

# KAMENECKÝ ZPRAVODAJ

*JARO 2023*



## OBSAH

SLOVO EDITORA .....	3
OCENĚNÍ ZA PALIATIVNÍ A NUTRIČNÍ PÉČI .....	4
NÁVŠTĚVA PRVNÍ DÁMY ČESKÉ RUBLIKY .....	6
PŘÍCHOD JARA OČIMA STRAVOVACÍHO ÚTVARU .....	7
NÁVŠTĚVA V IZS SLEZSKÁ OSTRAVA .....	9
PŘEDNÁŠKY V KNIHOVNĚ MĚSTA OSTRAVY.....	10
PÁNSKÝ KLUB V ZIMNÍM OBDOBÍ .....	12
NÁVŠTĚVA Z DIVADLA LOUTEK OSTRAVA .....	13
BYLINKAŘENÍ NA KAMENCI .....	14
BLÍŽE K PŘÍRODĚ.....	16
MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN .....	17
CESTUJEME I BĚHEM ZIMNÍCH MĚSÍCŮ.....	18
NÁVŠTĚVA KNIŽNÍHO FESTIVALU.....	19
VÝSTAVA FILMOVÝCH PLAKÁTŮ .....	20
TVORBA V NAŠEM ATELIÉRU .....	21
CESTY PO JIŽNÍ AMERICE .....	23
VZPOMÍNKA NA NAŽU URBÁNKOVOU.....	25
MUZEUM HORNICTVÍ HAVÍŘOV .....	26
PODĚKOVÁNÍ.....	27
DOBROVOLNICTVÍ V NAŠEM ZAŘÍZENÍ .....	28

## SLOVO EDITORA

Vážení uživatelé a rodinní příslušníci,

měsíc s měsícem se sešel a Vy držíte v ruce nové vydání Kameneckého zpravodaje, který je takovým informativním plátkem a připomínkou toho, co jsme za poslední měsíce, týdny a dny prožili v našem zařízení.

Můžete se začíst do článků, které si pro Vás připravili naši zaměstnanci a uživatelé našeho domova.

Náš zpravodaj Vás nejen informuje a připomíná Vám co jste prožili, ale seznámí Vás i s tím, na co se můžete dále těšit a co můžete očekávat.

I v tomto roce bude Kamenecký zpravodaj vycházet v intervalech, na který jste zvyklí, a to každé 3 měsíce.

Nyní Vám už jen popřeji krásné čtení a zábavu s naším zpravodajem.

*Mgr. Blanka Janošková, SP*

# OCENĚNÍ ZA PALIATIVNÍ A NUTRIČNÍ PÉČI



Dne 16. 2. 2023, v rámci konference Zdravotní péče v sociálních službách pořádanou Asociací poskytovatelů sociálních služeb ČR, obdržel Domov

pro seniory Kamenec ocenění Certifikace paliativního přístupu v sociálních službách a akreditaci Kvalitní nutriční péče. Ocenění převzali ředitel organizace Ing. Juraj Chomič, MBA a Mgr. Monika Marková (za nutriční péči) a Mgr. Radka Poláková (za paliativní péči).

Převzetí ocenění předcházela intenzivní práce zaměstnanců na těchto dvou konceptech péče, nastavování nových pracovních postupů, mezioborová spolupráce, individuální plánování péče s uživateli, spolupráce s rodinnými příslušníky i dalšími externisty. Cílem našeho týmu Domova pro seniory Kamenec je další zkvalitňování poskytovaných služeb v zařízení.

Co to vlastně paliativní péče je?

- Moderní specializovaný koncept péče o lidi v závěru života nebo s diagnózou nevléčitelné nemoci



- Zaměřuje se na snižování utrpení a bolesti a mírnění zatěžujících symptomů, hledá možnosti a způsoby, jak zajistit kvalitní život až do jeho konce
- Nedívá se na člověka pouze z pohledu tělesně-zdravotnického, ale také se vážně zabývá otázkou naplnění jeho psychických, sociálních, kulturních a spirituálních potřeb
- Podporuje kvalitu, důstojnost, autonomii a individuální přístup v péči o nemocného nebo umírajícího člověka

Jelikož jsme zařízení, které poskytuje i zdravotní péči, máme rovněž uživatele se speciálními nutričními požadavky. A právě na tuto problematiku se orientoval audit nutriční péče zajišťo-



vaný odbornou externí společností, který hloubkově hodnotil systém nastavení a propojenosti kvalitní péče o klienta týkající se výživy a zdraví.

Velice si tohoto úspěchu vážíme a vnímáme jej jako ocenění naší práce.

Děkujeme všem zaměstnancům.

