

# domovský Občasník

Domova pro seniory Tovačov

léto  
2, 2026

## Voda

Dar, který nám  
dává život

DOMOV PRO SENIORY  
TOVAČOV



# Obsah čísla

|                                            |          |
|--------------------------------------------|----------|
| <b>ÚVODNÍ SLOVO</b>                        | <b>2</b> |
| <b>KALENDÁŘ</b>                            |          |
| Co nás čeká                                | 3        |
| Pozvání od kaplana aneb Chvilé zastavení   | 3        |
| <b>TÉMA ČÍSLA</b>                          |          |
| Voda jako dar                              | 4        |
| Voda kolem nás                             | 5        |
| Zamyšlení o vodě                           | 6        |
| Letní zastavení                            | 7        |
| Voda jako hodnota, anketa mezi zaměstnanci | 8        |
| Voda jako vzpomínka, anketa mezi klienty   | 9        |
| <b>MALÉ ZMĚNY PRO LEPŠÍ DEN</b>            |          |
| Pět malých kroků pro lepší den             | 10       |
| Voda v našem Domově                        | 11       |
| <b>KULTURNÍ OKÉNKO</b>                     |          |
| Tipy na letní čtení                        | 12       |
| Bouře, píseň                               | 13       |
| Jubilanti                                  | 14       |
| Přivítali jsme                             | 14       |
| Opustili nás                               | 14       |

|                                      |           |
|--------------------------------------|-----------|
| <b>JAK SE STARÁME</b>                |           |
| Aktivní zapojení                     | 15        |
| Když polévka voní domovem            | 15        |
| Příběhy ve strunách                  | 16        |
| Jezírko, které přináší klid i radost | 16        |
| Příběh jezírka: deset let péče       | 17        |
| Tiché vzpomínání u jezírka           | 17        |
| <b>HUMOR A ZÁBAVA</b>                |           |
| S humorem jde všechno líp            | 18        |
| Najdete 8 rozdílů?                   | 19        |
| Vodní spojovalka                     | 19        |
| Osmisměrka                           | 20        |
| Retro okénko: vzpomínky vonící létem | 20        |
| <b>PODĚKOVÁNÍ</b>                    |           |
| Poděkování, která nás těší           | 21        |
| Děkujeme za dar s velkým srdcem      | 21        |
| <b>ZE ŽIVOTA V DOMOVĚ</b>            | <b>22</b> |
| <b>SLOVO NA ZÁVĚR</b>                |           |
| Zamyšlení na závěr                   | 30        |
| Poděkování redakční rady             | 31        |

## Úvodní slovo

Milí čtenáři,

léto nám přináší světlo, teplo i chvíle odpočinku. Právě v těchto dnech si více uvědomujeme, jak důležitou součástí života je voda – osvěžuje nás, přináší úlevu a provází nás každým dnem.

Mnozí z nás si pamatují dobu, kdy voda nebyla samozřejmostí. Nosila se ze studny, šetřilo se s ní a měla svou skutečnou hodnotu. Dnes ji máme na dosah ruky, a možná právě proto někdy zapomínáme, jak vzácná ve skutečnosti je.

Toto číslo je věnováno **vodě** – nejen jako zdroji života, ale také jako připomínce toho, jak důležité jsou věci, které často považujeme za samozřejmé. Přejeme vám příjemné letní čtení plné klidu, pohody a malých okamžiků, které stojí za to vnímat. ■

*Lenka Šenková, ředitelka*





## Co nás čeká



Zdeňka Pospíšilová, aktivizační pracovnice

### Zábavný den s malými hasiči

Na začátku prázdnin nás přijdou pobavit děti z hasičského tábora v Tovačově. Zahrajeme si společně různé deskové i zahradní hry. Čeká nás příjemné dopoledne plné her, smíchu a zábavy.

### Výlety

Čekají nás dva krásné výlety. Nejprve navštívíme Podzámeckou zahradu v Kroměříži a v dalším měsíci se pojedeme podívat na chod Zlaté farmy ve Štětovicích.

### Kavárna

S příchodem podzimu začnou chladnější dny, a tak se budeme moci jednou měsíčně scházet u dobré kávy v naší kavárně. Tento prostor bude sloužit nejen k setkávání, ale i k přátelskému popovídání.

### Hudební vystoupení

Letní měsíce přímo vybízejí k posezení na zahradě a poslechu příjemné hudby. Proto jsme si pro vás připravili hned dvě hudební vystoupení. V červenci nás navštíví duo *Javorový škrpál* a v srpnu se můžete těšit na program *Hudební cesta časem* v podání *Živé Huby*.

### Sportovní den

V září se můžete těšit na sportovní den. Poměřit síly si budete moci například v lovení rybiček, vrhu koulí nebo si procvičit paměť při skládání puzzle.

### Svatováclavské hody

Svatováclavské hody jsou tradiční slavnosti spojené s oslavou svatého Václava a Dne české státnosti. Také my si tento svátek společně připomeneme.

## Pozvání od kaplana aneb Chvilé zastavení



Roman Nehera, kaplan

**Léto a začátek podzimu přinášejí několik významných svátků, které jsou spojeny s naší historií, tradicí i duchovním životem.**

Dne **5. července** si připomínáme svaté *Cyrila a Metoděje*, patrony Moravy, kteří přinesli na naše území křesťanskou víru a vzdělanost.

V **srpnu** slavíme *Nanebevzetí Panny Marie*. S tímto svátkem je spojena také tradiční pouť na Svatém Hostýně, jednom z nejvýznamnějších poutních míst na Moravě.

Dne **28. září** si připomeneme *svatého Václava*, patrona české země. Jemu je zasvěcen také kostel v Tovačově, kde se v tomto období konají tradiční hody.

V **říjnu** oslavíme *Světový den seniorů*. Při této příležitosti přivítáme 7. října v našem Domově vzácného hosta – olomouckého arcibiskupa. Součástí jeho návštěvy bude setkání s klienty, zaměstnanci i vedením Domova a společné slavení mše svaté. Srdečně zveme všechny, kteří se budou chtít tohoto setkání zúčastnit.

