

POHODOVINY



SLOVO ŘEDITELKY

ZPRÁVY Z DOMOVA

PŘÍSPĚVKY KLIENTŮ

Vážení přátelé, milí obyvatelé našeho Domova, opět je mi ctí představit vám nové číslo POHODOVIN, našeho čtvrtletníku, který informuje o dění v domově pro seniory i v pečovatelské službě. Tak jako tomu bylo v minulých vydáních, i toto pro vás připravila naše redakční rada, jejíž členy jsou také paní Běla a pan František. Na jejich básně a texty se vždy těšíme a není tomu jinak i tentokrát.

Úvodní slovo bych ráda věnovala poděkování. Na konci srpna jsme uspořádali 5. ročník Podzimní slavnosti. Připravit pečené prase pro cca 200 lidí není úplně jednoduchá věc. Vyžaduje to nejen organizační schopnosti, ale i ochotu věnovat svůj čas, energii a dobrou náladu. Pohodovému týmu se to daří, alespoň podle vašich reakcí. Do příprav i průběhu akce vkládal kus sebe, a právě proto má Podzimní slavnost takovou sílu a kouzlo. Celý den se nesl v přátelské atmosféře, vy, naše dámy a pánové, i vaši nejbližší a přátelé našeho Domova si slavnost naplno užili. Poděkování tedy patří týmu domova pro seniory, který slavnost připravil, ale také dobrovolníkům, Městu Netolice a všem podporovatelům.

Věřím, že vás potěší i program v následujících měsících a také adventní čas i vánoční večere s vašimi nejbližšími. I letos budou tři. S předstihem vás budeme informovat o termínech, abyste si mohli rezervovat stůl. Program i slavnostní menu budou výjimečné, pohodový tým na nich již nyní pracuje. Jsem hrdá, že máme v našem Domově tak skvělou partu lidí, kteří dokážou společně vytvořit nezapomenutelné chvíle pro naše dámy a pány, přátele a návštěvníky.

V pohodě v Pohodě

Andrea Tajanovská, ředitelka



I nadále několikrát do měsíce připravujeme oblíbenou kinokavárnu, kde si společně, u dobrého zákusku a šálku kávy, vychutnáváme oblíbené filmy a seriály na pokračování. Aktuálně je program kinokavárny zaměřen na seriál Král Šumavy, který si naše dámy a pánové sami vybrali. Úspěch kinokavárny je zaručen, neboť spojuje kulturní i společenské zážitky s odpočinkem a pohodovou atmosférou.

D. Holubová



Naše dámy a pánové se vrátili zpět ve vzpomínkách díky Kufru plnému vzpomínek. Uvnitř se ukrývaly předměty, které připomněly jejich mládí, dětství i rodinný život. Atmosféra byla plná emocí, sdílení a milých úsměvů. I obyčejné věci dokázaly vyvolat silné vzpomínky a přinést radost do běžného dne. Společné chvíle měly opravdovou sílu. Takové okamžiky jsou pro nás nesmírně cenné.

D. Holubová



V Domově pravidelně pořádáme cestovatelské přednášky, které se těší velkému zájmu. Na známá i méně známá místa nás ve svých poutavých vyprávěních zavádějí nejen Jakub Greschl či Tadeáš Šíma, ale i naše paní ředitelka. Každá přednáška je plná zážitků a zajímavostí, které posloucháme se zatajeným dechem. V poslední době jsme se například vydali nejen po Filipínách, ale také po nedalekých Holášovicích.

M. Búzková

Pohodový den ve lhenické kavárně

Jedno krásné odpoledne jsme se s našimi milými dámami a pány rozhodli vyrazit za příjemnou atmosférou a vynikajícími zákusky. A nemohli jsme zvolit lépe než kavárnu Darinka ve Lhenicích. Hned po příchodu nás přivítalo útulné prostředí a milý personál. Usedli jsme ke stolům, kde jsme si v klidu popovídali, zasmáli se a užili si vzácné chvíle společného setkání. Každý z nás si pochutnal na sladkých dobrotách, které byly nejen pastvou pro oči, ale především pro naše chuťové pohárky. A nechyběla ani sklenka výtečného vína. „Kombinace zákusku a vína, no to je něco pro mě,“ pochvalovala si paní Aloisie Buchtelová.