*Mgr. Radka Poláková, VO D3*

# NÁVŠTĚVA PRVNÍ DÁMY ČESKÉ REPUBLIKY



V úterý 28. března k nám zavítala výjimečná návštěva první dáma paní Eva Pavlová. Její příjezd byl předem pečlivě naplánován do nejmenších detailů z důvodu zajištění bezpečí. Před třetí hodinou se pracovníci Domova v čele s panem ředitelem shromáždili u vstupu a netrpělivě vyhlíželi její příjezd. Venku čekali reportéři s kamerou, novináři a fotografové. Na přání paní Pavlové se pak její

návštěva odehrála bez přítomnosti médií, šanci si její příjezd zdokumentovat měli pouze před budovou. A pak nastala ona chvíle, kdy se objevila. Vřelé přivítání, předání květin a vstup za potlesku všech přítomných. Kroky paní Pavlové se nejprve ubíraly do učebny. Zde bylo nachystáno občerstvení, dárky vyrobené našimi uživateli o prosba o podepsání do naší kroniky. Po malém odpočinku se vydala na prohlídku našeho zařízení. Nejprve to bylo zastavení na patře prvním. Zde zavítala do reminiscenční místnosti, která slouží také jako kuchyňka pro naše uživatele. Zrovna zde probíhalo pečení moučníku, který rovněž ochutnala. Tato místnost se jí velmi líbila, řekla, že si zde připadá jako na chalupě. Se všemi přítomnými uživateli pohovořila a na závěr každému z nich předala na památku obrázky koček. Přemístili jsme se naproti do tzv. kulturní místnosti. Zde měla paní Pavlová možnost setkat se s dalšími uživateli a poslechnout si píseň v rámci probíhajícího aktivizačního programu. Opět vřelá slova a dárečky v podobě obrázků. Čas příjemně utíkal a na programu byla návštěva rehabilitace a relaxační Snoezelen místnosti. Při přesunu do suterénu využili někteří uživatelé a zaměstnanci příležitost vyfotit se s první dámou, která bez výhrad souhlasila. Prostory Snoezelenu a rehabilitace se jí velmi líbily a ocenila jaké zázemí a rozmanité procedury jsou zde nabízeny jak uživatelům, zaměstnancům, tak široké veřejnosti. Vrcholem návštěvy bylo setkání několika desítek uživatelů a zaměstnanců v multifunkční místnosti. Na uvítanou zazpívaly dámy ze sboru. Po bouřlivém potlesku už nastal prostor na zvědavé dotazy, na které paní Pavlová bez zaváhání odpovídala. Závěrem určitě říct, že naše nová první dáma je skutečně velmi milá, přístupná a jde vidět, že se o problematiku sociální oblasti bude vzorně starat.



# PŘÍCHOD JARA OČIMA STRAVOVACÍHO ÚTVARU



Čas běží jako voda a z okna můžeme čím dál častěji pozorovat slunečnou oblohu, nicméně ještě nám všem chladné počasí ještě zalézá pod

kabáty. S astronomickým příchodem jara se blíží období Velikonoc, jehož atmosféra proběhne i naším Domovem pro seniory. Nejedná se jen o výzdobu či o volnočasové aktivity, ale změnu pocítíme i v rámci stravování. Pokrmy, které naši předkové jedli o svatém týdnu, tedy od Škaredé středy až do Velikonočního pondělí, jsou spojeny s různými pověrami.

Tak například o Škaredé středě musí být na stole škaredé jídlo - tuto tradici jsme se rozhodli nenaplnit, neboť by nám asi nikdo zrovna za naplnění této tradice vděčen nebyl, a tak jsme začali tradičně až Zeleným čtvrtkem.

Na zelený čtvrtek jsme v jídelničce symbolicky našli dušený špenát, neboť zelená barva nám připomíná příchod jara. Hospodyňky také pekly jidáše - tedy pečivo z kynutého těsta, který měl symbolizovat zrazení Krista.

Na Velký pátek dle křesťanské tradice by se měla podávat skromná jídla. Byla obvyklá polévka - co dům dal - a proto jsme servírovali polévku čočkovou. Také jsme se zřekli masa a masných výrobků, a tak i hlavní chod byl skromný a tradiční - jablečná žemlovka.

Na Bílou sobotu správně končil čtyřicetidenní půst, mnohdy označován typickým souslovím „konec Masopusta“. Servírovali se zejména pokrmy z masa, a proto jste se mohli těšit na smažený vepřový řízek. Upečené mazance se v tento den odnášeli do kostela k tzv. pomazání.

Velikonoční neděle alias Boží hod velikonoční je dnem, kdy vstal Ježíš z mrtvých.

Těšit jste se tak mohli na hovězí polévku s nudlemi a sváteční hovězí svíčkovou na smetaně.

Velikonoční pondělí je proslulé konzumací vajec, na večeri jsme proto servírovali vajíčkovou pomazánku.

Konzumace vajec v tento den

není náhodná, vejce symbolizují znovuzrození a nové začátky.

S příchodem jara se i v dalších měsících můžete těšit na zařazování sezónních potravin, věříme, že vám bude chutnat.



*Adéla Francírková, Nutriční terapeut*



## NÁVŠTĚVA V IZS SLEZSKÁ OSTRAVA



Páteční dopoledne 17. března mohli naši klienti navštívit a prohlédnout si interiér budovy, garáže a centrální dispečerské zázemí hasičského útvaru Slezské Ostravy. Objekt, který byl předán k užívání v roce 2020, ještě trochu voněl novotou a je vzdálen od našeho Domova seniorů jen deset minut jízdy autem. Využívá ho celý záchranářský systém linky 112, tzn. policie, zdravotní služby, ale hlavně hasičský sbor. Po úvodním přivítání na vrátnici se nás ujal ppor. Jan Podolský. Nejprve nám dal k nahlédnutí správní budovu, kde mají hasiči své zázemí – služební místnost, centrálu, učebnu, odpočívárnu a také kuchyň.

