



# Občasník

Vážení a milí čtenáři,

teplé podzimní dny stále lákají k vycházkám a posezení v naší krásné zahradě, kde na závěr léta „vyrostla“ nádherná dřevěná zvonička, v níž je upevněn náš zvon Archanděl Michael. V těchto dnech byla kolem zvoničky dokončena terénní úprava a provedeno vydláždění, takže je pro vás zvonička dostupná ze všech stran. Věřím, že si díky příhodnému počasí užijete závěr babího léta plnými doušky a pro blížící se sychravé dny ať je vám milým průvodcem a společníkem i toto číslo Občasníku.

ředitelka

## Obsah

Ohlédnutí za Létem	2
Okurková sezéna	4
Barvy podzimu	7
Zahrada	8
Velehrad	10
Vyházka na zámek	13
Koncert hudební cesta časem	14
Svatý václav	16
Sportovní den Soběsuky	22
Zvonička	23
Sportovní den	25
Konference	
Smyslové aktivizace	29
Okénko pro vounou chvílku	32
Pranostiky	33
Canisterapie	34
Jubilanti	36
Vernisáž	37
Přehled o klientech	41
Bajka o ukradené kořisti	42

Prázdniny utekly jako voda. Během prázdnin jsme s klienty vzpomínali, jaké byli dříve prázdniny, kam všude jezdili na dovolenou, jak ji trávili a užívali si jí. Kde byli nejdál, jaké byli jejich trampoty a hlavně jak velké zážitky je potkali, na co rádi vzpomínají.

Začal nový školní rok.

Mezi klienty máme také paní učitelky, které rády vzpomínají na začátek školního roku, jak se vítaly s novými žáky, rády povídají, jaké předměty učily.

Při dobrém dni a dobré náladě, nám řeknou i básničku v cizím jazyce. I když většina z nás je z Husákovy doby, tak nás ruský jazyk některé jen letmo obešel. Na pár slovíček si ještě vzpomeneme, ale musíme dlouho pátrat v paměti.

Jednou jsem se bavila s naší klientkou, která celý život učila ruský jazyk, že si pamatují jen pár slovíček z básničky, kterou jsme se ve škole učili. Když jsem jí je řekla, klientka chvíli přemýšlela a poté spustila a řekla mi tu básničku úplně celou. Její spolubydlící si na tu básničku také vzpomněla, ale už neznala slova.

Klientka byla velmi šťastná, že nám básničku mohla říct. Klientku jsme pochválili, protože řekla báseň celou, bez jakéhokoliv zaváhání nebo pauzy, také jsme jí zatleskali.

Klientka se celá rozzářila, usmívala se a štěstím jí svítily oči.

A o tom to je – povídat si s klienty, občas si přiznat, že neumíme to, co oni dělali celý život, pobídnout je, povzbudit, dodat jim impuls a pochválit je vlídným slovem. Klienti nám to vrátí, jak svým nadáním a schopnostmi, které mají skryté v hloubi duše, rozzářeným a šťastným úsměvem a jiskrami v očích.

Zdeňka Svobodová



Vital 1



Letos, stejně jako každý rok ji zahrádkáři vyhlíželi s nadšením. Ať jde o voňavé salátové dlouhány nebo křupavé nakládačky, nikdo jejich bohatou úrodou neopovrhne. Vždyť lahodí mlsným jazýčkům a ještě dělají dobře na těle.

Proč jsou okurky zdravé?

Okurka je oblíbenou zeleninou. Má vynikající chuť, ale téměř nulové kalorie. Navíc tělo zavodní a dodá mu spoustu důležitých látek, jako jsou vitamíny A, B, C či K, železo, mangan nebo draslík.

Okurky jsou skvělým zdrojem antioxidantů, flavonoidů a tříslovin, které zpomalují stárnutí a pomáhají bojovat s volnými radikály. Abychom z okurky získali maximum živin, měli bychom ji konzumovat včetně slupky. Oloupáním se připravujeme o velké množství vlákniny i zmíněných vitamínů.

Dobře naložené

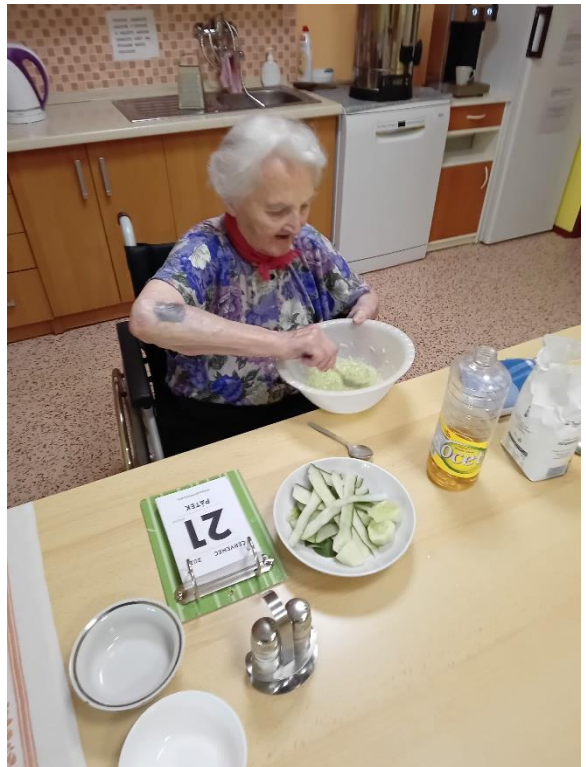
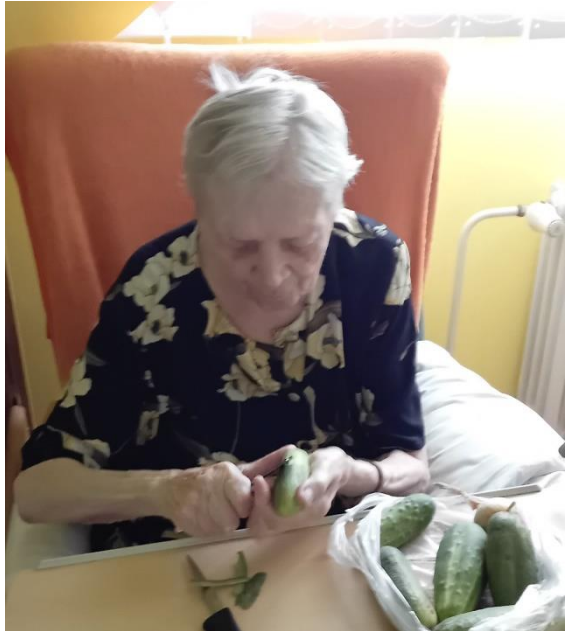
V případě nakládaček je jejich následné technologické zpracování jasné. Ovšem umění připravit správný lác se dědí z generace na generaci. A každá rodina jistě potvrdí, že jejich křupavé okurčičky jsou ty nejlepší.

