my tu znovu vítáme období, které nazýváme advent. Co tohle slovo znamená, jak dlouho advent trvá a odkdy se slaví, se dozvíte v dnešním čísle.

Blíží se svátek Mikuláše a příchod Ježíška, který u nás nosí dárky. Byl bych rád, kdybychom společně oslavili nejenom tyto důležité události, ale i kulaté výročí občasníku. Současné vydání, které právě držíte v rukách, je desáté od svého vzniku. Přes dva roky u nás v domově pro seniory vydávám občasník „Chvilky z Vychodilky“. Psaní a tvorba časopisu mě baví.

Mám spoustu plánů a představ o nadcházejících číslech. Zda dokážu převést svoje kreativní myšlenky na papír, se dozvíte v následujícím roce. V roce 2019.

V tomto výtisku naleznete článek o adventním období a rozhovor s Vlastimilem Beránkem – vedoucím technického úseku. Ve třech křížovkách, které pro vás vytvořila Simona Kadavá, odhalíte symboly Vánoc. Uprostřed občasníku objevíte soutěž, do které se mohou zapojit obyvatelé našeho domova, příbuzní klientů i zaměstnanci – kdokoliv, kdo rád kreslí a maluje. Zdali vás čeká ještě něco dalšího? Nenechte se napínat a pusťte se do čtení.

***Všem seniorům a jejich rodinám, nadřízeným, kolegyním a kamarádům přeji bezstarostné prožití zimních svátků.
V příštím roce na shledanou...***



Petr Kubeš
šéfredaktor

KDY LETOS ZAPÁLÍME PRVNÍ ADVENTNÍ SVÍČKU?

Autor článku: Petr Kubeš



Advent je období před vánočními svátky. Je to doba očekávání příchodu Božího syna, přípravy na Vánoce, čas rozjímání a dobročinnosti. Dříve byly v adventním období zakázány zábavy, svatby a hodování, protože byla doba půstu.

Advent je prvním obdobím církevního roku. Délka období je vymezena čtyřmi adventními nedělemi, přičemž čtvrtá neděle předchází Slavnosti Narození Páně, která připadá na 25. prosince. První adventní neděle, kterou období začíná, tedy připadá na některý z dnů v rozmezí od 27. listopadu do 3. prosince. Letos advent začíná nedělí 2. prosince. Vánoční doba, která na advent navazuje, začíná po západu slunce Štědrého večera. Označení adventních nedělí jako železná, bronzová, stříbrná a zlatá má původ v obchodním ruchu před Vánoci a s církevním rokem nebo tradicí nemá žádnou souvislost.

Významnými dny adventu jsou v liturgickém kalendáři mimo nedělí svátky sv. Barbory (4. prosince), svatého Mikuláše (6. prosince), Slavnost Neposkvrněného početí Panny Marie (8. prosince) a svátek sv. Lucie (13. prosince).

Tradičním symbolem adventu je od 19. století adventní věnec, který má v různých oblastech různou podobu. V České republice

a v katolických zemích jsou na adventním věnci nejčastěji čtyři svíčky, z nichž tři jsou fialové nebo modré a jedna růžová. Na první adventní neděli zapalujeme první fialovou svíčku, takzvanou svíci proroků. Tato svíčka je památkou na proroky, kteří předpověděli narození Ježíše Krista. Na druhou adventní neděli zapalujeme druhou fialovou svíčku, takzvanou betlémskou, která reprezentuje lásku a představuje Ježíškovy jesličky. Na třetí adventní neděli zapalujeme růžovou svíci, takzvanou pastýřskou, která vyjadřuje radost z toho, že postní období je téměř u konce a adventní období získává slavnostnější ráz. Na čtvrtou adventní neděli zapalujeme poslední fialovou svíčku, říká se jí andělská. Představuje mír a pokoj.