D. Holubová



Vycházka na zříceninu kláštera a hradu Kuklov

Nedávno jsme si dopřáli krásný výlet do jihočeské krajiny. Naším cílem byla zřícenina kláštera a hradu Kuklov, která nás okouzila nejen svou historií, ale i klidnou atmosférou a nádhernou přírodou. Vypravili jsme se na procházku, během níž jsme si prohlédli pozůstatky kdysi významného místa a měli možnost nasát trochu té dávné historie. „Je to tady opravdu zajímavé a takové tajemné“, sdělila nám paní Běla Šefránková. Po procházce jsme se přesunuli do nedaleké Chmelenské hospody, kde jsme si dopřáli výborný oběd a sdíleli zážitky i dojmy z výletu. Jídlo bylo tak skvělé, že už teď víme, že se sem určitě rádi vrátíme.



D. Holubová

Tradiční výlet do Holašovic

Tak jako každý rok, i letos jsme se s našimi dámami a pány vydali na oblíbený výlet do malebných Holašovic. Tato malá jihočeská vesnička, zapsaná na seznamu UNESCO, nás opět okouzila svou jedinečnou atmosférou, udržovanou návší a krásnými selskými barokními staveními. „Tady se mi ale líbí. Já se přiznám, že jsem tu dlouho nebyla,“ sdělila nám paní Marie Hambergerová. „Je to tady vskutku moc hezké,“ přitakávala paní Alžběta Kučerová. Po vydatné procházce a příjemných rozhovorech o krásných domácích jsme zamířili do místní restaurace, kde jsme si všichni dopřáli zasloužený odpočinek. Každý si vybral jídlo podle své chuti a společně jsme si pochutnali na výborném obědě, který byl příjemnou tečkou za povedeným výletem. Holašovice nás opět nezklamaly – a už teď se těšíme, že sem za rok zavítáme znovu.

D. Holubová



Po stopách armády

Také nás čekala jedna výprava určená výhradně pro naše pány. Ti se vydali na výlet do Prachatic, kde společně s ředitelkou Domova podnikli zajímavou cestu po stopách vojenské historie města. Během svého putování se seznámili s bohatou minulostí armády v Prachaticích. Pro naše pány to byla skvělá příležitost zavzpomínat na vlastní vojenská léta a podělit se o osobní zážitky z dob základní služby. „Jojo chlapi, to byli časy. To jsme ještě byli mladí hřebci,“ smál se pan Jan Havel. Závěr dne patřil příjemnému posezení v prachatickém pivovaru, kde si všichni společně vychutnali zasloužený odpočinek u dobrého piva.

M. Búzková



Dechberoucí výstava

Naše dámy si nedávno zpříjemnily den návštěvou netolického Muzea JUDr. Otakara Kudrny, kde právě probíhala výstava obrazů pana Zdeňka Fugase Plachty. Dámy jeho díla procházely se zatajeným dechem. „Tak tohle vyžaduje pořádný talent,“ ohodnotila jedno z děl paní Jaroslava Kyselá. A protože k pěkným chvilčkám patří i něco dobrého, cestou zpět jsme se zastavili na pravé italské zmrzlině, která byla tou pomyslnou sladkou tečkou za vydařeným dnem.

D. Holubová



Krásy nedaleké Kratochvíle

Nedaleko od našeho Domova se nachází zámek Kratochvíle, ke kterému máme zcela výjimečný vztah. Doslova se stal naší srdcovou záležitostí, a tak se sem několikrát do roka rádi vydáváme. Cesta k zámku je příjemnou procházkou, která nám dává prostor si popovídat, sdílet zážitky a jednoduše si užít chvíle společně. Každá procházka na Kratochvíli v nás



zanechává nové vzpomínky. "Sestřičko, tak tady už jsem dlouho nebyla. Je to tu tak krásný," usmívala se paní Marie Pöschlová.