Schválně, dáváte přednost malým křupavým nakládačkám, nebo raději připravujete v láku okurkové řezy? Přidáváte do sklenic mrkev, kopr nebo hořčičná semínka? Dovedete si v láku představit štiplavou chuť zázvoru nebo křenu? Nebo ke klasickému octu ještě přiléváte citronovou šťávu?

Podle Magdaleny Dobromily Rettigové by se k nakládaným okurkám měl přidávat dubový list, jiní gurmáni doporučují list vinný či višňový. Listy mají za úkol dodat láku potřebné třísloviny!

To my tady na Elánu jsme se s nakládáním nijak nezdržovali. Vůně čerstvě utržených okurek nás lákala k přípravě okurkového salátu. Někdo okrajoval, někdo strouhal, někdo dochucoval. Někdo nečekal a okurku snědl jen tak. Jiný nastavil o něco vyšší level a okurkový salát vytunil rajčátky, paprikou a cibulí.

Všichni dohromady jsme si ale náramně pochutnali!





Podzim nám přináší řadu nevšedních zážitků v podobě barev, vůní a chutí.

V tomto ročním období mohou náladu ovlivnit i neustálé změny počasí, které jsou pro tuto dobu typické. Blíže se můžete seznámit s měnící se přírodou pomocí všech smyslů.

Zrakem pozorujeme barvy, tvary a změny v přírodě. Sluchem poznáváme zpěv ptáků, šelest vánku a větru v korunách stromů a trávě.

Hmatem se seznamujeme s povrchem listů, kůrou stromů, trávou a mechem. Čich nám prozradí, jestli jsme v lese, na louce či na poli. Zda v ruce držíte houbu nebo jablíčko a chuť nám napoví o čerstvě utrženém ovoci a zelenině.

A co opékání špekáčků nebo brambor, nebo pouštění draka?

Podzim je opravdu nádherné roční období.

Helena Nováková

VITAL A



Září je přechodem od léta k podzimu.

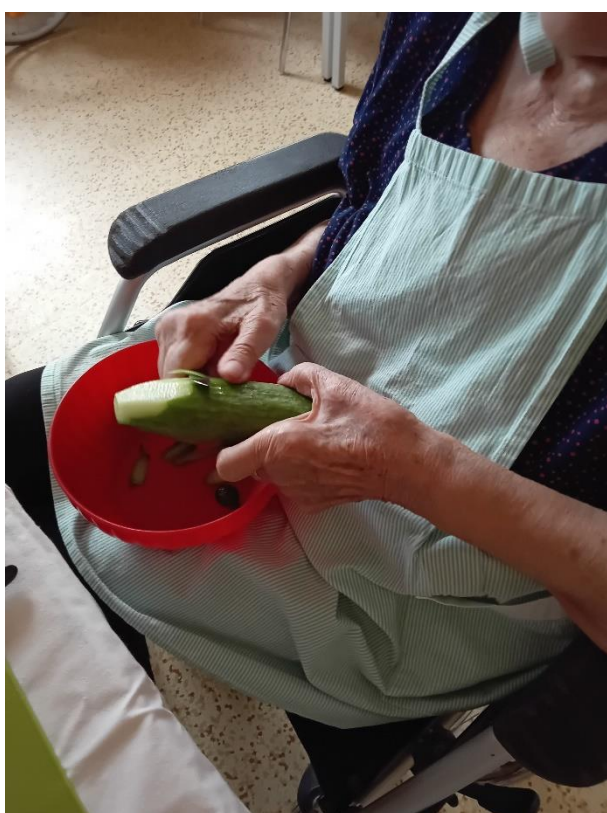
Zahrada méně kvete, ale sklízíme bohatou úrodu ovoce a zeleniny.

Některou část úrody můžeme skladovat či zpracovat.

Naši klienti jsou důkazem jak úrodu zpracovat a potom sníst.

Kožurková

Vital 1









Národní pouť na Velehradě na Uherskohradištsku navštívilo zhruba 30.000 lidí z Česka i zahraničí. Dvoudenní akce dopoledne vyvrcholila poutní mší na prostranství před velehradskou bazilikou. Česká republika slavila státní svátek připomínající slovanské věrozvěsty Cyrila a Metoděje, velehradské cyrilometodějské slavnosti jejich odkaz připomínají. Dny lidí dobré vůle začaly v úterý a pokračovali až do čtvrtka, patří k nejvýznamnějším církevním svátkům v zemi, běžně se jich účastní několik desítek tisíc lidí.

Program těchto dnů byl velice pestrý, zaměřil se nejenom na Slavnostní poutní mši svatou, ale i na rodinu či děti. I my jsme byli přizváni na tyto dny plné slávy. Ve Stojanově gymnáziu jsme se účastnily vernisáže výstavy fotografií „Kaplan, průvodce ve stáří“.

Institut klinické pastorační péče ve spolupráci s naším domovem a podporou Člověk a víra uspořádaly vernisáž výstavy fotografií „Kaplan, průvodce ve stáří“. Výstava byla věnována kaplanům, kteří působí v domovech pro seniory na území Arcidiecéze olomoucké. Autorem fotografií je Pavel Langer, který fotografoval kaplana Mgr. Romana Neheru při službě v Domově pro seniory Tovačov. Za domov pro seniory se vernisáže účastnily sociální pracovnice Mgr. Kristýna Holomčíková a Mgr. Monika Zaoralová, které ve své presentaci nastínily život a práci kaplana v domově pro seniory.

Mgr. Kristýna Holomčíková, Mgr. Monika Zaoralová

Sociální pracovnice





Stejně jako minulý rok jsme se i letos o prázdninách vydali na skupinovou vycházku na zámek Tovačov. Na nádvoří zámku ozdobeném krásnou květinovou výzdobou nám aktivizační pracovnice Andrea přečetla něco z historie zámku.