**Říjen** je také tradičně spojován s úctou k *Panně Marii*. Proto vás srdečně zvu k pravidelným setkáním v naší kapli při společné modlitbě růžence. ■

Váš kaplan



## Voda jako dar

 Lenka Šenková, ředitelka

**Voda nás provází od prvních okamžiků života. Je tak samozřejmá, že si její hodnotu často ani neuvědomujeme. Stačí otočit kohoutkem – a je tu. Čistá, dostupná, tichá. A přesto právě voda v sobě nese něco mnohem hlubšího.**

Možná si ji více uvědomujeme v létě – když nás osvěží v horkých dnech, když posloucháme déšť dopadající na střechy nebo když se díváme na klidnou hladinu rybníka. V těch chvílích se něco v nás ztiší. Jako by voda dokázala utišit spěch a vrátit nás k obyčejným věcem.

Mnozí z nás si ale pamatují dobu, kdy voda nebyla tak samozřejmá jako dnes. Nosila se ze studny, ohřívala na kamnech a šetřilo se s ní. A možná právě i proto měla jinou hodnotu – byla více vnímaná a více prožitá. Dnes máme vodu na dosah ruky. A přesto se někdy vytrácí vědomí, jak vzácná ve skutečnosti je.

V posledních letech si navíc stále častěji všímáme sucha, horkých dnů a krajiny, která čeká na déšť. Tyto proměny nám znovu připomínají, že voda není samozřejmost, ale dar, na kterém jsme všichni závislí.

Je to právě voda, která nás může znovu naučit vnímat obyčejné věci kolem nás. Zastavit se. Být vděční. A uvědomit si, že i to, co je tiché a nenápadné, má pro život tu největší hodnotu. ■







## Voda kolem nás

 Lenka Šenková, ředitelka

Voda kolem nás má mnoho podob.

Tovačovsko patří ke krajinám, kde je voda odedávna doma. Řeka Morava, rybníky i rozsáhlá jezera vzniklá po těžbě štěrkopísku dávají našemu kraji jeho nezaměnitelnou podobu. Voda zde vytváří prostředí pro rostliny a živočichy, nabízí místo k odpočinku a stala se součástí života mnoha generací místních obyvatel.

Přestože se může zdát, že vody máme kolem sebe dostatek, ani naše krajina není vůči suchu imunní. V posledních letech si stále častěji všímáme dlouhých období bez deště, vysychající půdy nebo žloutnoucí trávy. Voda, kterou považujeme za samozřejmost, je přitom základem života v přírodě i v našich domovech.

Možná právě proto stojí za to zastavit se u klidné hladiny rybníka, zaposlouchat se

do šumění vody nebo se radovat z deště po dlouhém suchu. Jsou to drobné okamžiky, které nám připomínají, jak vzácný dar voda ve skutečnosti je. ■

### Všimli jste si...?

Všimli jste si, že v posledních letech jako by pršelo méně?

-  Na Hané patří naše krajina k sušším oblastem. V okolí Tovačova spadne za rok asi **600 mm srážek**.
-  O to více si uvědomujeme, jak **důležitá je každá kapka** vody pro krajinu, přírodu i člověka.
-  Prší méně. **Voda je vzácná.** Važme si jí.



## Jak může voda člověka vést k vděčnosti nebo pokoře?

**Voda je pro člověka něčím tak běžným, že si její skutečnou hodnotu často uvědomíme až ve chvíli, kdy začíná chybět. A právě tehdy nám připomíná, jak moc jsme na ní závislí. A to nás může vést k vděčnosti i pokoře.**

Bez vody by nebyl život – ani člověka, ani přírody. Přesto ji většinou bereme jako samozřejmost. Možná právě proto nás voda může učit větší vděčnosti za obyčejné věci, které máme každý den kolem sebe.

Voda je tichá a nenápadná, a přesto nepostradatelná. Dokáže být klidná i silná, jemná i vytrvalá. Přizpůsobuje se, plyne dál a překonává překážky. I v tom může být pro člověka určitá inspirace a připomínka pokory.

Mnozí lidé také vnímají, že blízkost vody přináší zvláštní klid, zpomalení a ztišení. Pohled na hladinu rybníka, zvuk deště nebo tekoucí vody člověka ztiší a vede k zamyšlení. V takových chvílích si možná více uvědomujeme, že nejsme středem všeho a že život kolem nás má svůj hlubší řád.

Voda je také symbolem očisty a nového začátku. Stejně jako déšť dokáže osvěžit krajinu, může i člověk někdy pocítit úlevu, zklidnění, odplavení napětí nebo novou naději.

V křesťanství je voda chápána jako dar od Boha – něco, co jsme nevytvořili sami, ale co jsme dostali. A právě vědomí daru často vede člověka k větší vděčnosti, pokoře i úctě k životu. ■



## Proč je voda spojována s očistou a novým začátkem v křesťanství?

**Voda je od pradávna symbolem života, očisty a obnovy. Osvěžuje, očišťuje a dává život přírodě i lidem. Právě proto získala v křesťanství hluboký duchovní význam.**

Nejvíce se to projevuje při křtu, kdy voda symbolizuje nový začátek a očištění člověka. V Bibli se voda často objevuje jako znamení naděje, proměny a nového života.

Ježíš mluví o „živé vodě“, která přináší pokoj, sílu a duchovní občerstvení. A možná právě proto voda člověka tolik přitahuje i dnes – přináší klid, zastavení a pocit obnovy.

Stejně jako voda po dešti probouzí krajinu, může povzbudit i lidské srdce. ■





# Letní zastavení



Andrea Klimešová, aktivizační pracovnice

Léto je obdobím, kdy se příroda otevírá v celé své kráse a člověk se k ní může znovu více přiblížit. Sluneční paprsky hřejí, vzduch voní trávou a květinami a voda láká k osvěžení i klidnému zastavení. Právě v létě si možná více uvědomujeme, jak hluboké je propojení člověka s přírodou.

Voda je neodmyslitelnou součástí života. Provází nás od narození a zůstává s námi po celý život. V horkých dnech přináší úlevu, osvěžení i pocit pohody. Někdy stačí jen posedět u rybníka, poslouchat šplouchání vody nebo pozorovat jemné vlnky na hladině.

Pro seniory může být kontakt s vodou – ať už při krátké procházce, nebo při posezení ve stínu u jezírka – příjemným způsobem, jak zpomalit, odpočinout si a načerpat novou energii.