Pak jsme se přesunuli do garáží v přízemí, kde nám byly předvedeny tři hasičské vozy připravené k okamžitému výjezdu. Pan Podolský se svým kolegou nám ukázal jejich kompletní vybavení a podrobně vylíčil, co k čemu slouží a co vše je nutné k různým zásahům.

Přednáška a prohlídka byla velice zajímavá a pro mnohé z nás až šokující, co všechno hasiči musí znát a umět.

Myslím si, že to byla pro nás a klienty velmi poučná exkurze, která nás obohatila o nové poznatky a zároveň nás utvrdila v tom, že tato obětavá a svědomitá profese si zaslouží úctu.

*Milan Spiller, PSS VČA*

# PŘEDNÁŠKY V KNIHOVNĚ MĚSTA OSTRAVY

Stále a rádi využíváme pozvání k přednáškám v rámci literárního dopoledne paní Šmauzové. A nejen to, po celou dobu přednášky se o nás zajímá a pravidelně nám nabízí knižní noviny i knihy k přečtení. Až doposud máme možnost využívat krásných prostor této knihovny a sdílet informace a pohodu u každé přednášky, za což zaměstnancům knihovny i přednášejícím moc děkujeme.



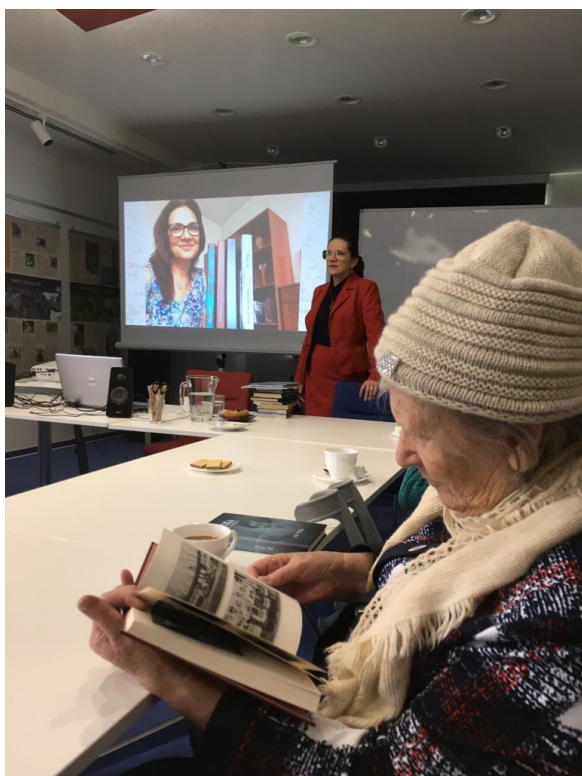
A jaká témata si pro nás v knihovně připravili?

## HISTORIE HORORU PODLE TOMÁŠE FIURÁŠKA

Tuto přednášku si řečník pro nás rozdělil do několika částí, např., Původ strachu, Původ strašidelných vyprávění, Horor jako žánr, Horor dnes nebo Nejznámější představitelé. Také nám některé strašidelné ukázky z knih i představil. Když byl na řadě upír, začali jsme se i malinko bát. Ale strach má velké oči, jak se říká.

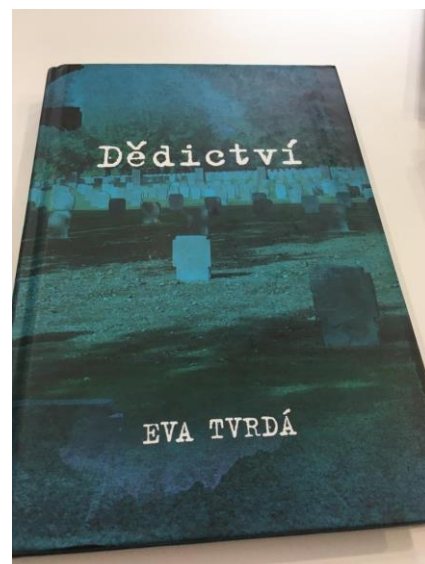
Pan Fiurášek nám vysvětlil původ strachu, jak už jsem se zmínila, a použil skvělou citaci Lovecrafta: "Nejstarší emocí lidstva je strach. A nejsilnější formou strachu je strach z neznáma."

Další přednáška se týkala **SEZNÁMENÍ SE SE SPISOVATELKOU EVOU TVRDOU.**



Na této přednášce představila spisovatelka sebe i své knihy. Paní Tvrdá je Ludgeřovická rodačka, vystudovala Pedagogickou fakultu v Ostravě. T. č. vyučuje, píše knihy, které si také sama vydává. Píše především o lidech z našeho okolí a zajímá se o jeho historii. Vydala a vydává krásné knížky a sklízí úspěch i

pochvaly od svých čtenářů. Jedna z nich je i paní Šmauzová, která již od Evy Tvrdé přečetla více knih a ohodnotila je velmi kladně. Paní Tvrdá vydala knihy, jako např., Dědictví, Třešňovou alejí nebo Okno do pokoje. V knihách spisovatelky se často prolíná téma – Osudy lidí na Hlučínsku od 30. let až po současnost. Píše ale i detektivní příběhy a o to je její práce zajímavější.