D. Holubová

Zažít Netolice jinak

Je pro nás důležité, aby naše dámy a pánové zůstávali i nadále součástí netolické komunity. Právě proto jsme se vydali na akci Zažít Netolice jinak, kde jsme společně strávili příjemné odpoledne plné pohody, úsměvů a milých setkání. Za doprovodu vlídné hudby jsme si pochutnali na výborné kávě a domácích koláčích, které byly ještě teplé. Akce se zúčastnily také paní Zdeňka Vávrová a paní Jiřina Šindelářová, které dorazily v doprovodu našich pracovníků. „Sestřičko, je to hezké, vidět všechny ty lidi pohromadě,“ svěřila se nám paní Jiřina Šindelářová.

D. Holubová



Sportovní den ve Strakonících

I letos jsme s radostí přijali milé pozvání od Domova pro seniory Rybníční ve Strakonících na tradiční sportovní hry pro seniory. Těchto her jsme se zúčastnili již podruhé – a protože jsme byli z minulého ročníku nadšení, těšili jsme se, co přinese ten letošní. Celý den byl velmi zábavný a plný zdravého pohybu. Naše dámy a pánové se s chutí zapojili do připravených disciplín, které byly přizpůsobené různým věkovým i pohybovým možnostem. Důležité ale nebyly sportovní výkony, nýbrž radost ze společného setkání a sdílených zážitků. Den si obzvláště užila paní Mariana Maroushkova, která nám s úsměvem pošeptala: „Je to sranda, to bych si klidně hned zopakovala.“

M. Búzková



Originální návštěva dravců

Rádi připravujeme pro naše dámy a pány originální a výjimečné akce. Jednou z nich byla v tomto období i návštěva pana Radka Jareše s dravci. Setkání proběhlo na terase a bylo naprosto mimořádné. „Tak to je nádhera. To jsem ještě neviděl,“ sdělil nám s úžasem pan Vladimír Ploner. Naše dámy a pánové měli možnost nejen sledovat celý program, ale také se do něj aktivně zapojit. A to byla teprve ta pravá podívaná.

D. Holubová



Další návštěva poníka Smajlíka

Není to tak dávno, co se terasa našeho Domova zcela zaplnila. A není se čemu divit – opět nás totiž navštívila naše milá Milena Malinová se svým poníkem Smajlíkem, který okamžitě přitáhl pozornost všech přítomných. Jako při každé předchozí návštěvě si poník Smajlík i tentokrát získal srdce všech našich dam a pánů



svou klidnou povahou, hebkou srsti a roztomilým vzhledem. Velkou radost měla paní Vlasta Kůrová, která si poníka nejen pohladila, ale také mu připnula sponku a upletla copánek. „Ten je tak nádherný,“ rozplývala se. A s ní i všichni ostatní přítomní.

M. Búzková

A zase ti králíci

Ani v tomto období nechyběla návštěva Báry Kroupové a jejích králíčích přátel. Králíčí návštěvy u nás probíhají především na pokojích našich dam a pánů – a je úžasné sledovat, jaký mají tyto chvíle vliv. Králíci dokážou nejen zklidnit, ale také potěšit a vykouzlit úsměv na tváři. Jako vždy nechyběly dojemné ani vtipné vzpomínky z dob mládí, kdy byli králíci běžnou součástí domácností. Velmi potěšené byly i naše dámy, paní Helena Schejbalová a paní Marta Černá, které si s úsměvem



zavzpomínaly právě na časy, kdy měly králíky doma.

M. Búzková

Nechyběla ani papouščí banda

A i s papoušky bylo u nás v Domově opět veselo. Papouščí banda Klára, Rio i Kraken byla znovu hvězdou dne. Jejich pestré peří, živá povaha a zvědavý zájem o dění kolem si nás všechny naprosto podmanily. Jako vždy s sebou přivezli i další zvířecí radosti, například morčata nebo nového černého kocoura. Všechna zvířata jsou zvyklá na blízký kontakt s lidmi, takže si je naše dámy a pánové mohli s radostí pohladit a pomazlit. Setkání bylo příjemným zpestřením dne a pro některé dokonce vrcholem celého týdne. Bohaté zážitky si odnesli i paní Růžena Kučerová a pan Vilém Mráz, kterým papouščí krasavice Klára seděla přímo na rameni.