Příroda nám zároveň nabízí prostor pro vzpomínky. Mnozí si při pohledu na letní krajinu vybaví dětství, prázdniny u babičky nebo chvíle strávené s rodinou u vody. Tyto vzpomínky nás spojují nejen s minulostí, ale i s přítomným okamžikem. ■

## Můj letní okamžik klidu

I já mám své malé letní rituály. V horkých dnech se těším na osvěžení v bazénu, kde si společně s rodinou odpočinu a načerpám novou energii. Nejraději mám chvíle klidu, slunce a pohody, které léto přináší. Voda pro mě není jen osvěžením, ale také symbolem odpočinku, blízkosti a radosti z obyčejných chvil.



„Obyčejné chvíle jsou  
ty nejvzácnější“



# Voda jako hodnota:

## anketa mezi zaměstnanci

 aktivizační pracovníce

**Voda nám tiše připomíná, že ne všechno je samozřejmé. Kolik věcí v životě přijímáme bez povšimnutí? Kolik darů máme každý den na dosah, aniž bychom se u nich zastavili?**

Stačí malá změna – chvíle, kdy si vodu musíme přinést, kdy ji nemáme hned k dispozici – a náš pohled se promění. Najednou vnímáme každou kapku jinak.

Možná nás právě tyto drobné zkušenosti učí vděčnosti. Ne hlasitě. Ne okázale. Ale tiše – jako voda sama. ■

### Andrea Humpová

pečovatelka

#### Co pro vás znamená voda?

Voda pro mě znamená mnoho. Slouží mi nejen k očištění, ale také k relaxaci a zábavě.

#### Co vám v létě pomáhá dobít energii?

V létě mi pomáhá dobít energii slunce. Radost mi dělá i voda v podobě vodních radovánek – ráda se čvachtám ve vířivce.

#### Kdy si nejvíce uvědomujete hodnotu vody?

Hodnotu vody si nejvíce uvědomuji tehdy, když je jí nedostatek. Snažím se proto vodou zbytečně neplýtvat.

#### Máte oblíbený letní rituál spojený s vodou?

Mým oblíbeným letním rituálem je chvíle, kdy si uvařím kávu, sednu si do vířivky a pustím si svou oblíbenou hudbu.

### Lucie Neuerová

aktivizační pracovníce

#### Co pro vás znamená voda?

Voda pro mě znamená především relaxaci a odpočinek.

#### Co vám v létě pomáhá dobít energii?

V létě mi pomáhá dobít energii hlavně slunce a odpočinek na zahradě.

#### Kdy si nejvíce uvědomujete hodnotu vody?

Nejvíce si hodnotu vody uvědomuji právě v létě, kdy jí bývá nedostatek.

#### Máte oblíbený letní rituál spojený s vodou?

Mým oblíbeným letním rituálem je koupání v bazénu během horkých letních dnů. Na tyto slunečné chvíle se každý rok moc těším.

### Gabriela Tužinčinová

aktivizační pracovníce

#### Co pro vás znamená voda?

Voda pro mě znamená čistotu a osvěžení. Bez vody si život nedovedu představit. Je to dar.

#### Co vám v létě pomáhá dobít energii?

V létě mi dělá radost krásné počasí, koupání na Donbase nebo v bazénu, pobyt venku a setkávání s přáteli.

#### Kdy si nejvíce uvědomujete hodnotu vody?

Hodnotu vody si nejvíce uvědomuji při odstávkách vody, kdy není samozřejmostí. Voda je pro mě cennější než zlato.

#### Máte oblíbený letní rituál spojený s vodou?

Když jsem bydlela v Tovačově a měla volno, jezdila jsem ráno k vodě, kde jsem i snídala. Měla jsem ráda to ticho, klid a krásný začátek letního dne.





# Voda jako vzpomínka:

## anketa mezi klienty



Lucie Neuerová, Elán



Voda je nositelkou vzpomínek. Pro někoho je to studená voda ze studny v letním dni. Pro jiného koupání v řece, kde čas plynul pomaleji. Nebo obyčejné mytí nádobí, kdy se u toho povídalo a sdílelo. Každý z nás má svou vlastní „vodu“ – místo, chvíli nebo pocit, který se s ní pojí. A právě tyto drobné vzpomínky tvoří mozaiku života. ■

### Otázky, které jsme seniorům položili

- 1) Jaká je vaše nejhezčí vzpomínka spojená s vodou?
- 2) Co vám v létě dělá největší radost?
- 3) Máte vodu spojenou s prací či námahou?

#### paní Anežka 86 let

Moje vzpomínka spojená s vodou je z dětství, kdy jsme se chodili koupat na Moravu. Nyní jsem ráda, že se v ní můžu umýt a napít se.



V létě mi dělá největší radost, když je teplo, svítí slunce a nefouká vítr. To mám nejraději.

Voda pro mě s prací ani námahou spojená nikdy nebyla, jen pustím kohoutek a vím, že voda poteče. Bez vody by nemohlo nic fungovat, nedokážu si to ani představit.

#### paní Marie 81 let

Moje nejhezčí vzpomínka spojená s vodou je, jak jsem se jako dítě chodívala koupat na Bečvu, tam jsem se naučila plavat. Později jsem se chodívala koupat na Donbas.

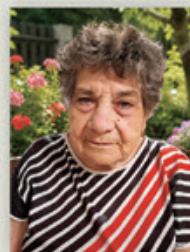


V létě mám největší radost, když je hezké počasí.

Voda pro mě nikdy nebyla s prací spojená.

#### paní Milada 84 let

Nejraději vzpomínám na koupání ve Valové, to jsem byla ještě malé dítě, později jsem se koupala na Bečvě a na Donbase.



V létě mi dělá největší radost krásné počasí.

Vodu mám spojenou s prací. Když jsem byla dítě, ještě nebyly vodovody, vodu jsme brali kýblem ze studny, až později jsme si pořídili čerpadlo.

#### pan Jiří 66 let

Nejkrásnější vzpomínku mám na jezero Zemplín na Slovensku, je to jezero velké jako moře.



Nejraději mám léto kvůli počasí. Mám rád teplo, když můžu jít ven jen v tričku.

Největší námahu pro mě znamenala voda při povodních v roce 1997, kdy jsem jako zedník opravoval spadené či poškozené domy.



# MALÉ ZMĚNY PRO LEPŠÍ DEN



## Pět malých kroků pro lepší den Lenka Šenková, ředitelka

Někdy nejsou nejdůležitější velké změny, ale malé laskavé kroky, které dokážou zpříjemnit obyčejný den. Právě drobné chvíle péče, klidu a všímavosti mohou přinést více pohody nám i lidem kolem nás. ■

### 1 Sklenice vody navíc

Začněme den sklenicí vody. Možná je to maličkost, ale tělo po noci osvěží a jemně probudí.