Milí klienti, jsme rádi, že přijímáte pozvání do Knihovny města Ostravy a přejeme Vám užitek a pěkné zážitky z těchto přednášek.

*Marcela Losová, DiS., PSS VČA*

## PÁNSKÝ KLUB V ZIMNÍM OBDOBÍ

Protože nám zimní čas neumožnil trávit Pánský klub procházkami po okolí, přesunuli jsme se na několik měsíců do prostoru našeho



Domova. Nejdříve to byla kulturní místnost třetího patra a později Minimarket.

Jednalo se o několik tematických setkání s povídáním. Inspiraci pro výběr tématu s názvem Karviná, poskytl jeden z uživatelů. Tento uživatel je vášnivým posluchačem tzv. audio knih a město Karviná jej zaujalo. Společně jsme pak toto téma zpracovali. Tímto bych chtěla apelovat i na ostatní (nejen) pány, pokud mají nějaký zajímavý nápad a oblast, kterou bychom mohli zmínit příště, budu se těšit. Při dalších setkáních jsme dále prozkoumali oblast báňského záchranářství a Socialistický realismus v architektuře Ostravy Poruby. Konkrétně báňské záchranářství se ukázalo jako téma na delší povídání, jelikož ne jeden z uživatelů na šachtě pracoval, nebo alespoň zná příhody z této profese.

Každé vyprávění je obohaceno o fotografie na informačním panelu. Někteří pánové pak po skončení využili možnosti zapůjčit si materiál ke čtení ve svém volném čase.

Pánské setkání v těchto zimních měsících mělo své kouzlo a velkou výhodu v tom, že se mohlo zúčastnit více mužů a tím vznikla nová přátelství. Vzájemně jsme si vyměnili názory a zkušenosti.

Nejednou se k nám přidaly také dámy. Pokud počasí dovolí, budeme již v rámci Pánského klubu využívat procházek.

*Markéta Kuklová, PSS VČA*



## NÁVŠTĚVA Z DIVADLA LOUTEK OSTRAVA



Ku příležitosti 100letých narozenin naší klientky p. Idy Říhoškové /leden 2023/naše zařízení navštívili zástupci Ostravského divadla loutek, kteří ji přišli popřát k tomuto výročí. Paní Ida Říhošková je jedna z posledních pamětnic počátků vzniku tohoto krásného divadla pro dětské publikum, které začalo svou činnost v roce 1946 pod názvem Dřevěné království. Delegace ve složení paní ředitelky, manažerky a zástupce techniky spolu s paní Říhoškovou zavzpomínali na počátky

vzniku divadla, její výrazné osobnosti a různé vtipné události spojené s tehdejší činností instituce. P.Říhošková byla velmi potěšena, nejen z této návštěvy spojenou s gratulací k jejímu výročí, ale rovněž z prezentů divadla – kytice, propagace divadla a v neposlední řadě objednaný vstup na divadelní představení.

15. 5. 1953 bylo oficiálně založeno Krajské divadlo loutek Ostrava s divadelním principálem Zdeňkem Hapalou s působištěm na tehdejším nám. Lidových milicí až do roku 1999. Divadlo tedy bude letos v květnu slavit 70 let od svého vzniku. Paní Říhošková coby poslední pamětnice byla požádána vedením divadla o poskytnutí zážitků z jejího působení, protože jsou velmi vzácné. Vedení této kulturní instituce, projevilo zájem o televizní záznam dokumentu jejich vzpomínek na její činnost v této oblasti, která byla pro všechny generace dětí nádherných prožitkem.

## BYLINKAŘENÍ NA KAMENECI



Již v průběhu minulého léta jsme v našem zařízení zahájili novou volnočasovou aktivitu, kterou jsme nazvali zahradní terapie. Probíhala jednou týdně v pátek odpoledne na naší krásné zahradě a byla určena pro uživatele všech pater. V rámci této aktivity jsme se starali o bylinky, které jsme vyseli do pěstebních stolů, ale také o bylinky, které již rostly přímo v záhonech a kterým se tam již několikátým rokem skvěle daří. Jedná se o klasické bylinky,

jako je šalvěj, meduňka, pažitka, tymián, měsíček, máta, levandule a mnoho dalších. Již zmiňované pěstební stoly jsou skvělou volbou, protože si mohou práci s bylinkami užít i imobilní uživatelé na transportním vozíčku.

V zimních měsících jsme pak sklízeli ovoce letní práce a v rámci bylinářské dílny vyráběli výrobky z těchto bylinek. Některé bylinky jsme i nasušili a použili. A co jsme všechno vyrobili? Skvělé šalvějové víno, které jsme vyrobili macerováním šalvěje v bílém víně, také tinkturu ze šalvěje a v neposlední řadě i měsíčkovou mast. Tu jsme vyráběli z měsíčku a škvařeného sádla. Při tvoření bylinných výrobků jsme si povídali o bylinkách, vzpomínali, kdo co pěstoval na své zahrádce a samozřejmě u toho popíjeli skvělý bylinkový čaj.