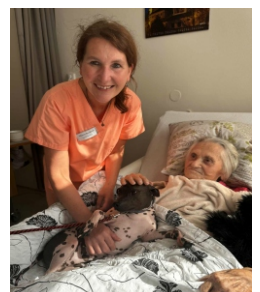
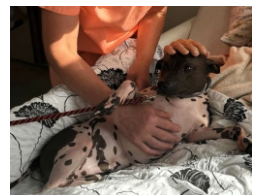
M. Búzková



Unikátní psí návštěva

A aby toho na závěr nebylo málo, představujeme vám Boženu, Bedřicha a Cyrila – naše psí společníky. Velkou radost z jejich návštěvy měla především paní Květuše Vávrová. „To je jeden Bertík vedle druhého,“ radovala se s úsměvem.

D. Holubová



Okamžiky ze smyslové aktivizace

V Domově pro seniory i nadále aktivně pracujeme na zvyšování kvality poskytovaných sociálních služeb, a tím i na zlepšování kvality života našich dam a pánů. Koncept smyslové aktivizace u nás uplatňujeme již několik let – během této doby se stal přirozenou součástí každodenní péče i volnočasových aktivit.

D. Holubová



Střípky z Podzimní slavnosti



Oblíbený bingo turnaj

I nadále se v Domově těší velké oblibě hra Bingo, která se stala stálíci v našem pohodovém programu. Naše dámy a pánové se do ní pravidelně zapojují v hojném počtu a vždy se těší na další kolo plného napětí a hlavně zábavy. „Já jsem na to čekal celý týden. Bingo patří mezi moje nejoblíbenější hry. Rád vždycky přijdu,“ pochvaloval si pan Josef Tománek. Bingo pro nás nepředstavuje jen pouhou hru, ale také způsob, jak zcela nenásilnou formou potrénovat paměť a postřeh. Právě proto nás velký zájem těší — a už teď se těšíme na další bingo turnaj!



M. Búzková

V čele s hudbou



I nadále nás dvakrát do měsíce navštěvuje naše dobrovolnice, paní Dagmar Koutová, se svým pohodovým muzikohraním. Její program se stal pro naše dámy a pány radostnou událostí, na kterou se vždy těší. Dáša nikdy nezapomene přinést celou svou sbírku hudebních pomůcek a nástrojů — od bubnů až po netradiční rytmické nástroje. „Já to tedy vůbec neumím, ale ráda to zkusím,“ smála se paní Jiřina Pořádková. Dáša vše ochotně a s úsměvem zapůjčuje, aby si každý mohl muzikohraní vyzkoušet podle svých možností a chuti. A během programu samozřejmě nechybí ani její čtyřnohá partačka Joudy, která si získala naše srdce.

D. Holubová

Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR
a Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR vyhláší
v rámci Týdne sociálních služeb ČR

**Celostátní
Den
otevřených
dveří**
poskytovatelů
sociálních
služeb

Pomáháme vám
vzkvétat

30.09.2025

kdy

Domov pro seniory Pohoda

kde

10.00 hodin

17.00 hodin

od

do

www.tyden-socialnich-sluzeb.cz



**Rádi byste s Vašimi
nejbližšími oslavili
narozeniny nebo jiné
důležité životní
události?**



Personál Domova pro seniory Pohoda Vám tuto slavnostní chvíli pomůže zorganizovat v prostorách zařízení a zajistí, abyste důležitá životní jubilea a okamžiky oslavili spolu se svými nejbližšími.

DOMOV PRO SENIORY
POHODA
NETOLICE



V případě zájmu kontaktujte sociální pracovnice na tel. 606 772 800, emailem na d.holubova@pohodanetolice.cz nebo při osobním setkání přímo v Domově.



JE TADY ZÁŘÍ – z pera Běly Šefránkové

Školy se otevřely a své žáky přivítaly.

Děti plné zážitků, mají co vyprávět,
o prázdninách si užívaly u babiček,
u moře či na výletech.

Paní učitelky mají velký úkol,
aby děti zklidnily a k učení je přiměly.
Přejeme jim i dětem hodně úspěchů,
a rodičům laskavou trpělivost.

My jsme všichni v dost pokročilém věku,
víme, že mysl by rukám povel dala,
ale ony ztuhlé jsou a ani cviky nepomohou.