### 2 Mít vodu nablízku

Když máme vodu po ruce – na stolku, u postele nebo na zahradě – snáze si během dne připomeneme, že je důležité pravidelně pít.



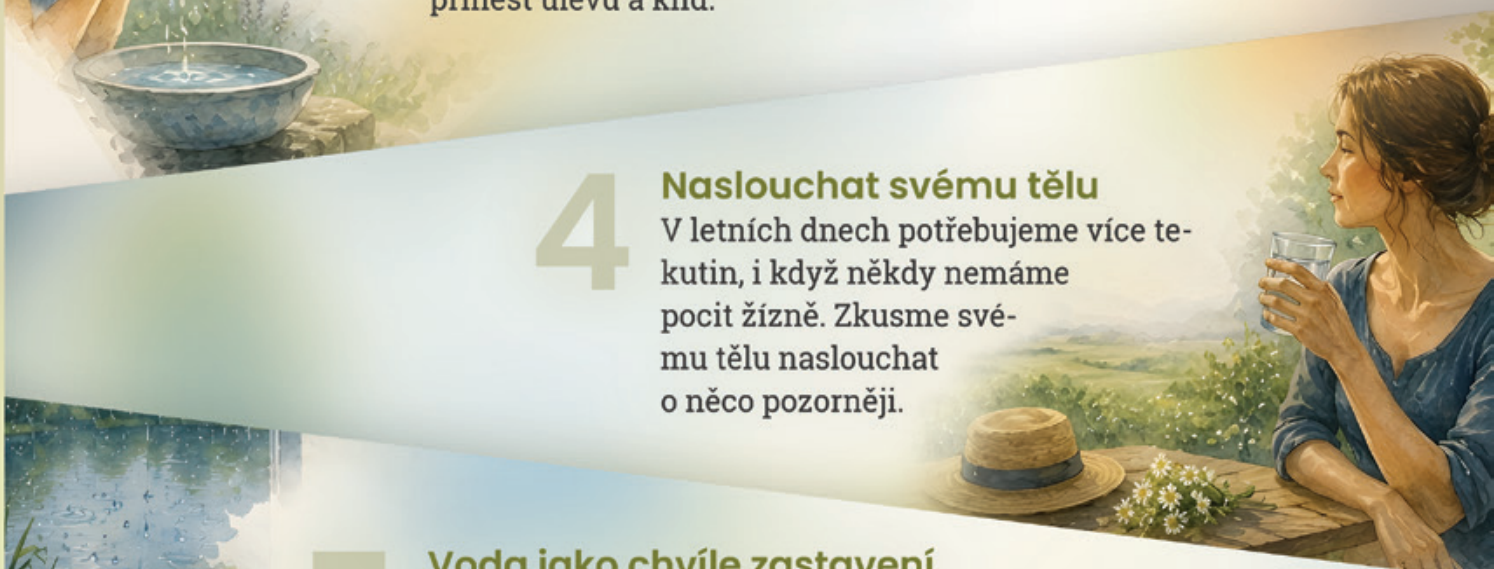
### 3 Dopřát si malé osvěžení

Opláchnout si ruce studenou vodou, osvěžit obličej nebo na chvíli posedět ve stínu. I drobné okamžiky mohou přinést úlevu a klid.



### 4 Naslouchat svému tělu

V letních dnech potřebujeme více tekutin, i když někdy nemáme pocit žízně. Zkusme svému tělu naslouchat o něco pozorněji.



### 5 Voda jako chvíle zastavení

Poslouchat déšť, pozorovat hladinu rybníka nebo si v tichu vychutnat šálek čaje. Voda nemusí být jen osvěžením – může být i chvílí klidu a spočinutí.





# Voda v našem Domově:

jak s vodou zacházíme každý den

 Lenka Šenková, ředitelka

Voda je součástí každého dne v našem Domově. Pomáhá nám při péči o klienty, v kuchyni, při úklidu, praní i péči o zahradu, která dělá radost nám všem. Často ji bereme jako samozřejmost, přitom právě voda patří k tomu nejcennějšímu, co máme. Proto stojí za to připomenout si, že i malé každodenní kroky mají svůj velký význam. ■

## Pečujeme o zeleň

Naše zahrada potřebuje pravidelnou péči. Rostlinám nejvíce prospívá zalévání ráno nebo večer, kdy se voda méně odpařuje a lépe zůstává v půdě.

## Využíváme vodu rozumně

Při každodenních činnostech se snažíme vodou neplýtvat.

Malé úspory v kuchyni, prádelně i při úklidu mohou mít v součtu velký význam.

## Voda jako součást péče

Dostatek tekutin a hygiena jsou důležitou součástí péče o naše klienty. Voda není jen prostředkem každodenních činností, ale i symbolem péče, zdraví a kvality života.

## Každá kapka má svou hodnotu

Kapající kohoutek nebo zbytečně puštěná voda se mohou zdát jako drobnost. Právě drobné změny ale pomáhají chránit to, co je pro život nezbytné.

## Malé změny, velký význam

Každý z nás může přispět – svou pozorností, zodpovědným přístupem a péčí o to, co máme. S vodou zacházíme zodpovědně, protože si vážíme toho nejcennějšího. Voda je dar, o který pečujeme společně každý den.





## KULTURNÍ OKÉNKO

## Tipy na letní čtení:

léto, radost a lehkost mezi stránkami



Pavla Schubertová, manažerka kvality

Léto je obdobím, kdy si mnozí z nás najdou více času na odpočinek a chvíle s dobrou knihou. Ať už si čtete na zahradě, na terase, u vody nebo ve stínu stromů, právě letní příběhy dokážou navodit příjemnou atmosféru plnou pohody, naděje a nových začátků.

Vybrala jsem knihy, které spojuje lehkost, letní nálada a hrdinky hledající svou cestu ke štěstí. Jsou to příběhy o lásce, odvaze začít znovu a o tom, že i nečekané životní změny mohou přinést něco krásného.



## Poslední léto

Karen Swan

Žena se vrací na místo plné vzpomínek, kde znovu otevírá stará tajemství i city. Jedno léto změní její pohled na minulost i budoucnost.



## Zmrzlinárna pod kaštanem

Nico Mahler

Mladá žena začne nový život v malé zmrzlinárně, kde postupně najde smysl i lásku. Sladké léto plné změn jí ukáže, co je opravdu důležité.