V letošním roce budeme určitě pokračovat v našem bylinkaření. S kolegyní Marcelou Losovou jsme absolvovaly kurz, který se věnoval právě využití přírody pro aktivizaci uživatelů sociálních služeb. Tento kurz se konal v nádherném prostředí, uprostřed přírodního parku Balinského údolí, nedaleko Velkého Meziříčí. Tam jsme se dozvěděly spoustu informací ohledně např. přírodních zahrad a také ekologického pěstování rostlin. Já se budu věnovat bylinkám a kolegyně Marcela potom pěstování především zeleniny. Skvělým doplněním jsou výrobky kolegyně Markéty Kuklové, která s uživateli ve výtvarné dílně vyrábí i keramické zápichy do záhonů s názvy a obrázky rostlin. Tyto zápichy už zdobí v současné době naše záhony.

V letošním roce bude naše bylinkaření odstartováno prvním setkáním a to ve středu 26. dubna, na zahradě u pergoly.

Tímto vás všechny, kdo rád zahradničí, srdečně zveme a těšíme se na naše pravidelné setkávání každou středu od 13:30 hod.

Tak ať nám to roste!



*Bc. Renata Antlová, PSS VČA*



## BLÍŽE K PŘÍRODĚ



Na základě nových poznatků Zahradní terapie, Vás, milí klienti, zveme blíže k přírodě. A to je nejvyšší čas, protože příroda se probouzí a je proto příjemné ji vyjít naproti. V rámci programu volnočasových aktivit pro vás připravujeme nejrůznější témata vycházející z přírody a směřující k přírodě. Nejenže se chystáme, ale vlastně jsme už i začali, více se zajímat a opírat o informace, znalosti, zkušenosti směřující k zahradničení na naší zahradě nebo na balkonech a pracujeme s půdou,

kde vysazujeme semínka zeleniny, bylinek či květin. Chystáme pro vás přednášky s tematikou Přírody. Nabízí se výlety na výstavy rostlin. Již nyní běží v Rámcovém plánu volnočasových aktivit pozvánka na výstavu květin do Kroměříže – Floria Jaro – zahradnická prodejní výstava. Lidé odpradáвна objevovali léčivé účinky rostlin a začali je pěstovat. První příklady medicínského i terapeutického využití zahrady se objevovaly ve starém Egyptě. I antičtí lékaři, např., Hippokrates doporučoval pro lepší stav těla i mysli lidem pobyt na zahradě, ať už šlo jen o relaxaci nebo práci na zahradě. Člověk je součástí živé přírody a pravdou je, že příroda léčí, uzdravuje a pomáhá. Pobyt i aktivity v přírodě člověka uvolní, uklidní, zbaví stresu, pomáhá zapomenout na všední starosti. Zahrada stimuluje a uspokojuje naše smysly. Přináší i radost z vykonané práce a ještě větší radost, když vidíme, že nám přináší užitek, např. z dobré úrody zeleniny aj. rostlin. Máme krásnou zahradu, která nabízí spoustu možností, je jen na vás, kterou z nich si zvolíte.

Milí klienti, zveme vás BLÍŽE K PŘÍRODĚ!

*Marcela Losová, DiS., PSS VČA*



## MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN



Mezinárodní den žen byl vždy prioritou měsíce března spojený s kyticí či jinou pozorností ze strany životních partnerů, ale i s oceněním zaměstnavatelů.

Pro toto významné datum jsme skoro měsíc vytvářely strukturu náplně zábavného programu – p. Losová a p. Košárková, jehož náplň by obsáhla větší časové rozpětí, ale zaměřily jsme se na hlavně období, v kterém se naše klientky pohybovaly, tzn. záznamy humorných scének, hudba, vtipy aj. poplatné době jejich produktivního věku. Dalo by se říci, že jsme touto akcí zabruslily do oblasti reminiscence, což vyvolalo následné pochvaly ze strany našich klientů, kteří si rádi zavzpomínali na dobu, která je již naší a mladší generaci vzdálená.

*Eva Košárková a Marcela Losová DiS., PSS VČA*

## CESTUJEME I BĚHEM ZIMNÍCH MĚSÍCŮ



I během zimních měsíců, kdy venku sněží a mrzne, cestujeme a neseďme u kamen.

Během prvních tří měsíců, kdy sluníčko odpočívalo, jsme pátky využívali k cestování. Protože venku je opravdu zima, volili jsme spíše návštěvy cukráren a restaurací, které byly součástí zajímavých objektů a prostředí.

V lednu jsme jeli hýčkat naši psychiku do lázní Klimkovic, kde jsme mezi vůní bylinek a mastí mohli sedět v restauraci

u dobrého dortíku a pozorovat lázeňské hosty, či navštěvovat tamní malé obchůdky. Během dalších dvou měsíců jsme opakovaně navštívili Čeladnou. I když na Čeladnou jezdíme častěji, vždy si sebou odnášíme vzpomínky na něco nového, jiného. Naposledy jsme navštívili pizzerii Siesta, protože našim cílem bylo ochutnat jejich specialitky. Chutě nám totiž udělali klienti z prvního patra, protože tuto pizzerii navštívili před námi a nemohli si ji vynachválit. A měli pravdu, v krásném prostředí dobré jídlo. Nechybělo ani veselé povídání, neuniklo nám téma oslavy 70. narozenin bývalé první dámy Dagmar Havlové. Hezké chvílky v podobě výletů si umíme udělat, i když nehřeje sluníčko. Ale smutní jsme nebyli, o teplo a dobrou náladu během cesty se postarali skvělí řidiči. Zima na těle ani na duši nám nebyla.