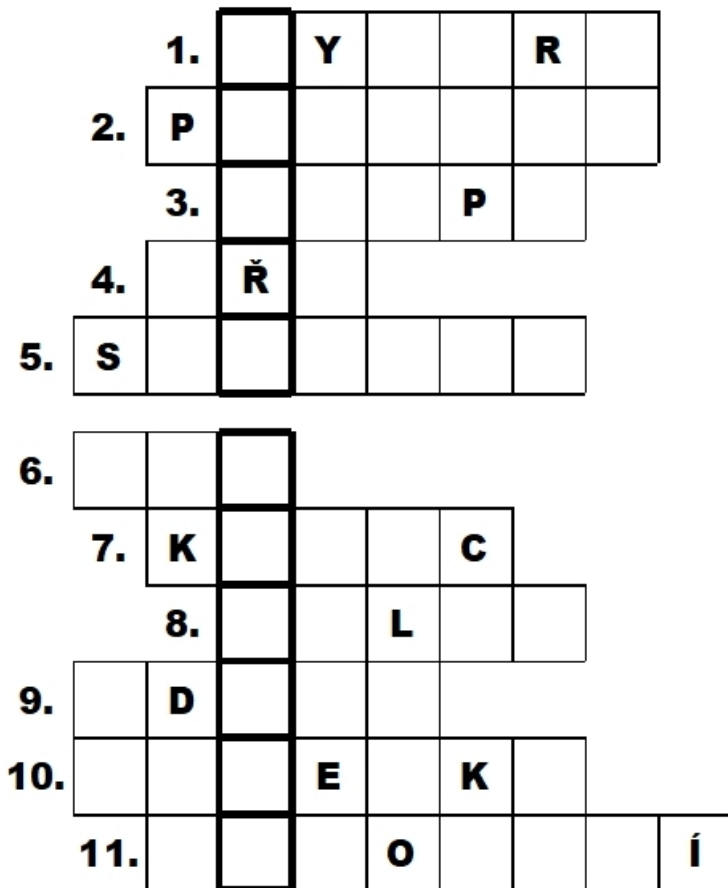
ZAJÍMAVOST

Česká hudební tradice se může chlubit výjimečným počtem kvalitních adventních písní. Uplatňují se zejména při mariánských mších a jsou to takzvané roráty, což jsou chorální zpěvy s doprovázejícími mluvenými komentáři týkající se tématu skladeb. Typické české liturgické zpěvy, které rorátní mši doprovázejí, nemají v evropské kultuře obdobu.



KŘÍŽOVKA

Vytvořila: Simona Kadavá



1. Hudební nástroj 2. Koření do guláše 3. Zavitý květ 4. Spor
5. Ranní jídlo 6. Proutěná nádoba 7. Obchodník 8. Letec
9. Nástroj na chytání ryb 10. Dětská hračka pro dívky 11. Zimní sport

SOUTĚŽ

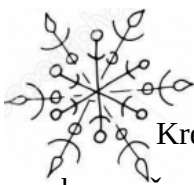


V nadcházejícím roce by měly být vydány tři občasníky, a to na přelomu března a dubna, v polovině léta a na konci října. Prozatím jsem nepřemýšlel, jak budou vydání tématicky zaměřená. Žádám o pomoc s tvorbou a zároveň vyhlašuji soutěž o náměty, které se objeví na předních stránkách občasníků.

Do soutěže se mohou zapojit obyvatelé našeho domova, příbuzní a známí našich klientů i zaměstnanci. Porota skládající se ze sociální pracovníce Ivany Rozsypalové, zdravotní sestry Ivy Grozskové a pečovatele Petra Kubeše vybere podle svého uvážení nejlepší návrhy. Vítězné návrhy budou odměněny dárkem.

Podmínky do zařazení soutěže jsou následující:

- **Kreslit, malovat nebo čmárat na papír formátu A5 (normální list papíru přeložený na půl)**
- **Podepsat se celým jménem z druhé strany papíru**
- **Svůj návrh odevzdat do 6.1.2019 Petrovi Kubešovi z oddělení B**



Kreativitě se meze nekladou. Můžete kreslit jen tužkou, barevně pastelkami nebo tím, co zrovna budete mít po ruce. Myslete však na to, že během kopírování a tisku dochází ke změně barev

a výsledný obrázek se může lišit od originálu. Věřím, že vaše výtvary mě inspirují natolik, že brzy po uzavření soutěže začnu pracovat na nových číslech.

ROZHOVOR S VEDOUČÍM TECHNICKÉHO ÚSEKU VLASTIMILEM BERÁNKEM

V první etapě svého života se věnoval vrcholovému sportu, účastnil se na mnoha světových šampionátů a olympiády ve veslování. Druhá část jeho života – ta pracovní byla tak stejně náročná ne-li náročnější jako ta předchozí. A to nejen protože byla o poznání delší. Jeho původním oborem byla obchodní činnost, u které si vyzkoušel snad všechny pracovní pozice. Od prodavače přes vedoucího prodejny až po manažerské posty. V našem domově pro seniory působí skoro šest let ve funkci vedoucího technického úseku.