Potom jsme se vydali na kostrbatou cestu s vozíky po kočičích hlavách, jak se tak říká staré kostkované dlažbě směrem na tovačovské náměstí. Zde jsme se zastavili u kašny se sochou svatého Václava, která je z krásného pískovce. Také jsme o ní chvíli debatovali.

Už jsme se všichni těšili na malé občerstvení na zahrádce místní vinárny, kde nám připravili různé osvěžující nápoje. Po chvilce občerstvení, jsme se vydali cestou k domovu a byli jsme rádi, že se nám společná vycházka vydařila.

Kdo jste se k nám letos nepřidali, doufám, že jsme vás nalákali zase na rok příští.

Děkujeme všem pracovnícím přímé péče, které nám pomohly s organizací vycházky.

Vaše Aktivizační pracovnice



Dne 21. srpna k nám přijel muzikant se svojí dcerou. Zpívali známé písně od českých interpretů a vyprávěli vtípné historky. Klienti se k nim přidali. Představení se jim líbilo a počasí nám přálo. Své vystoupení ukončili bublinkovou fontánou.

Vaše Aktivizační pracovnice





## Významný den českého státu – 28. září

Dne 28. září si připomeneme významný svátek – Den české státnosti. Symbolem a patronem České země je svatý Václav, panovník z rodu Přemyslovců.

Václav byl synem knížete Vratislava a Drahomíry. Podle pověsti se narodil na hradišti ve Stochově. Václavovy výchovy se ujala jeho babička Ludmila, která byla velmi křesťansky založená (ve 12 století prohlášena za svatou). Podle tradice se mu na Budči dostalo neobvyklého vzdělání, které spočívalo ve studiu latinského žaltáře a slovanských knih. Po smrti jeho otce Vratislava se regentské vlády ujala Václavova matka Drahomíra. Václav se svým mladším bratrem Boleslavem zůstal v péči babičky Ludmily. Mezi oběma ženami a jejich stoupenci vznikl spor o vliv na Václava. Spor pro Ludmilu skončil jejím zavražděním v září roku 921. V dospělosti, když se ujal vlády Václav, začaly mezi bratry vznikat spory. Podle legendy byl Václav zavražděn (okolo roku 935) ve Staré Boleslavi služebníky svého bratra poté, co se ho sám Boleslav pokusil zabít. Po smrti začal být Václav uctíván jako svatý pro svou zbožnost, rozšíření křesťanské víry, stavění kostelů (založil rotundu sv. Víta) a péči o chudé. Václavovo tělo bylo přeneseno do rotundy sv. Víta na Pražském hradě a údajně se udály zázraky, které souvisely s jeho svatostí. Při výročí úmrtí svatého Václava, v den státního svátku 28. září se konají oslavy a pouť do Staré Boleslavi, která je nejstarším poutním místem v naší zemi.

Připomeňme si prostou modlitbu k patronovi České země.

Svatováclavský chorál

Svatý Václave, vévodo české země, kníže náš,  
pros za nás Boha, svatého Ducha, Kriste eleison.

Ty jsi dědic české země, rozpomeň se na své plémě.

Nedej zahynouti nám i budoucím, svatý Václave, Kriste eleison.

Pomoci my tvé žádáme, smiluj se nad námi, utěš smutné, zažeň vše zlé, svatý Václave, Kriste eleison.

Tomečková Lenka

Vital B





## Svatováclavské hodové posezení 27.9.

Při krásném slunečném počasí a letních teplotách jsme se setkali na zahradě domova, abychom oslavili slavnost svatého Václava, patrona tovačovského kostela a celé České republiky.

K této příležitosti jsme nacvičili divadelní představení ze života svatého Václava. Hlavní roli obsadili pan Adolf Gregovský, jako svatý Václav, pan Josef Líbal, jako jeho bratr Boleslav. Jejich matku Drahomíru hrála paní Marie Hrabalová. Paní Jarmila Laidorfová obsadila roli knížete Jindřicha Ptáčníka a babičku Ludmilu nám zahrála paní Marie Arnoštová.

Naši herci byli oblečeni v dobových kostýmech, seděli u prostřeného stolu i s dalšími kulisami. Po skončení divadla, byl čas na hodové občerstvení, víno a sladké pečivo. Doufám, že vám přišlo vhod.

Potom jsme chvíli čekali na cimbálovou muziku Hejčíňan, která za námi přijela z Olomouce. Hrála a zpívala v seskupení tří houslistů, flétnistky, hráče na kontrabas a slečnu co hrála na cimbál. Jejich hudba nás vybízela svou energií k tanci. Nejmladší z muzikantů měl sice teprve 15 let, ale hráli opravdu výborně. Takto jsme strávili pěkné hodové odpoledne na zahradě.

Ještě jednou děkujeme všem, kteří k tomuto pěknému zážitku přispěli.

Za aktivizační tým

Mirka Andrlová









## Sportovní den v Soběsukách

Dne 30. srpna se konal SPORTOVNÍ DEN v Soběsukách, kterého se zúčastnili naši soutěžící z DS Tovačov pan Korený, paní Laidorfová, paní Hrabalová. Soutěžilo se v 5 disciplínách šupec, hlavolam, házení míče, věšení šátků. Naši klienti si den užili. Vítězství jsme nedosáhli, ale důležité je se zúčastnit než vyhrát. Krásně prožitý den je tou největší odměnou.

Vaše Aktivizační pracovnice

Andrea Klimešová



Na začátku prázdnin mně paní ředitelka oslovila s úkolem, zajistit zvoničku pro náš nový zvon. Z počátku se tento úkol jevil jako jednoduchý, ale najít dnes šikovného člověka to je umění, do toho také prázdniny spousta lidí na dovolených. Oslovila jsem několik řezbářů z celé republiky. Někdo se neozval, jinde jsem čekala půl měsíce na informace, zda bude umělec schopný nám zvoničku vyrobit. V záchvatu paniky, že nic nestihnu, jsem našla pana Ladislava Kozla z Uničova.

Pan Kozel vyrábí věci tradičním způsobem z přírodních materiálů. Mimo řezbářství vyrábí také indiánské týpí a kožené výrobky jako např. peněženky, kabelky, a jiné doplňky z kůže. Pan Kozel se výzvy vyrobit pro nás zvoničku chopil okamžitě a zvládl nám zvoničku vyrobit během úžasných 14 dní. Dubové dřevo opracoval, ze stran motorovou pilou vyřezal anděla a ošetřil opálením a lněným olejem. Dne 30. srpna poté přijel zvoničku, osobně namontovat na vybrané místo, včetně instalace zvonu. Zvonička se mu velice povedla a je krásnou ozdobou naší zahrady.