*Marcela Losová, DiS., PSS VČA*

# NÁVŠTĚVA KNIŽNÍHO FESTIVALU



Třetí březnový den patřil výletu na Knižní festival, který se konal na výstavišti Černá louka v Ostravě. Jedná se o dvoudenní akci, na které nalezneme především knižní novinky nakladatelů z celé České republiky. Na své si přijdou milovníci všech žánrů. Naše dámy dávají přednost románům a životopisům. Muži pokukovali spíše po odborných knihách a sbírali propagační materiály, které si pak odnesli. Někteří si zde nakoupili knižní dárky pro své blízké. Nákupy to byly výhodné, jelikož zde byly výrazné slevy. Projít si všechny stánky by zabralo spoustu času, tolik zajímavostí tam bylo. Součástí festivalu byl i bohatý doprovodný program. A právě ten nás zajímal. Mířili jsme totiž na debatu s názvem „Blízká setkání Aleše Cibulky“, kde měla být hostem populární autorka Karin Lednická. Naši klienti ji mají spjatu s knihou Šikmý kostel, která už vyšla ve dvou dílech. Z povídání jsme se dozvěděli informace o autorčině tvorbě, jaká mravenčí práce předchází vzniku knihy. Autorka odhalila, jak studuje historické materiály, jezdí po kraji a vypráví si s pamětníky. Skládá střípky informací, ze kterých pak vychází. Samotné psaní knihy už je pak pro ni prý pověstnou „třešničkou na dortu“. Častým dotazem, se kterým se setkává, je, kdy vyjde třetí pokračování knihy. Dozvěděli jsme se, že letos to nebude. Své knihy píše pečlivě a příprava je skutečně podrobná. Tato beseda byla první festivalová, jednalo se tedy o jeho zahájení a vše bylo přenášeno v přímém přenosu na vlnách stanice Český rozhlas Dvojka. Naši uživatelé měli jedinečnou příležitost podívat se, jak takové vysílání probíhá, jak spolu komunikuje moderátor a režisér před vysíláním, jak se pouští hudba a reklama mezi vyprávěním. Během dne a sobotního programu zde byly další besedy, autorské čtení, křty knih apod. Tento festival se stane našim cílem i v příštím roce.

## VÝSTAVA FILMOVÝCH PLAKÁTŮ



Dne 24. 3. 2023 jsme navštívili a prohlédli si vystavené promítací stroje, filmové plakáty, které byly v Havířovském kině Centrum.

Promítací stroje pro malá a střední kina „Nepton IV“ byl používán v kině od roku 1967 pro promítání filmových týdeníků a krátkých filmů. Začátkem provozu bylo kino vybavené obloukovou lampou. Kolem roku

1985 byla tato lampa demontována a nahrazená novou. Tento promítací přístroj ustoupil v roce 1997 nově montovaným promítacím strojům.

Tyto promítací přístroje byly umístěny v patře, kde pro nefunkční výtah prohlídku provedli jen ti, co schodiště vyšli. Dále jsme prohlédli vystavené filmové plakáty a poté využili kino – kavárnu, kde přišla vhod káva se zákuskem dle nabídky. A to ukončilo výletní den v Havířově.



*Alexandra Zlamšídlová, PSS VČA*



## TVORBA V NAŠEM ATELIÉRU



Naši uživatelé se stále pravidelně setkávají v ateliéru, kde se věnují rozličné tvorbě. Využití materiálů a nápadů je prakticky nekonečné. Stále se dá najít nová inspirace. Vycházíme z dostupného materiálu, nálady, ročního období i konkrétní poptávky, tak jak tomu bylo před Velikonocemi, kdy vznikaly výrobky na prodejní akci. Jednalo se o prodej

v rámci Velikonoční veselice, kde měli klienti a jejich rodinní příslušníci možnost se společně pobavit a u té příležitosti si nakoupit výrobky. Velmi nás potěšil zájem, se kterým zboží mizelo z prodejního stolu.

Nově jsme zkusily s kolegyní Renatou Antlovou, která se věnuje zahradní terapii, osázet keramické hrnečky bylinkami, čímž se budeme do budoucna více zabývat. Také v zahradě můžete najít něco z tvorby klientů, prozatím jsou to keramické popisky u bylinek.

V neposlední řadě se můžeme také pochlubit tím, že naše výrobky si odnesla z návštěvy Domova také první dáma, paní Eva Pavlová. Jednalo se o výrobky z keramiky a košíky, které vznikají v rámci košíkářské dílny pod vedením paní Evy Košárkové a nově také Radky Řezaninové. Náš ateliér je velmi dobře vybaven



především k práci s keramickou hlinou, proto této možnosti tvorby naplno využíváme. Je to práce skutečně oblíbená. Klienti procvičí své

prsty touto kolikrát velmi detailní prací. Keramická hlína je vhodná skutečně pro každého, vždy se dá upravit podle potřeb a schopností daného klienta. Někteří dávají přednost vykrajování, jiní si troufnou i na modelování dle fantazie, či předlohy. Klienti mezi sebou spolupracují a vznikají krásné věci. Jsem ráda, že tvorbě se u nás věnují rovněž muži. V předvelikonočním čase navštívily náš ateliér také dobrovolnice z Adry. Za využití barevných papírů vznikaly dekorace, které pak byly použity k výzdobě na druhém patře. Toto setkání bylo milým zpestřením pro všechny.