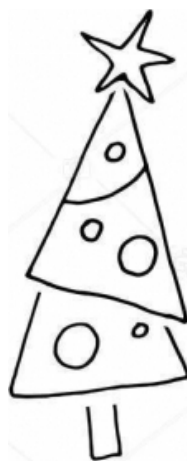
Představil byste, prosím, blíže činnosti, které má vedoucí technického úseku na starosti?

Funkce vedoucího technického úseku zahrnuje celou řadu činností. Tou hlavní je dohled nad oběma budovami – Vychodilova a Tábor. Mám na starosti chod prádelny, úklidu a údržby.

Řídím zaměstnance těchto pracovišť a připravuji jim podmínky pro jejich důležitou práci. Dále se starám o údržbu signalizačního SOS systému a o autopark. Také trvale zpřehledňuji, aktualizuji a zajišťuji revize a bezpečnostní kontroly, kterých je opravdu mnoho, a stále přibývají další. Zajišťuji servis, koordinaci a kontrolu stavebních prací. A tak bych mohl dál a dál pokračovat.

Jaké hlavní úkoly pak oddělení technického úseku plní?

Chtěl bych zmínit to podstatné, a tím je výkon činnosti zaměstnanců jednotlivých pracovišť. Údržbaři mají na starosti vše, co se týká technických záležitostí. Když je potřeba, tak stěhují nábytek, v létě pomáhají na zahradě se sekáním trávy a údržbou okrasného jezírka. Záběr jejich činností je velmi široký. Pracovnice úklidu mají na starosti zajistit pořádek na bytech klientů, společných prostor a to včetně mytí oken a generálních úklidů. Pradleny mají na starosti praní a žehlení prádla klientů a prádla našeho zařízení. Kromě toho jsou v rámci svých možností schopny provádět i drobné opravy a šití. U všech pracovníků těchto profesí platí, že kvalita odvedené práce a spokojenost našich klientů je prvořadá.



Brzy vás čeká odchod do důchodu. Chtěl byste v našem domově i nadále pracovat nebo svoje místo přenecháte někomu jinému?

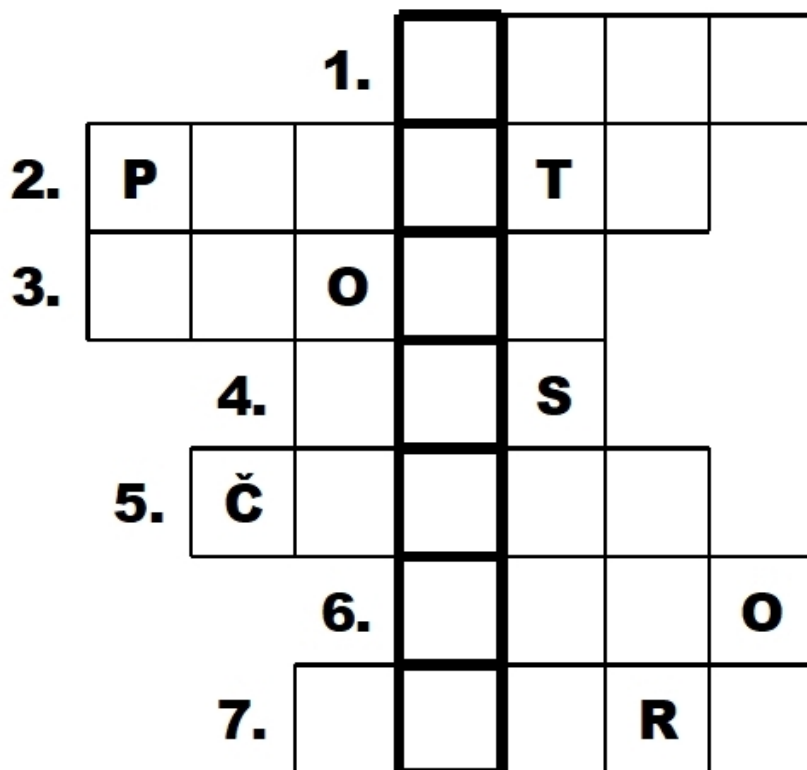
Nejdříve musím zmínit něco málo mé osobě. Dospěl jsem do věku, kdy člověk má možnost hodnotit to, co se mu v životě podařilo více a co méně. Vždy jsem se snažil pracovat velmi zodpovědně a mnohdy s maximálním nasazením. Ale jsem už v důchodovém věku. Na jaře příštího roku nadejde čas, kdy bych si chtěl více užívat života a věnovat se svým oblíbeným činnostem. Mezi ně patří chalupaření, sadařství a jízda na kole a na motorce. Moc se na to těším. Tento čas si opravdu chystám užít. Snad mi to bude dopřáno.