## Ty, já a Itálie

Sue Roberts

Po rozchodu odjíždí hlavní hrdinka do Itálie, kde znovu nachází radost ze života. Letní atmosféra přinese nový začátek i lásku.

Příběhy, které nás v létě osloví, nemusí být složité ani dramatické. Někdy stačí otevřít knihu, nechat se přenést do jiného prostředí a na chvíli zapomenout na každodenní starosti. Přeji vám, aby vám letošní léto

přineslo nejen krásné zážitky, ale také mnoho příjemných chvil s knihou v ruce. ■

zdroj fotografií knih [www.knihydobrovsky.cz](http://www.knihydobrovsky.cz)



Voda nemusí přinášet jen klid a osvěžení. Někdy připomíná také sílu, nejistotu a období, kdy člověk hledá směr.

Maják je od pradávna vnímán jako symbol naděje.

Připomíná, že i v bouřích a neklidných chvílích může člověk najít světlo, které ho povede dál. ■

## Bouře

 Jan Šenk

Aby tvoje duše byla opět statečná,  
našla blikající maják v nesnázích.  
Možná, že se na moři ta bouře utiší,  
a ty se už dál plavit nebudeš bát.

Na moři bouřlivém já už se nemusím bát,  
bouře řadí na povrchu a nikdy v hlubinách.  
Majákem, co do temnoty své světlo vysílá,  
je Láska Boží, Láska tvoje, Láska zářivá.

### Recitace

*Je čas setřást ze sebe dřímotu.  
Je čas otevřít oči, abys spatřil svět takový, jaký je.  
Je čas, aby ses konečně probudil.  
Je čas povstat, najít sám sebe a kráčet ve světle.*

Každé ráno otvíráš oči a tise přecházíš  
z jednoho snu do druhého a nevnímáš,  
jak temnota tvou loďku na moři unáší  
a ty se necháš spoutat svou minulostí.

Důvěřuj směru, ve kterém slunce zapadá,  
nechej se unášet proudem svých pocitů.  
V rukou máš kormidlo a cizí ti připadá,  
svůj záměr měj před sebou, i když jsi sám.

### Recitace

*Tak jako déšť padá na zem, aby ji zavlážil,  
a pak se vrací vzhůru na oblohu, aby znovu skrápěl zemi,  
stejně se nám vrací láska, kterou dáváme.  
Dopřej si dar lásky tím, že ji budeš sdílet se všemi ostatními.  
Vyzařuj láskyplnou vřelost na každého, koho potkáš.  
Vysílej lásku a ona se ti bude vracet.*

Odhod' strach z toho, co by se mohlo stát,  
zanech to noční tmě a přivítej nový den.  
Drobnými pohyby určuješ nový směr,  
jen ty sám řídíš své plavidlo na moři dál.

Aby tvoje duše byla opět statečná,  
našla blikající maják v nesnázích.  
Možná, že se na moři ta bouře utiší,  
a ty se už dál plavit nebudeš bát.



Každý člověk někdy prochází  
svou vlastní bouří.  
Někdy přichází tise,  
jindy nečekaně a silně.  
A právě tehdy hledáme světlo,  
které nám pomůže neztratit směr.  
Možná je tím majákem blízký člověk.  
Možná víra, naděje nebo obyčejná  
lidská laskavost.  
A možná právě proto v nás obraz  
světla uprostřed bouře tolik zůstává.

**„Majákem, co do temnoty své světlo vysílá,  
je Láska Boží, Láska tvoje, Láska zářivá.“**



# Jubilanti

Připomínáme si jubilanty za uplynulé čtvrtletí. Srdečně blahopřejeme.

## Elán 2

Olga B. 88 let  
Květoslava Č. 87 let

## Vital

Zdeněk V. 85 let  
Magdalena K. 85 let

## Vital A

Libuše M. 93 let  
Marie Š. 93 let  
Jarmila S. 93 let  
Jaroslava G. 94 let

## Vital B

Pavel O. 85 let  
Blažena B. 88 let  
Hana K. 88 let  
Marie K. 88 let

## Vital 1

Pavel V. 85 let  
Zdeňka T. 86 let  
Marie J. 86 let  
Marie K. 89 let

## ReVital

Mája K. 86 let  
Marie P. 89 let  
Žofie M. 96 let



*Vše nejlepší!*

## Přivítali jsme

|                            |                  |
|----------------------------|------------------|
| 26. 3. paní Krčová V.      | oddělení Elán 2  |
| 26. 3. pan Vymazal Z.      | oddělení Vital   |
| 27. 3. pan Prášil J.       | oddělení Elán 2  |
| 27. 3. paní Prášilová M.   | oddělení Elán 2  |
| 2. 4. paní Černošková Z.   | oddělení Vital A |
| 7. 4. paní Hýbnerová V.    | oddělení Vital A |
| 14. 4. pan Schweitzer S.   | oddělení ReVital |
| 20. 4. paní Krivušová L.   | oddělení Vital B |
| 23. 4. pan Neoral J.       | oddělení Vital A |
| 30. 4. paní Vacková M.     | oddělení Elán 2  |
| 4. 5. paní Ottová M.       | oddělení ReVital |
| 5. 5. paní Kilianová B.    | oddělení ReVital |
| 6. 5. paní Kořínková A.    | oddělení Vital A |
| 11. 5. paní Čižmářová M.   | oddělení ReVital |
| 12. 5. pan Gajdůšek F.     | oddělení Vital B |
| 14. 5. paní Sedláčková B.  | oddělení Vital   |
| 18. 5. paní Srovnalová A.  | oddělení ReVital |
| 19. 5. paní Dolanská M.    | oddělení Elán 2  |
| 25. 5. paní Trhlíková M.   | oddělení ReVital |
| 27. 5. pan Karásek J.      | oddělení ReVital |
| 28. 5. paní Hronová M.     | oddělení ReVital |
| 3. 6. paní Musilová L.     | oddělení ReVital |
| 4. 6. paní Daňková B.      | oddělení Vital   |
| 8. 6. paní Chalupová B.    | oddělení Vital A |
| 8. 6. paní Zatloukalová G. | oddělení Vital   |
| 9. 6. paní Mlčochová J.    | oddělení Elán 2  |
| 11. 6. pan Chytil K.       | oddělení Vital B |