*Markéta Kuklová, PSS VČA*

## CESTY PO JIŽNÍ AMERICE



To byl název přednášky, kterou zrealizovala pro své spolubydlící z třetího patra paní Jarmila Karkošková. Přednášku si začala připravovat poté, když si začala všimnout zájmu ostatních klientů o tuto tematiku – Zajímavosti z cest, ze světa, jak sdělila. Jelikož se svým manželem v minulosti navštívila spoustu zajímavých míst, měla svým posluchačům co nabídnout. Během své přednášky o vybraných státech Jižní Ameriky pracovala nejen se vzpomínkami a znalostmi o zemi, ale také s fotografiemi a mapou. Na programu přednášky byly tyto země: Argentina, Chile, Paraguay a Brazílie. Nelze touto formou všechny informace z cest čtenářům předat, proto vybrala jednu zajímavost a vzpomínku, která patří k jejím oblíbeným. Jarmila Krkošková vypráví: " Z Brazílie si sebou odnáším jeden silný zážitek a vzpomínku, a to, na Karneval v Riu de Janeiro. Měli jsme to štěstí, že v té době se karneval konal. Vstupenka na osobu v přepočtu na české koruny, stála



tehdy asi 6 000,-. Nejen v Riu, ale v celé Brazílii se snad nespalo. Mnoho lidí na ulicích, v klubech..., všude se tančila Samba, pilo se, zpívalo. Tanečníci, předně krásné ženy, měli nádherné kostýmy plné flitrů, třpytu. Jejich těla byla skoro odhalená a vypadalo to, jako by neměl nikdo žádný problém. Zajímavé vzhledem ke



karnevalu je to, že vznikají školy Samby a skupiny tanečníků pak během karnevalu soutěží o nejlepší výkon. Také ty nádherné kostýmy, velmi drahé, mají většinou lidé sociálně slabí. Celý rok pracují, aby si ten kostým mohli dovolit a aby jednou v roce se mohli cítit jako zámožní a bezstarostní. Stojí jim za to takto se cítit pouhé čtyři dny. Jde opravdu o událost dechberoucí, plnou veselí, barev, temperamentu..., opravdu impozantní, vzrušující... Dozvěděla jsem se, že počátky karnevalu sahají až do roku 1723, tehdy se konal jeho první ročník.

Mohu potvrdit, že tato událost na mne silně zapůsobila a byla jedinečná. Děkuji, že jste chtěli být u těchto vzpomínek se mnou."

*Marcela Losová, DiS., PSS VČA*



# VZPOMÍNKA NA NAĎU URBÁNKOVOU



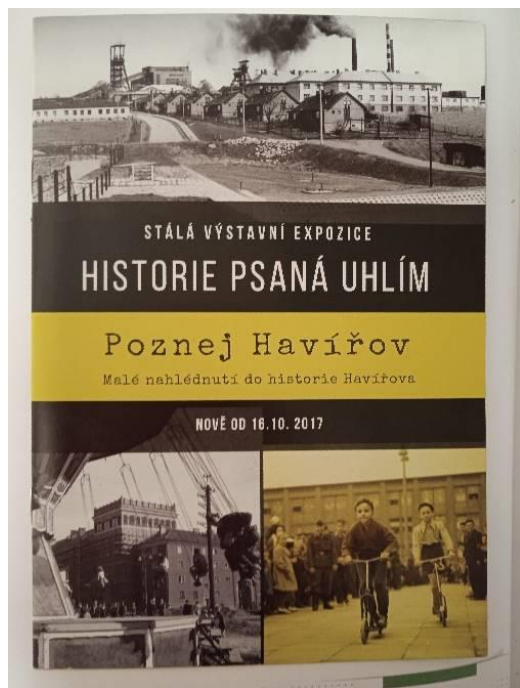
Letos v únoru nás navždy opustila česká zpěvačka a herečka Nad'a Urbánková.

Proto jsme se sešli zavzpomínat si zejména na její krásné

písničky. Součástí programu byly také ukázky z filmů a zábavných silvestrovských pořadů a informace z jejího života. Asi si každý pamatuje písničky, jako např., Můj Vilém peče housky, Závídím nebo Drahý můj. Nad'a Urbánková si zahrála i v několika filmech. Můžete si vybavit komedii Na samotě u lesa, kde ztvárnila manželku herce Smoljaka, který nikdy nemohl přes hlučný provoz, lépe řečeno ukázkou funkčnosti historického mlýna a mletí mouky, povědět, jak to tenkrát bylo. Za svou práci jako zpěvačka, především, získala řadu ocenění. Opakovaně se umísťovala na prvním místě v anketě Zlatý slavík. Svou kariéru budovala již během studia na Střední zdravotnické škole, kdy se měla stát zdravotní sestrou. Dala přednost práci v Semaforu a natáčení filmů. Vystupovala nejen na domácí scéně, ale i v zahraničí. Nad'a Urbánková byla jednou z oblíbených tváří naší kulturní scény. Byla hezká, talentovaná, příjemná, měla smysl pro humor... byla statečná a nikdy se nevzdávala. Taková byla Nad'a Urbánková.