Jak prožíváte adventní čas a vánoční svátky?

Odpověď na otázku, jak prožívám adventní čas a vánoční svátky, je jednoduchá. Se ženou a přáteli navštěvujeme adventní trhy a doma postupně zapalujeme svíčky na adventním věnci. V tomto období se snažím být v pohodě a nestresovat se. Štědrý den dopoledne rádi chodíme na veslařský klub, kde se vždy sejdeme ve velikém počtu a při popíjení čaje a grogu se těšíme z našeho setkání. Večer proběhne kapří večere a následné rozdávání dárků. Vždy chodíme na procházku zakončenou půlnoční mší.

KŘÍŽOVKA

Vytvořila: Simona Kadavá



1. Koupací nádoba 2. Lupiči na moři 3. Divadelní závěs
4. Zpěvný pták 5. Luštěnina 6. Biograf 7. Říční ryba

ROZHOVOR S RECEPČNÍ JAROSLAVOU BERÁNKOVOU

Příjemné vystupování, zdvořilost, úslužnost a úsměv – to jsou jen některé z vlastností, které by měla mít osoba, která vykonává tvoji práci. Jak by ses jako člověk popsala? Jaká jsi?

Ano, jedná se o schopnosti a vlastnosti, které by měla mít osoba, která zastává práci na recepci domova pro seniory, tedy kterou zastávám já sama. Zmíněné vlastnosti a možná ještě něco navíc by měl mít v podstatě každý, kdo pracuje se seniory. Zmíněná práce ale není o tom, pouze se podbízet a sloužit, ale zapojit se do vzájemného dialogu. Já osobně jsem na místě recepční zaměstnána již šestým rokem, tak snad se mi ta práce daří. Posoudit to ale musí ti druzí.

Co považuješ na své práci za nejtěžší?

Nejtěžší na mé práci je skloubit různé činnosti, které práce na recepci obnáší. Jde o celou škálu činností jako je provoz kavárničky a prodej pečlivě vybraného zboží, kde sortiment z původních několika položek během let provozu značně narostl a to včetně drogistického zboží. Dalšími činnostmi jsou obsluha telefonní centrály, otevírání dveří, uvádění návštěv, poštovní úkony a celá řada dalších činností. Je často velmi náročné skloubit všechny tyto činnosti.

Pečuješ o sebe? Sportuješ kupříkladu?

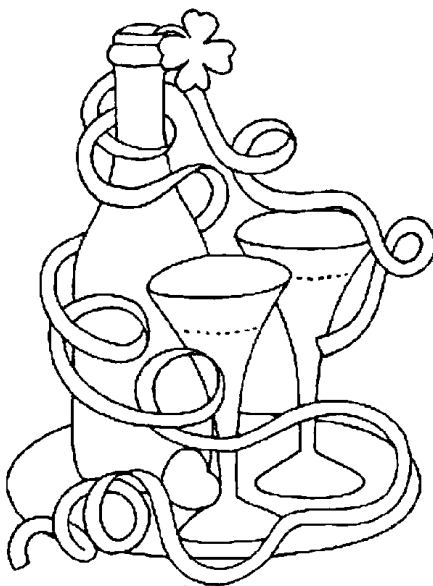
Abych byla schopna v pohodě fungovat, musím si udržovat kondici. Snažím se cvičit, trávit čas na čerstvém vzduchu a o víkendech pracovat na chaloupce, jejíž součástí je i celkem rozlehlá zahrada. Uvedené činnosti mně hodně pomáhají jak po fyzické, tak i psychické stránce.

Jak si nejlépe odpočineš?

Každý někdy potřebuje úplně vypnout a já nejsem výjimkou. Největší radostí a vzpruhou jsou pro mě mé vnučky.

Jak trávíš Silvestr a Nový rok?

Silvestr jsem v minulosti slavila a do budoucna slavit budu se svým mužem. Velmi často Silvestr trávíme ve společnosti bývalých veslařů, ať již ve veslařském klubu, rekreačních zařízeních nebo na horách. Nový Rok se snažíme trávit v klidu doma, kde nesmí chybět novoroční vycházka.



RECEPT NA OŘECHOVÉ MUŠLIČKY

Přispěla: Marcela Skokanová

Na těsto: 250g másla, 250g hladké mouky, 1 vejce, 1 lžíce octa.

Náplň: 100g mletých ořechů, 100g moučkového cukru, 1 vejce, 1 žloutek.