Klára Indráková DiS.

Sociální pracovník – manažer kvality







Dne 7.9 .2023 se u nás v domově konal sportovní den.

Na naše klienty čekalo celkem šest stanovišť. Mohli zde soutěžit v chytání ryb, věšení ponožek, hodů železnou koulí nebo házením dřevěného kruhu. Mohli zde také prověřit svoji přesnost v navlékání dřevěných korálků nebo svůj postřeh, když poznávali předměty pouze hmatem.

Byl krásný den. Soutěžit přišlo hodně klientů. Všichni měli dobrou náladu a každý měl bojového ducha.

Ten kdo přišel soutěžit, dostal medaili za účast, protože každý do toho šel naplno a medaili si zasloužil! Na stupni vítězů se umístili:

1. **Místo** Josef Tomšic a Zdeněk Bodínek
2. **Místo** Vlasta Žáková a Julínová Libuše
3. **Místo** Laidorfová Jarmila a Augustin Kaplánek

Gratulujeme vítězům a děkujeme všem za velmi hojnou účast.

Také děkujeme za pomoc při organizaci her a všem pečovatelkám za doprovod klientů.

Byl to hezký den. Všichni jsme si to užili a těšíme se zase na další sportovní hry.

Vaše aktivizační pracovnice ☺

Zdeňka Pospíšilová









Měla jsem letos čest zúčastnit se 5. ročníku konference na zámku Kratochvíle. Jižní Čechy – krásná, poněkud vzdálenější část naší republiky, ale úchvatná svou malebností a přírodou. Dovolte mi, abych se vám svěřila se svými pocity a dojmy z této akce.

Odjezd byl naplánován na neděli 10. 9. 2023 ve 12.30 hodin. Počasí bylo krásné - sluníčko svítilo, když 13 děvčat nastoupilo do 2 aut a zamávalo zámecké věži. Cesta byla, alespoň pro mě, celkem náročná, ale řidičské umění paní Kristýny bylo na 1\*. Cestou jsme si udělaly jednu přestávku na malé občerstvení a kolem páté hodiny se před námi zjevil v plné kráse zámek Hluboká. Pro mě to bylo velmi milé překvapení, netušila jsem, že budeme ubytováni právě zde.

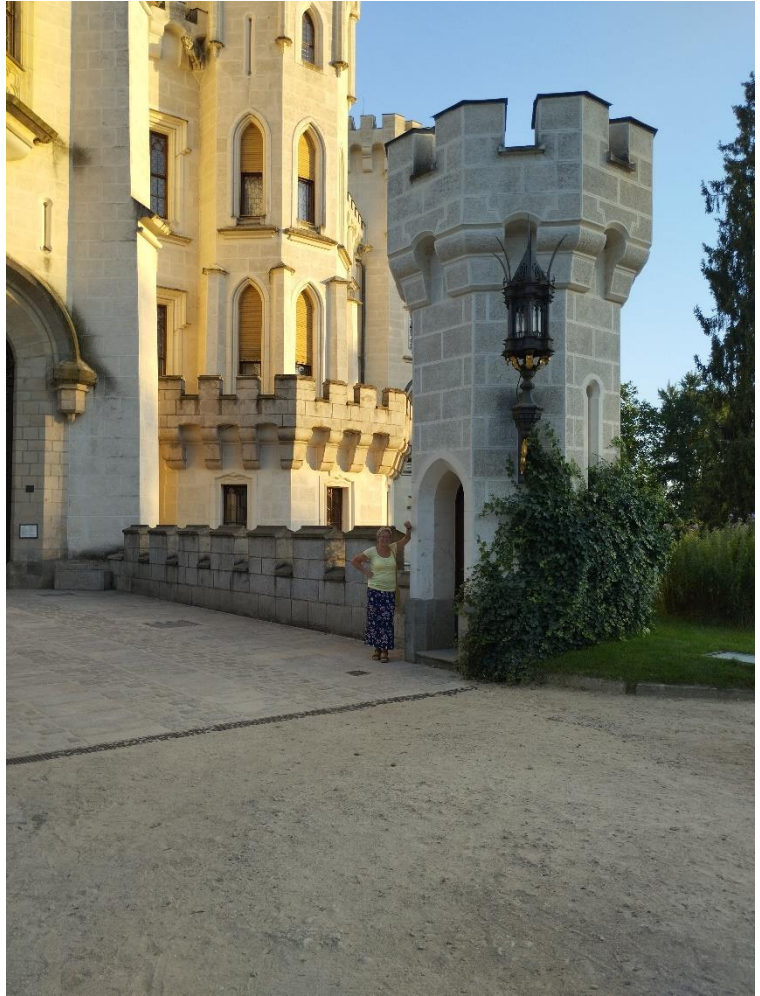
Hotel Štekl zdraví krásnou delegaci z Hané. Opravdu hezké místo. Z každého koutu a každé místnosti na nás dýchala minulost a historie. Procházely jsme hotelem, obdivovaly zrcadla, historická křesílka, krásné koberce, krb a připadaly si trochu možná jako princezny. Před večeří jsme si vyšly na procházku. Zámek se rozpínal nad našimi hlavami v celé své kráse. Zámek Hluboká, no prostě nepřekonatelná romantika. Myslím, že právem patří mezi nejkrásnější zámky v Česku. Slunečná obloha, která se chystala pomalu ke spánku, vytvořila nádherné pozadí našich fotografií.

Ráno 11. 9. jsme se s Hlubokou rozloučily a odjely na zámek Kratochvíli, kde se konala již zmiňovaná conference smyslové aktivizace. Zámek Kratochvíle na mě působil jako výzva k nalezení klidu a obnově duševních sil. Upravené zahrady, zámecká budova chráněná vodním příkopem s houfem labutí. Pro odvážné byly přistaveny lodičky, které přispěly ještě k větší romantice.