*Marcela Losová, DiS., PSS VČA*

# MUZEUM HORNICTVÍ HAVÍŘOV



Že je zima nevadí,

výlet ten Vás naladí.

Oblečte se teple,

nezapomeňte na fusekle.

Do auta se vejdemo,

za půl hodiny tam budeme.

Už nás čeká krásná průvodkyně

a malé nahlédnutí do

hornické historie.

Spoustu exponátů z černého dolu,

ještě že nemusíme fát „dólu spolu“.

Na závěr promítli nám film,

abychom měli o těžbě představu.

O budoucnost a zdroje energie

mám však velkou obavu.

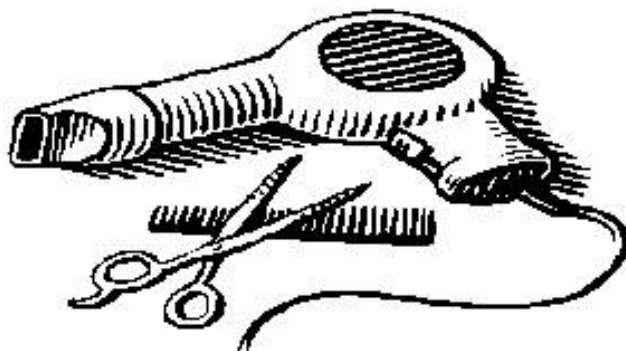
Cena elektřiny nahoru letí,

ještě bude uhlí dobré,

milé děti.

*Radka Řezaninová, PSS VČA*

# PODĚKOVÁNÍ



Vážená naše paní kadeřnice.

Ráda bych Vám poděkovala a určitě i jménem dalších pracovníků DpS Kamenec za Vaši obětavou práci spojenou s reprezentací našich klientek /hlavně pěveckého sboru Kameňáček/ za Váš profesionální přístup k náhlým akcím organizace, za což Vám jménem zařízení děkuji a doufám i nadále v plnou spolupráci.

PS: Ráda bych zdůraznila přípravu vizáže klientek – 8.března 2023  
– 28.března 2023  
– 5.dubna 2023

*Eva Košárková, PSS VČA*

## DOBROVOLNICTVÍ V NAŠEM ZAŘÍZENÍ



Dobrovolnická činnost v Domově vede ke zkvalitnění péče o naše klienty.

Dobrovolníci dělají spoustu užitečných věcí, aniž by očekávali finanční odměnu.

Dobrovolnictví otevírá Domov široké veřejnosti, vytváří prostor pro setkání lidí všech generací, vede k prolínání světa zdravých a nemocných a umožňuje sdílení životních osudů.

Dlouhodobě spolupracujeme v této oblasti s dobrovolnickým centrem ADRA

Ostrava, dále pak s ostravskou společností Liberty a s internetovými stránkami Zapojimese.cz. Tyto organizace k nám vysílají dobrovolníky pro pomoc osamělým seniorům.

A nově v posledních dvou letech se k nám dobrovolníci dostávají i přes projekt Ježíškova vnoučata, či se jedná o lidi, kteří nám pomáhali v době covidové na odděleních a následně zde již zůstali jako společnost pro seniory.

V případě zájmu o dobrovolnickou činnost, prosím kontaktujte pracovníci:

Mgr. Blanka Janošková

Tel: 599 505 076

Mobil: 734 375 837

e-mail: [janoskova@dpd.ovanet.cz](mailto:janoskova@dpd.ovanet.cz)



Příští číslo vyjde v ČERVENCI 2023

Uzávěrka pro posílání příspěvků do 30.6. 2023 na email: [janoskova@dpd.ovanet.cz](mailto:janoskova@dpd.ovanet.cz)

Předběžný plán akcí na DUBEN – ČERVEN 2023

- Pravidelné setkávání na zahradě, opékání, zahradní terapie
- Přednášky na různá témata, společenské akce
- Návštěva Zoo Ostrava
- Návštěva Starobělského pivovaru a Koliby
- Spolupráce s Knihovnou města Ostravy a dobrovolníky

*Všem velmi děkujeme za příspěvky, za možnost zveřejnit fotky a přejeme hodně zdraví a šťastných chvil.*

*Redakční rada*

*Mgr. Blanka Janošková*

*Markéta Kuklová PSS VČA D3*

*Mgr. Veronika Kašingová*

Domov pro seniory Kamenec, Slezská Ostrava, příspěvková organizace  
Bohumínská 1056/71, 710 00 Ostrava, Tel: 599 505 111, Fax: 595 223 064, e-mail:  
[dpd@dpd.ovanet.cz](mailto:dpd@dpd.ovanet.cz), web: [www.dpskamenec.cz](http://www.dpskamenec.cz).

Vydáno v počtu 25 Ks.

Dostupné na [Domov Kamenec \(ostrava.cz\)](http://DomovKamenec(ostrava.cz)).