## Opustili nás

|                            |                  |
|----------------------------|------------------|
| 13. 3. pan Souček V.       | oddělení Elán 2  |
| 17. 3. pan Vlček V.        | oddělení ReVital |
| 18. 3. pan Gerold J.       | oddělení Vital A |
| 19. 3. paní Kindlová M.    | oddělení Elán 2  |
| 19. 3. pan Tomšic J.       | oddělení Vital A |
| 29. 3. pan Přikryl J.      | oddělení Vital B |
| 3. 4. paní Vránová M.      | oddělení Elán 2  |
| 6. 4. pan Nevřela A.       | oddělení Vital A |
| 16. 4. paní Černá J.       | oddělení ReVital |
| 16. 4. paní Galandáková D. | oddělení Elán 2  |
| 17. 4. paní Čechová B.     | oddělení ReVital |
| 19. 4. pan Žbánek A.       | oddělení Vital B |
| 19. 4. paní Ulmanová H.    | oddělení ReVital |
| 23. 4. paní Hýbnerová V.   | oddělení Vital A |
| 27. 4. paní Bernardová M.  | oddělení ReVital |
| 1. 5. paní Honzáková E.    | oddělení ReVital |
| 5. 5. pan Franta J.        | oddělení ReVital |
| 6. 5. paní Kilianová B.    | oddělení ReVital |
| 7. 5. paní Tichá L.        | oddělení Elán 2  |
| 12. 5. paní Melicharová M. | oddělení Vital A |
| 12. 5. paní Šatánková D.   | oddělení Vital   |
| 14. 5. paní Janošíková M.  | oddělení ReVital |
| 20. 5. pan Horák A.        | oddělení Elán 2  |
| 22. 5. paní Nezhybová M.   | oddělení Vital   |
| 27. 5. paní Julinová L.    | oddělení Vital   |

*S láskou vzpomínáme.*







# PÉČE SRDCEM

ANEB

## JAK SE STARÁME

### Aktivní zapojení

**Věříme, že i obyčejné každodenní činnosti mohou člověku přinášet radost, pocit smyslu a blízkosti. Proto naše uživatele podporujeme v tom, aby se podle svých možností aktivně zapojovali do života kolem sebe.**

Nejde nám o výkon ani o to něco „splnit“. Důležité jsou společně prožité chvíle, pocit užitečnosti, sdílení zkušeností a radost z toho, že člověk může být součástí dění. Každý si s sebou nese svůj vlastní životní příběh, své dovednosti, zvyky i vzpomínky. Snažíme se na ně navazovat a vytvářet prostředí, ve kterém se lidé cítí přirozeně, bezpečně a přijímaní.

Jednou z oblíbených aktivit je společné vaření a pečení. V našem Domově totiž neplatí, že kuchyně je jen pro kuchaře. Tentokrát jsme se zaměřili na tradiční recepty, které většina uživatelů dobře zná. Společně jsme připravovali domácí polévku a následující den také jablečný štrúdl.

Do přípravy se zapojil každý podle svých možností – od čištění a krájení zeleniny



Andrea Klimešová, aktivizační pracovnice



přes strouhání jablek až po motání těsta. Kuchyní se linuly známé vůně, které mnohým připomněly domov, rodinu a chvíle strávené s blízkými.

Největší odměnou však nebyla samotná ochutnávka, ale radost ze společné práce, sdílených vzpomínek a pocit, že i obyčejné činnosti mohou přinášet smysluplné okamžiky. ■

### Když polévka voní domovem



Vůně domácího vývaru dokáže probudit vzpomínky, které v nás zůstávají po celý život. Připomíná nedělní obědy, rodinná setkání i chvíle, kdy se domov na okamžik soustředil kolem jednoho stolu.



Andrea Klimešová, aktivizační pracovnice

Právě takovou atmosféru jsme společně zažili při přípravě domácí polévky. Naše uživatelky i uživatelé se zapojili podle svých možností – někdo loupal zeleninu, jiný pomáhal s přípravou surovin a další vzpomínal na recepty, které se vařily doma po generace.

A najednou to nebylo jen o vaření.

Místností se nesla vůně vývaru, objevovaly se úsměvy, vzpomínky i drobné rozhovory o rodinných receptech, nedělních obědech a společně prožitých chvílích. Pro mnohé to byl návrat k dobře známým okamžikům, které v sobě nesou pocit domova, blízkosti a lidského tepla.

Společně připravená polévka nakonec chutnala možná o něco lépe než obvykle. Nejen díky použitým surovinám, ale také díky času, který jsme strávili společně. ■



# Příběhy ve strunách



Andrea Klimešová, aktivizační pracovnice

Jedním z našich uživatelů je pan učitel, který si dodnes rád zahraje na housle. Hudba byla vždy důležitou součástí jeho života a stále mu přináší radost i vnitřní klid. Když vezme housle do ruky a zahraje několik známých melodií, potěší nejen sebe, ale i ostatní uživatele. Prostor najednou naplní hudba, úsměvy, dobrá nálada a příjemná atmosféra.

Nejde jen o samotné hraní či zábavu. V těchto chvílích ožívají vzpomínky, životní zkušenosti i radost z toho, že člověk může druhým stále něco předávat a být užitečný.

Hudba se tak stává nejen krásným zážitkem,

ale také tichým mostem mezi minulostí a přítomností. ■



## Jezírko, které přináší klid i radost

V naší zahradě máme místo, které mnozí dobře znají.

Místo, kde se člověk může na chvíli zastavit, posadit se

a jen tak být. Naše jezírko. Letos v srpnu si připomeneme 10 let od jeho vybudování.



Lenka Šenková, ředitelka

Za tu dobu se stalo přirozenou součástí našeho Domova. Místem, které spojuje klid, krásu i každodenní chvíle odpočinku.

Kolem jezírka se rozrostla pestrá výsadba, která se během roku proměňuje. Každé roční období mu dává jinou podobu. Ve vodě se prohánějí ryby, které přitahují pohledy a vyvolávají údiv i úsměv. Jemný zvuk vodopádu dodává místu zvláštní atmosféru klidu.

Není to jen kousek zahrady. Je to prostor, kde se dobře dýchá. Prostor, který se stal důležitým místem setkávání. Procházky, posezení, rozhovory i tiché chvíle o samotě. Někdy stačí jen pár minut – a člověk si odnese pocit klidu a pohody.