Postup: Ze všech surovin vypracujeme těsto a necháme alespoň hodinu v chladu odpočinout. Poté těsto vyválíme a vykrajujeme kolečka. Každé kolečko potřeme náplní a položíme na něj další kolečko. Vidličkou dokola stiskneme okraje. Po upečení obalíme v moučkovém cukru.

RECEPT NA VÍNOVÉ CUKROVÍ

Přispěla: Marcela Skokanová

Budeme potřebovat: 35dkg hladké mouky, 30dkg másla, 6 lžic bílého vína, moučkový cukr, vanilkový cukr.

Z mouky, másla a vína vypracujeme těsto a vyválíme. Vykrajujeme různé tvary. Po upečení obalíme v moučkovém a vanilkovém cukru.

RECEPT NA VÁNOČNÍ KOŠÍČKY

Přispěla: Marcela Skokanová

Suroviny: 150g hladké mouky, $\frac{1}{2}$ prášku do pečiva, 100g moučkového cukru, 200g másla, 2 žloutky, $\frac{1}{2}$ hrnku rumu, citrónovou kůru.

Na náplň: 500g rozemletých vlašských ořechů, $\frac{1}{8}$ másla, 2 lžice kakaa, 150g cukru, 1 dl rumu.

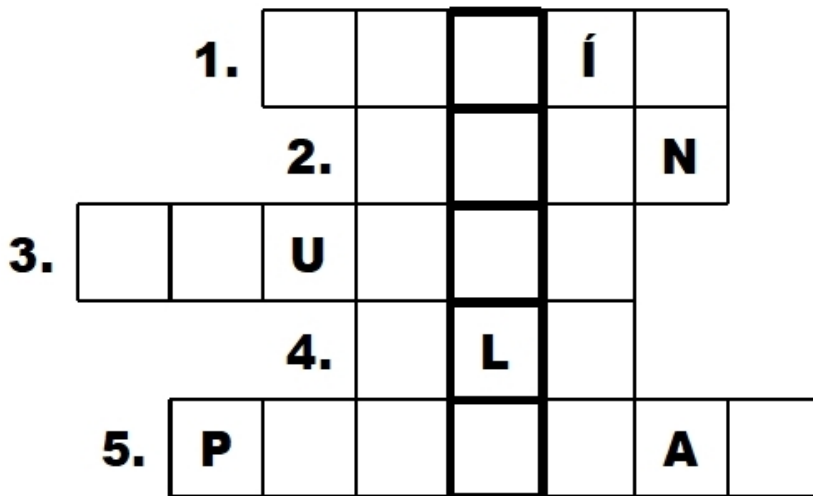
Dále potřebujeme: čokoládu na polevu, vlašské ořechy nebo mandle.



Ze surovin vypracujeme těsto a necháme půl hodiny odležet. Formičky na košíčky vymažeme máslem a vyplníme tenkou vrstvou těsta. Pečeme pozvolna dorůžova. Po vytažení z trouby necháme vychladnout. Poté košíčky naplníme krémem, polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme půlkou vlašského ořechu nebo mandle.

KŘÍŽOVKA

Vytvořila: Simona Kadavá



1. Nalézt poklad 2. Část stromu 3. Člověk bydlící vedle 4. Kšandy
5. Vyprávět

Prosíme obyvatele, aby dbali zvýšené opatrnosti při rozsvěcování a hoření svíček a po celou dobu byli přítomni v místnosti, kde svíčky hoří. Z bezpečnostních důvodů všechny svíčky při odchodu zhasněte.

DĚKUJEME

BLÍŽÍCÍ SE AKCE V NAŠEM DOMOVĚ

V měsíci prosinci se můžete těšit na propojení generací s Mateřskou školou Gabriely Preissové na téma "práce s hlinou" a Rezekvítek. Před čtvrtou adventní nedělí si ve velké jídelně poslechneme Československé komorní duo. Termíny a časy konání akcí se včas dozvíte na nástěnkách a od našich ergoterapeutek.

BRNĚNSKÉ VÁNOČNÍ TRHY

17. listopadu v 16 hodin byl přivezen do Brna na náměstí Svobody vánoční strom za doprovodu fanfár z Libuše Bedřicha Smetany. Na poslední chvíli se musel vybrat jiný strom, protože ten, který si občané vybrali, během léta uhynul vzhledem k teplému počasí a suchu. 23. listopadu v 17 hodin byl vánoční strom slavnostně rozsvícen.

Letos si můžete vybrat a navštívit vánoční trhy na náměstí Svobody a Moravském náměstí, kde se povětšinou konají živé koncerty. Na Dominikánském náměstí a Zelném trhu je adventní atmosféra klidnější a tradiční.