Jistě nám bude nějaký čas ještě věnován,
já říkám po latinsky Dŭm spiro spéro,
neboli dokud dýchám, doufám.

A já doufám, že i příští rok,
dožijeme se pečeného prasátka,



stejně jako letos v srpnu.

A na závěr něco pro nás babičky.

Datum Tvého narození,
budeš brzy slavit holčičko,
ať ti jenom štěstím buší srdíčko.
ať tvé plány plní se ti,
měj dál pevnou vůli,
nezůstávej na rozcestí,
nic nevzdávej v půli.

Hlava ať tě nebolí,
hluboké měj spaní,
ať tě tvoji nejbližší,
hladí něžnou dlaní.

Smůla ať tě mívá,
zdraví ať tě nezklame,
ať ti velká radost,
často doma přistane.

Houbaři

– z pera Františka Nováka

Bylo pěkné počasí, teplo, houbařská sezóna v plném proudu. Bylo mi asi 10 let a vyšel jsem si se strejdou ráno na houby. Strýc mi řekl, kam všude půjdeme. Nejdříve na hráze třech rybníků, potom po kraji lesa a domů. Na hrázích prvního rybníka něco málo hub jsme našli. Poté byl na řadě druhý rybník a jeho hráze. Strýc našel hřiba, sehnul se pro něj. V trávě ležel klacek, já ho zvednul a jak byl strýc ohnutý, tak jsem ho tím klackem praštil přes záda až heknul. Strýc se narovnal a ve hněvu mě kopl do zadní části těla takovou silou, až jsem vletěl do rybníka.

Ze začátku se strejda smál, ale když viděl, jak se ve vodě plácám, tak pro mě do vody skočil. Z vody jsme vylezli oba mokří až na kůži. Rozložili jsme oblečení na trávu a šli hledat houby na zbytek hráze. Než oblečení uschlo, krátili jsme si chvíli koupáním a jen tak ležením na trávě. Když bylo oblečení suché, tak jsme se oblékli, strýc navrhl, že na další houby už nepůjdeme, tak se vyrazilo k domovu. Moc hub jsme sice nepřinesli, ale užili si krásný den u vody.



Léto v Domě s pečovatelskou službou

V letních měsících tráví obyvatelé Domu s pečovatelskou službou svůj čas na terase. Pan František Novák na terase sedává každé ráno a zdraví zaměstnance, kteří přicházejí nebo odcházejí z Domova pro seniory Pohoda. V odpoledních hodinách se k němu přidávají také ostatní obyvatelé Domu s pečovatelskou službou.

Při pěkném počasí je pro klienty na terase připraveno posezení se slunečníky, terasa je plná květin a bylinek jako je pažitka, libeček nebo bazalka a klienti zde pěstují také rajčata.

V letošním roce nám také mezi dlaždicemi vyrostla slunečnice ze zapadlého semínka při zimním krmení ptáčků. Pečovatelka Eva Fenclová ji opatrně přesadila do květináče a my tak budeme mít krmení pro ptáky na další zimu.

Pan Tomáš Suškleb na terase rád plete, v současné době šálu, nebo čte noviny a knížky. Paní Alžběta Ženišková s panem Františkem Novákem kromě trávení času na terase v létě také chodili do Domova pro seniory Pohoda na jejich oblíbené cestovatelské přednášky.

P. Pfeffrová



Podzimní slavnost



Na Podzimní slavnost se klienti Domu s pečovatelskou službou velmi těšili. V letošním roce se s námi přišli pobavit paní Alžběta Ženišková, pan František Novák, pan Vojtěch Pöschl a pan Tomáš Suškleb. Všichni jsme si posezení u muziky, dobrého jídla a pití moc užili a pečené prase bylo zaslouženým vyvrcholením celé akce. „Pečené maso a klobásy jsou výborné, pivo jako křen, moc jsem si pochutnal“ chválil si pan František Novák a ostatní s ním souhlasili. Paní Alžběta Ženišková také upekla na slavnost svůj vyhlášený punčový dort, po kterém se rychle zaprášilo. Příjemné posezení, hodování a vyprávění nás všechny bavilo až do večerních hodin.

E. Fenclová