Možná právě proto se k jezírku lidé tak rádi vracejí. Nejen kvůli vodě a zahradě, ale kvůli pocitu, který toto místo přináší – klid, zastavení a chvíle, které mají pro člověka obrovskou hodnotu. ■



### Poděkování

Děkujeme všem, kteří se podíleli na vzniku jezírka a kteří se o něj s láskou starají. Díky nim máme v zahradě místo, které přináší klid, krásu a radost z obyčejných chvil.



## Příběh jezírka: deset let péče

 **Milan Valenta**, vedoucí provozního úseku

**Blíží se kulaté výročí založení našeho zahradního jezírka, a proto mi dovolte krátce zavzpomínat na jeho vznik před deseti lety i na jeho postupné zvelebování.**



Původní jezírko tvořila menší nádrž o objemu přibližně 12 m<sup>3</sup>. Původní řešení se však časem ukázalo jako nedostačující, a proto došlo k jeho rozšíření na současný objem přibližně 22 m<sup>3</sup>. Střed jezírka tvoří původní nádrž o hloubce dva metry, která slouží jako zimoviště pro ryby. Ty zde tráví zimní období v klidu na dně jezírka a čekají na první jarní slunečné dny.

Zbytek jezírka tvoří mělká část o hloubce asi půl metru, kde se ryby zdržují především

během teplých měsíců. Nový filtrační systém se dvěma čerpadly zajišťuje čistotu vody a umožňuje krásný pohled do její průzračné hladiny.

Hlavními obyvateli jezírka jsou koi kapři, ale při troše štěstí můžeme zahlédnout také skokana hnědého, který zde našel svůj domov. Každoročně nás navíc těší nádherné květy leknínů.

Jezírko se postupně stalo důležitou součástí naší zahrady. Přináší uklidňující zvuk tekoucí vody, příjemnou atmosféru a prospívá také okolní přírodě i drobným živočichům, například ptákům nebo opylovačům.

Za slunečných dnů zde rádi posedí naši klienti i jejich rodiny a užívají si chvíle klidu a pohody. Přestože je údržba jezírka poměrně náročná, výsledkem je místo, které přináší radost mnoha lidem.

I proto jsme velmi rádi, že plánovaná rekonstrukce Domova zachová nejen jezírko, ale i většinu krásných stromů, které společně vytvářejí oázu klidu a pohody. ■

## Tiché vzpomínání u jezírka

 **Roman Nehera**, kaplan

Každý rok na podzim, okolo Dušiček, se v našem Domově koná setkání plné vzpomínek, úcty a blízkosti. U jezírka se scházejí pozůstalí klientů, kteří v uplynulém roce odešli navždy. Společně si připomínáme jejich životy, sdílíme vzpomínky a věnujeme jim ti-

chou modlitbu.

Atmosféra podvečera bývá komorní a emotivní. Barevné listí, klidná hladina a svíčky vytvářejí prostor pro rozjímání. Každé jméno zesnulého zazní s úctou a vděčností.

Součástí je obřad vypouštění plovoucích svíček na hladinu jezírka. Každá nese jméno člověka, na kterého vzpomínáme. Když se světélka rozplývají po jezírku, vzniká silný okamžik ticha, propojení a naděje. Tento symbol připomíná, že vzpomínky na zesnulé zůstávají mezi námi.

Setkání je pro pozůstalé důležitou chvílí podpory. Umožňuje jim setkat se s personálem, zavzpomínat a důstojně se rozloučit s těmi, kteří byli součástí našeho života.

Tato naše tradice potvrzuje, že lidská blízkost, úcta a vzpomínka mají nezastupitelné místo i po odchodu našich nejbližších. ■





# HUMOR A ZÁBAVA

## S humorem jde všechno líp

### Letní rozhovor

Paní Marie sedí na lavičce a povídá si s kamarádkou:  
 „Tak co, Marie, jak zvládáš ty vedra?“  
 „Výborně. Dopoledne jsem ve stínu, odpoledne ve stínu a večer vzpomínám na zimu.“

### Letní čtení

Paní v knihovně:  
 „Prosím vás, máte nějakou napínavou knihu?“  
 „Ano, tady detektivku.“  
 „A nemáte něco méně napínavého? Mně úplně stačí sledovat počasí.“

Humor je koření života...



### Letní dieta

Paní povídá sousedce:  
 „Doktorka mi doporučila lehkou letní stravu.“  
 „A jak se ti to daří?“  
 „Výborně. Včera jsem měla k obědu zmrzlinu a k večeři meloun.“

### Seniorská výhoda

„Babi, jak poznáš, že je opravdu horko?“  
 „Když už ani já nechci pít horký čaj.“

### Zahradnická moudrost

„Dědo, proč doma každý den zaléváš ty samé květiny?“  
 „Protože ony si to nepamatují a já taky ne.“





# Najdete 8 rozdílů?

Řešení: dveře, žárovka, květinová, hlemýžď, symbol na ceduli

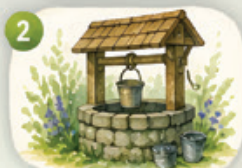


## Vodní spojovalka

Řešení: 1C, 2D, 3A, 4E, 5F, 6B



**A** Plave po hladině rybníka.



**B** Potřebuje vodu, aby mohla růst.



**C** Přináší krajině potřebnou vláhu.



**D** Je zdrojem vody pro lidi.



**E** Žije ve vodě.



**F** Slouží k projíždce po rybníku.



## Osmisměrka



ZAHRA  
 PŘÍRODA  
 RYBNÍK  
 MORAVA  
 STUDNA  
 PLATAN  
 KAPKA  
 POTOK  
 ŘEKA  
 DÉŠŤ  
 VODA  
 LÉTO

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| E | R | X | Z | A | H | R | A | D | A |
| H | Q | Y | K | M | C | Z | V | D | Z |
| D | F | E | B | P | O | T | O | K | B |
| É | Ř | J | E | N | C | R | D | O | C |
| Š | Z | K | E | C | Í | L | A | Y | P |
| Ť | L | F | U | Ř | K | K | P | V | L |
| N | I | É | P | S | T | U | D | N | A |
| Y | R | G | T | Q | H | P | H | T | T |
| E | G | R | O | O | K | A | P | K | A |
| U | K | B | Y | D | J | I | M | A | N |

## Retro okénko: vzpomínky vonící létem

 Kristýna Holomčíková, sociální pracovníce



**Léto, koupaliště, rybník nebo obyčejná vana doma.**

**I voda měla své hračky, na které mnozí z nás dodnes vzpomínají.**

Možná jste měli gumovou kačenku, která po zmáčknutí pískala. Možná jste pouštěli dřevěnou lodičku po potoce nebo závodili s kamarády, čí doplují dál. A kdo by si nevzpomněl na nafukovací kruhy, barevné míče nebo první vodní pistole, které proměnily horké letní dny v malé vodní bitvy?