Tak a teď už k samotné konferenci. Paní lektorka nás všechny přivítala. Podle mého odhadu bylo účastníků asi 150 z různých částí republiky. Seznámila nás s tím, kolik dalších zařízení se do konceptu Smyslové aktivizace připojilo a jak se jim daří. Slovo dostal psycholog, který nám humornou formou vyprávěl příběhy z praxe. Prohlédly jsme si výstavu fotografií z různých domovů a jako příjemný bonus byla módní přehlídka šatů. Po poledním občerstvení následovala prohlídka zámku a hurá domů. Domů jsme dojely asi kolem 18. hodiny, hlavně bez nehody a v pořádku. Co říct na závěr? Za mě – krásný zážitek.

Marcela Šugová

Revital





cha 

vz 

 ák

so 

 onoš

Najdi 5 rozdílů





## PODZIMNÍ ČAS VŠUDE KOLEM NÁS

## ZÁŘÍ

Září barví sady v kraji,  
jablka se červenají.  
Nad kopcem se směje drak,  
letí vzhůru do oblak.



## ŘÍJEN



Říjen dá nám hodně práce,  
brambory jsou ještě v řádce.  
Až jich bude plný sklad,  
navštívíme vinohrad.

## LISTOPAD

Listopad se mlhou šatí.  
Nejdřív listy buků zlatí,  
potom v celém okolí  
všechny stromy oholí.



Canisterapie je složena ze slov "Canis- pes a terapie- léčení ,, je to podpůrná terapie pomocí psů, která se využívá pro zlepšení psychického i fyzického stavu člověka.

Blízkost zvířete má odjakživa pozitivní účinky na lidskou psychiku. Pes již svou přítomností dokáže vyvolat dobrou náladu a o tom, že úsměv léčí, není pochyb. Svě o tom ví i klienti našeho domova pro, které je toto setkání vždy zpříjemněním všedního dne. I u nás na oddělení Vital pejsci přináší radost, úsměv a rozzářené oči- jsou to prostě prima parťáci.

Canisterapie probíhá co 14 dní dle období a počasí- venku nebo na oddělení ve společné místnosti. Pejsci navštěvují individuálně i klienty na pokojích.

Terapeutičtí pejsci rozvíjí u klientů pohybové schopnosti jemná, hrubá motorika – česání, házení míčků, nasazování obojků..., ale i schopnosti citové kdy si pejsky hladí a mazlí se.

„Hezké chvíle a zážitky jsou takové léky proti stárnutí, jenomže se nedostanou na předpis v žádné lékárně“ Jiřina Šiklová



Jana Suchomelová

VITAL



Dne 26. 10. 2023 proběhlo setkání jubilantů za III. čtvrtletí tohoto roku. Jako vždy probíhala oslava jubilantů ve svátečním duchu. Po osobní gratulaci paní ředitelky jsme si pochutnali na výborném dezertu, který připravili naše šikovné kuchařky v kuchyni. Poté jsme si zazpívali písně.

## Elán 2

Vladimír S.	85 let
Milada K.	89 let
Rostislav B.	91 let

## Vital A

Josef T.	87 let
Naděžda P.	89 let

## Vital B

Alena P.	80let
Blažena B.	85let
Hana K.	85let
Marie V	89 let

## Vital 1

Emilie R.	75 let
Alena V.	80 let
Ludmila H.	86 let
Dušan K.	87 let

## Revital

Anežka M.	86 let
Olga B.	88 let
Emilie M.	90 let
Helena J.	90 let

## Vital

Anna G.	86 let
Helena G.	90 let
Jarmila G.	92 let
Danuše Š.	92 let

# Vernisáž výstavy fotografií „Ozvěny ticha“.

37

Na zámku v Tovačově se při příležitosti Mezinárodního dne seniorů, který připadl na 1. října, za účasti biskupa Josefa Nuzíka, ředitelky tovačovského domova pro seniory Lenky Šenkové, starosty města Tovačov Marka Svobody a dalších hostů uskutečnila vernisáž výstavy fotografií „Ozvěny ticha“.

Výstava fotografií byla pořádána Domovem pro seniory Tovačov ve spolupráci s Arcibiskupstvím olomouckým při příležitosti oslav 25. výročí Domova po rekonstrukci, 65. výročí novodobé historie, 160. výročí poskytování služby nemocným a potřebným v Tovačově a ještě 7 století existence domova celkem.

Motto výstavy znělo: „Spěchejme milovat lidi, protože rychle odcházejí.“ (Jan Twardowski)

Proč název Ozvěny ticha?

Člověk na konci své životní pouti stejně jako člověk nemocný demencí se postupně z hluku světa a shonu života vytrácí a odchází do míst, kde vládne mocné Ticho. Přesto jej i v těchto chvílích můžeme doprovázet, pokud dokážeme ztišit svou mysl a otevřít své srdce. I tyto chvíle mohou být darem a požehnáním, pokud přijmeme dary, které nám nemoc a umírání nabízejí. Fotografie ukazují, že jsou to chvíle plné krásného života.

Expozice obsahovala tři témata: Emoce – Demence – Doprovázení

Část Emoce zachycují portréty obyvatel domova pro seniory, na nichž jsou zobrazeny jejich emoce. Část Demence ilustrují barevné fotografie z každodenního života i mimořádných událostí obyvatel, kteří tuto nemoc mají. Poslední část s názvem Doprovázení v paliativní péči je věnovaná službě kaplanů v domovech pro seniory a zachycují našeho kaplana Romana Neheru při rozhovorech s klienty.

Autoři fotografií:

Pavel Langer, společnost Člověk a víra

Vladimíra Lehká Bukovcová, Střední škola řezbářská Tovačov  
Zaměstnanci Domova pro seniory Tovačov

Děkujeme všem zaměstnancům, sponzorům a přátelům, kteří se podíleli na realizaci této výstavy, neboť díky jejich přispění byla vernisáž krásným a přínosným zážitkem pro všechny návštěvníky.

Lucie Hřivnová a Lenka Šenková









## Přehled o klientech

Přehled o příchozech a odchodech klientů k nám do domova za období od července do září.

### Příchod klienta

- 21. 7. paní Bartošová na oddělení VITAL
- 1.9. paní Březinová na oddělení Elán 2
- 22. 9. paní Sobotková na oddělení Revital



### Opustili nás

- 9. 9. paní Ježková z oddělení VITAL
- 15. 8. paní Kapláňková z oddělení VITAL
- 23. 8. paní Halířová z oddělení ReVITAL
- 14. 9. paní Vyhnálková z oddělení ReVITAL
- 17. 9. paní Baďová z oddělení VITAL B
- 17. 9. paní Pospíšilová z oddělení VITAL A
- 28. 9. paní Štefková z oddělení VITAL B

## Bajka o ukradené kořisti!

Unavený starý turista usnul v trávě u potoka, pod velkým dubem u potoka. Zdál se mu divoký podivný sen.

Ocitl se v lese, kde nikdy nebyl. Zdál se mu, nepříjemný sen. Najednou, ucítil, že jeho tělo obrůstá vlčí srstí, když se pokusil promluvit, místo svého hlasu, jenom zavil. Polekal se smečky vlků, ale jakmile se podíval do potoka, poznal, že i on sám je starým vlkem. Žalostně zavil. Stáhl oháňku mezi nohy a utíkal pryč. Hladový vlk, se chystal ulovit raněného koloucha, ale nebyl schopný nic ulovit. Věděl, ale že musí, nebo bude hladový. Nakonec se mu podařilo raněného koloucha zabít během pár vteřin. Vlka přemohla únava a povedlo se mu na malou chvílku usnout.

Po probuzení si uvědomil, že mu kručí v břiše. Chystal se začít hodovat, když najednou zpozorněl. Slechy se mu postavili, zavěťřil a prchal klesu. Vlk ještě chvíli běžel, než si uvědomil, že mu znovu proběhl hlavou sen, který se mu zdál, když na pasece na chvíli usnul. Zpomalil krok, aby si urovnal myšlenky a také dech. Jakmile se zastavil, schvácený dlouhým během, chvílku stál a přemýšlel. Došlo mu, že jeho starou hlavou mu znovu proběhl sen, co se mu zdál, když na pasece usnul. Najednou pocítil hlad, rozhodl se, vrátit na paseku a pustit se do uloveného koloucha. Vracel se loudavým krokem a těšil se, jak zažene obrovský hlad, který cítil. Nikdo si nedovede představit vlkův smutek a beznaděj, když koloucha nenašel na místě, kde ležel. V trávě zbylo jen trochu krve.

Vlk se otočil a utíkal do lesa, jako smyslů zbavený a kdyby nepotkal sojku, nedopadlo by to s ním dobře. Sojka vlkovi poradila, aby si zašel za starou opicí, která uprchla ze ZOO a velmi dobře znala zvyky zvířat i lidí. Bylo téměř jisté, že dokáže vlkovi poradit. Vlk slíbil, že se zítra za opicí vydá. Jak řekl, tak udělal. Opice ho uvítala, vlídně a hned se vyptávala, co ho trápí. Poznala na vlkovi, že je pln vzteku a zoufalství. Vybídla vlka vlídně, aby jí vylíčil své trápení. Vlk opici všechno popravdě pověděl. Ta se poškrábala na hlavě a řekla: „Půjdu za orlem skalním, který má za potokem na skále hnízdo. To není odsud vidět. Orlovo hnízdo je ukryto mezi skalami. Jsem jediná, která o hnízdě ví a dostane se k němu. Jiného vetřelce by orel tvrdě ztrestal.“ Druhý den šla opice za orlem a požádala přítele o službu.

Orel jí slíbil, že se po kolouchovi podívá. Opice poděkovala a odešla. Orel se vydal na průzkum zasnívání. Je třeba říct, že to, co viděl, ho vůbec nepotěšilo. Kolouch, kterého vlk ulovil, téměř zmizel. Když si večer opice přišla pro odpověď, orel jí nepotěšil. "To je mi nepěkná novina". Povzdechla si opice zklamaně. Orel pohodil hlavou na znamení souhlasu a dodal: „Z ubohého zbyli jen kosti, vybílené sluncem. Z těch už se nepozná, kdo se na kolouchovi přiživil.“ „Asi to opravdu nebude možné.“ Řekla opice smutně. Rozloučila se a odešla. Orel ještě chvílku přemýšlel a pak někam odletěl. Opice cestou domů, přemýšlela, co si počít, jak chudákovi starém vlkovi pomoci.

Byla zoufalá. Hlavou se jí honili myšlenky, tomu ubožákovi není pomoci! Došla domů, smutná a nazlobená.

Mezi tím orel létal, nad krajinou a viděl dvě lišky, jak se perou o kus srnčího. Orel už z výšky postřehl, že je to kus koloucha, kterého pravděpodobně ulovil před třemi dny starý vlk. Orel spěchal za opicí, aby jí tu novinu řekl! Opici tahle zpráva spravila náladu. Navrhla orlovi, že se na místo vydá sama. Opice se neprodleně vydala hledat lišky, které koloucha uloupili. Kdyby nebyla opice opicí, ale jiným zvířetem, cesta za orlem by jí trvala mnohem déle. Protože skákala ze stromu na strom a fakticky létala vzduchem, cesta byla rychlejší. Jakmile, se dostala k orlovi a popsala mu, co viděla, orel se rozhodl, že lišky vyhledá a potrestá je. Opice se přidala a společně hledat. Jakmile se dostali na místo, kde opice viděla dvě lišky, kterak se tahají o kus srnčího masa, nezbylo namísto nic, než pár lišších chlupů. Orel se zvedl ze země, letěl ke svému hnízdu a opice spěchala za ním.

Když se dostali k hnízdu, opice se posadila na skálu a čekala, co bude dál. Orel se posadil. Ze zobáku vytáhl pár lišších chlupů a řekl: "Tohle, jsou chlupy dvou lišek, které ukradli, našemu vlkovi." Opice dodala: „Tak když najdeme, lišky s potrhanou srstí a máme viníky". Orel, moudře dodal, že by, si měli pospíšet, než liškám jizvy na těle zarostou novou srstí. " Vydáme se, po jejich stopě hned!"

Orel vzlétl. Opice skákala po stromech, a přitom se pozorně dívala na zem, jestli neuvidí ty dvě uličnice. Orel to vše pozoroval ze vzduchu a byl připraven se vrhnout střemhlav dolů, kdyby lišky uviděl. Urazili pěkný kus cesty, když orel uviděl lišky, které měli na hřbetě lysiny po čerstvě vytrhané srsti, zakřičel na opici: „chyt tu, co máš blíž a já si chytím tu druhou.“ Opice přeskočila na další strom a počkala, než liška poběží pod ní a skočila jí rovnou na záda. Potom ji bila po zádech. Chytla ji a dávala si dobrý pozor, aby ji liška neutekla, dřív než dojdou k orlímu hnízdu. Aby jí liška neutekla, uvázala ji zadní nohy lýkem. Zajatkyně škemrala, aby ji nohy neutahovala pevně, ale opice její nářky nebrala vážně a jen se jí vysmívala! Vmetla jí bez okolků, že ukradli kořist. „Vlk se nemůže pomalu ani hýbat a ty žádáš soucit? Ba naopak, pěkně si to vypiješ."

Když se opice podívala na oblohu a viděla orla, jak drží lišku v drápech, ucítila úlevu. Jakmile, orel přistál na pevné zemi, začal lišku chválit. „Musím říct, že jsi šikovná, pomůžeš mi spoutat i tu drhnou lišku?“ „Udělám to sama, popovídej se co je s její přítelkyní“. Orel přikývl, odletěl kousek dál a sedl si proti spoutané lišce a spustil na lišku pěkně zostra. „Kdypak jste byli na lovu za potokem“? „To už je dlouho, ani si nepamatuji.“ „Poslouchej! Zeptám se ještě jednou. Pokud nerozvážeš jazyk, uvidíš, co s tebou bude“. Liška nehnula ani brvou a zdálo se, že se orlovi vysmívá.

“Nehraj si a vyklop to, nebo uvidíš”! Ale liška nic, orel se na lišku výhružně zahleděl a řekl: „Vyklovu ti pravé oko, když to nepomůže, pak i levé. Dobře si to rozmysli!“! „Co ti mám povídat, za potokem jsme nebyli týden.“

„Byli jste za potokem! Byli jste tam včera večer. Nechali jste tam tyhle své chlupy, když jste se rvali o kus masa. To jste ukradly společně se svou přítelkyní starému vlkovi, který by se vám dvěma neubráníl!“ Řekl orel a v jeho hlase byla slyšet zlost. Zatím co se orel hádal s jednou liškou, opice přitáhla i její kamarádku. Opice ji ostrým tónem vybídla dost nevybíravě, aby jim řekla, kde byla včera večer? „Byli jsme za potokem“. Odpověděla bez váhání. Bála se, že jí opice ublíží. „Tak vida a máme to!“ „Ta druhá, potvora nebude zapírat“. Dodala opice. Orel se zeptal lišky připoutané k dubu, co na to říká, že její přítelkyně tvrdí něco jiného než ona.

Liška, připoutaná ke stromu poznala, že nemá cenu zapírat a přiznala všechno. „Myslím, že debata skončila a vy budete přísně potrestáni“! „Smíme vědět jak“? “Opice každé zlomí přední nohu, aby jste věděli jak se žije tomu, kdo se nemůže bránit“! Řekl přísně. Lišky mlčeli jako zařezané, ani nehlesly. Opice si přiložila své polínko do ohně a řekla naštvaně: „Jedné z vás jsem už řekla, že se ode mě soucitu nedočká! Doufám, že nebudete chtít, abych vám to dokázala. Budete-li chtít důkaz, potom se může stát, že vás pověsím táhle na ten doubek za nohy a klackem vás budu řezat, dokud nevytrískám vaši duši! Máte na vybranou, buď každé z vás zlomím jednu nohu, nebo tohle místo neopustíte živí! Orel si vás odnese do hnízda jako potravu!“

Lišky prosili o život jako dvě trhovkyně. Opice provedla, co měla. Každé výtečnici zlomila přední nohu. Lišky odkulhaly, každá se zlomenou nohou. Den se pomalu překlenu v noc. Vedro pomalu ustupovalo a horký den se měnil ve vlahý večer. Starý unavený turista dosud spal u potoka pod dubem a pomalu se probouzel z divokého snu. Jakmile se ujistil, že to nebyla pravda, ale jenom hloupý sen, ulevilo se mu. Opláchl si v potoce obličej a zamířil z lesa ven. Myslel na to, až poví ten příběh vnukům. Jak asi vnukům opoví, když se zeptají, zda lišky přežily. Usoudil, že dětem řekne, že to neví ani on sám.

Lišky byly potrestány podle rozhodnutí opice a orla. Každá z nich měla zlomenou přední nohu, aby poznaly, jaké to je být bezbranným a nemoci se bránit. Lišky mlčely a netroufaly si protestovat. Opice se zlobila a odsoudila jejich krutost vůči starému vlkovi, který se nemohl bránit proti jejich útokům.

Poté, co byly lišky potrestány, opice a orel se rozhodli najít starého vlka a sdělit mu novou zprávu. Opice doufala, že mu to alespoň trochu zlepší náladu. Společně se vydali na cestu do lesa, kde se vlk skrýval.

Když vlka našli, opice mu přinesla dobré zprávy o liškách. Řekla mu, že byly potrestány a nemohou už nikdy ublížit nikomu. Vlk byl vděčný, že se někdo postavil za něj a přiměl lišky k odpovědnosti za své činy.

Opice se starala o vlka, dokud nebyl schopen se postavit na vlastní tlapy. Orel mu přinesl potravu a pomáhal mu při lovu. Vlk si uvědomil, že i když byl starý a oslabený, stále měl přátele, kteří se o něj starali.

Tato zkušenost naučila lišky lekci a připomněla jim, že jejich činy mají důsledky. Starý vlk našel novou rodinu a žil spokojeně se svými novými přáteli, kteří ho milovali a respektovali.

**Z této bajky plyne morální ponaučení, že nikdy není příliš pozdě napravit své chyby a že spravedlnost může přijít i ve chvíli, když se zdá, že vše je ztraceno. Každý má právo na spravedlivé jednání a zodpovědnost za své činy.**

1. Neoprávněné získávání kořisti vede k negativním následkům: Bajka ukazuje, že vlk, který ukradl kořist, se nakonec sám stal obětí, když se stal lovnou jiných zvířat. To je důležité ponaučení o důsledcích nekalého jednání a neoprávněného získávání vlastnictví.
2. Špatné jednání vrací se jako bumerang: Vlk byl ukázněn a potrestán za své činy. Podobně byli potrestáni i vinní lišky. Tento prvek bajky připomíná, že špatné jednání se časem vrací zpět a může mít negativní dopady na viníka.
3. Spolupráce a pomoc druhým jsou cenné: Opice, orel a další zvířata ve fázi vyšetřování pomohla odhalit viníky a přinést spravedlnost. Toto ukazuje, že spolupráce a pomoc druhým jsou důležité hodnoty, které mohou vést k dosažení spravedlnosti a řešení problémů.
4. Následky lži a pokrytectví: Lišky se pokoušely lhát a zakrývat své činy, ale nakonec byly odhaleny a potrestány. Tento prvek bajky zdůrazňuje, že lži a pokrytectví mají krátké nohy a že pravda nakonec vyjde najevo.
5. Moudrost a rada starších: Opice se obrátila na starou opici a orla, aby získala moudrost a radu. To ukazuje, že poslouchání a učení se od starších a zkušenějších může vést k lepším rozhodnutím a řešením problémů.

**Tato bajka zdůrazňuje hodnotu spravedlnosti, spolupráce, pravdomluvnosti a moudrosti, a ukazuje, jak neoprávněné jednání a pokrytectví mohou vést k negativním důsledkům.**

Aktivizační pracovnice

Mirka Andrllová

**Řekni mi**

*Když nebe z blankytu se mění v temný samet \_ a po slunci  
zbyla už jen nachová obloha, noc propůjčuje světu svůj  
tajuplný nádech \_ tu v nočním tichu má duše s Bohem  
rozmlouvá:*

Řekni mi, že jsem víc než jenom prach,  
jaký můj život vlastně smysl má,  
pak opustí mě veškerý můj strach,  
má duše bude navždy svobodná.  
Řekni mi, že světlem jsem já sám,  
a jen odvahou vždy plamen zapálím,  
že to, co hledám, přece dávno mám,  
že od tebe se nikdy nevzdám.

**Ref. 1**

Že já jsem ty a ty jsi já, je pravda věky nám tajená,  
to tajemství já prožít smím, když ničeho se už nebojím.  
Že já jsem ty a ty jsi já, je pravda věky nám tajená.

Řekni mi, že pro mne slabost máš,  
a že tě v dobrém vždycky udivím,  
že ode mě vůbec nic nečekáš,  
jen miluješ mne, to ať vždycky vím.  
Řekni mi, že síly mám vždy dost,  
že ze všech nemocí se uzdravím,  
řekni mi, že žít mám jen pro radost,  
ať srdce svoje štěstím naplním.

**Ref. 2**

Že já jsem ty a ty jsi já, je pravda věky nám tajená,  
to tajemství já prožít smím, když Života se už nebojím.  
Že já jsem ty a ty jsi já, je pravda věky nám tajená.

Řekni mi, když se tě zase ptám,  
že moje srdce odpověď vždy zná,  
že neošálí mne už žádný klam,  
když moje mysl duši naslouchá.

Řekni mi, že jsem tvůj vzácný dar,  
ať nejvíc lásky sobě dopřávám,  
ať naplním svůj pohár po okraj  
a jen z plné číše ať rozdávám.

*Když temný samet noci opět přechází v bílý den \_ a slunce  
jas svým teplým dechem zemi zahřívá,*

*než nový úsvit setřese z mých očí noční sen \_ už vím: jsem  
Božská bytost, milovaná a zářivá.*

### Odcházíš

Ty odcházíš a já tu zůstávám,  
jak nový smysl svému žití dám?  
A komu říct, že už to nezvládám,  
když už tu se mnou nejsi ty.

Dlaně v pěst, zas Boha proklínám,  
že tě ztrácím, a život běží dál.  
Blesky ničí můj pokojný svět,  
odcházíš, odkud není cesty zpět.

#### Ref.

*Vím, že kráčíš slunci vstříc,  
a že domů se zpátky vracíš.  
Jak utišit svou bolest mám,  
když se mi ve tmě ztrácíš \_ navždy ztrácíš.*

Pár společných chvil nám život dal,  
však mnohem míň, než bych si přál.  
Tak málo jsem se s tebou šťastně smál,  
jak blázen jsem pořád pospíchal.

Chci ti říct, že jsem tě miloval,  
dík tobě můj život za něco stál.  
Jak rád bych tvé slzy otíral  
a do náruče své tě zase vzal.

#### Ref.

*Vím, že kráčíš slunci vstříc,  
a že domů se zpátky vracíš.  
Jak utišit svou bolest mám,  
když se mi ve tmě ztrácíš \_ navždy ztrácíš.*



## Hodnota úsměvu

Úsměv nestojí moc a vynáší mnoho.

Obohacuje toho, kdo ho přijímá, aniž by ochuzoval toho, kdo ho daruje.

Trvá jen chvíli, ale vzpomínka na něj bývá někdy věčná.

Nikdo není tak bohatý, aby se bez něj obešel, a nikdo není tak chudý, aby ho nemohl darovat.

Úsměv vytváří v domově štěstí, ve starostech je oporou a je citlivým znamením přátelství.

V únavě přináší odpočinek, v znechucení vrací odvahu, v zármutku je útěchou a pro každou bolest je přirozeným lékem.

Je dobře, že si ho nelze koupit, ani půjčit, ani ukrást, protože má hodnotu okamžiku, kdy se daruje.

A kdybys potkal někoho, kdo by neměl pro tebe úsměv, ačkoli na něj čekáš...

Buď tak velkodušný, a oblaž ho ty svým úsměvem. Protože nikdo tak nepotřebuje úsměv, jako ten, kdo ho nemá pro druhé.

od neznámého autora





## Poděkování od klientů

Moc děkují za představení na sv. Václava. Představení se moc povedlo. Kostýmy byli moc pěkné. Určitě za zkouškami bylo dost práce a šlo to poznat i na úkor krátkého času na nacvičení.

Občerstvení které bylo zajištěno bylo povedené.

Děkujeme za cimbálovou muziku. Hráli pěkné známé písně.

Takže velké díky všem co se podíleli na této události.

Klientky oddělení Elán2

Marie Jašková

Jarmila Laidorfová

## Změna příjmení

Ředitelka tímto oznamuje čtenářům změnu svého příjmení, ke které došlo dne 3. 10. 2023 😊 Nově tedy Lenka Šenková 😊

---

### ***Na přípravě tohoto čísla občasníku se podíleli:***

*Aktivizační pracovnice G. Jehlářová - úprava textů, korekce, grafické zpracování, tisk a distribuce*

*Pracovnice přímé péče – příspěvky o životě v domově*

*Aktivizační pracovnice - články z konaných akcí v DS*

*Sociální pracovnice – články a fotografie*

*Klienti našeho domova– vlastní tvorba a poděkování*

*Ředitelka - úvodní slovo, odborné texty, korekce, grafické zpracování*