K vodě patřily také kyblíky, bábovičky a vodní mlýnky. Stačilo trochu písku, pár kapek vody a dětská fantazie se postarala o zbytek.

Hračky byly tehdy jednodušší než dnes. Často vydržely několik let a někdy se dokon-

ce dědily mezi sourozenci. Přesto dokázaly přinést stejně radosti jako dnešní moderní hračky.

Dnes jsou hračky jiné a často mnohem dokonalejší. Přesto si mnozí z nás při pohledu na obyčejnou lodičku, gumovou kačenku nebo nafukovací kruh vybaví něco mnohem cennějšího než samotnou hračku – bezstarostné léto, dětskou radost a chvíle strávené u vody s rodinou a kamarády.

Možná totiž nevzpomínáme na hračky samotné. Vzpomínáme na chvíle, které jsme s nimi prožili. ■





## Poděkování, která nás těší

pracovníci Domova

### „Maminka u vás našla domov“

Ráda bych poděkovala všem pracovníkům Domova seniorů Tovačov za péči, kterou věnovali mé mamince Marii během téměř pěti let jejího pobytu.

Při každé návštěvě jsem se zde cítila dobře a vítaně. Velmi si vážím lidského přístupu, ochoty a vstřícné komunikace, které se mi od zaměstnanců dostávalo, zvláště v náročnějších chvílích. Děkuji všem pracovníkům oddělení Vital, kteří o maminku pečovali s laskavostí a respektem.

rodina paní Marie



Poděkování má mnoho podob a někdy nejsou slova potřeba – stačí gesto.

Za každým poděkováním se skrývá příběh, vzpomínka i kus společně prožitého času. Děkuje za slova, která nám připomínají, proč je naše práce důležitá.

Rádi se s vámi podělíme o pár úryvků z dopisů, které jsme obdrželi od rodin našich klientů. ■

### „Děkujeme za laskavost a péči“

Děkuji všem zaměstnancům Domova seniorů Tovačov za péči, kterou věnovali mé mamince Danuši Šatánkové v závěru jejího života.

Vždy jsem ji nacházela čistou, upravenou a spokojenou. Oceňuji nejen odbornou péči, ale především lidskost, empatii a pozornost, které jí byly věnovány každý den. Velmi si vážím také krásných vzpomínek, které mamince pobyt v Domově přinesl.

Za všechnu péči, laskavost a podporu upřímně děkuji.

Alena Chromá

## Děkujeme za dar s velkým srdcem

Lenka Šenková, ředitelka

Na Letní zahradní slavnosti jsme převzali krásný dar od dětí ze Základní školy Tovačov. V rámci dobročinné akce *Bazárek hraček*, pořádané při Dni dětí, se jim podařilo vybrat 5 354 Kč, které věnovaly našim klientům.

Velmi si vážíme nejen finančního daru, ale především laskavosti, solidarity a ochoty pomáhat druhým, které děti svým činem prokázaly.

Děkujeme všem dětem, rodičům, pedagogům i organizátorům za radost, kterou našim klientům přinesli. ■



Děti ze Základní školy Tovačov předaly klientům našeho Domova výtěžek z dobročinného Bazárku hraček. Vybraná částka 5 354 Kč bude využita ve prospěch našich klientů. ■

„Malé skutky laskavosti dokážou vykouzlit velkou radost.“



# ZE ŽIVOTA V DOMOVĚ

## Oslava jubilantů



Lucie Neuerová, Elán

Dne 8. 4. proběhla v našem Domově slavnostní oslava jubilantů. Prostory místní kavárny byly svátečně vyzdobeny a na stolech bylo připraveno drobné pohoštění.

Naši oslavenci společně usedli ke stolu, kde si vychutnávali nejen připravené občerstvení, ale především možnost setkat se, popovídat si a sdílet své vzpomínky. Atmosféra byla uvolněná, plná úsměvů, radosti a přátelských rozhovorů.

Velkým zpestřením programu bylo vystoupení dětí z místní mateřské školy, které přišly naše jubilanty potěšit písničkami i drobným dárečkem v podobě vlastnoručně vyrobených kyticek. Toto milé setkání vykouzlilo úsměv na tváři všem přítomným. ■



*„Radost je nejkrásnější tehdy, když ji můžeme sdílet.“*

## Velikonoční beránci aneb Radost z tvoření i společného setkání



Andrea Klimešová, aktivizační pracovnice

V našem Domově jsme se i letos společně pustili do zdobení velikonočních beránků, kteří už druhým rokem poputují do Prostějova, na výstavu pořádanou Rotary clubem.

Každý beránek byl originál. Fantazii se meze nekladly – někteří zdobili beránky „sněhem“ z cukrové polevy, jiní volili světlou či tmavou čokoládu. Objevily se také ozdoby z kokosu nebo marcipánu, vždy podle fantazie autora. Nechyběl ani závěrečný detail v podobě ba-

revné mašličky, která každého beránka krásně doplnila.

Výstava v Prostějově pro naše uživatele nepředstavuje jen možnost prezentovat svou práci, ale také příležitost prohlédnout si výtvořky ostatních účastníků, inspirovat se a sdílet radost z tvoření.

Velikonoční beránek je tradičním symbolem Velikonoc. Představuje naději, nový život a obnovu. ■





## Barvení velikonočních vajíček

Velikonoce jsou svátky jara, nového života a naděje. Také u nás v Domově jsme si připomněli jednu z nejkrásnějších tradic – barvení velikonočních vajíček.

Společné zdobení kraslic přineslo radost z tvoření, příjemné povídání i vzpomínky na velikonoční zvyky z dětství. Každé vajíčko bylo originální a vznikalo podle fantazie svého autora.

Povídali jsme si také o významu velikonočních symbolů. Kraslice představují nový život a naději, zelené oosení probouzející se přírodu a pomlázka zdraví, svěžest a životní sílu.

Velikonoce tak i dnes propojují tradice, vzpomínky a radost ze společně strávených chvil. ■



Andrea Klimešová, aktivizační pracovnice



## Když rozkvetla magnolie



Andrea Klimešová, aktivizační pracovnice



Velikonoční období jsme v našem Domově oslavili milým a tvořivým setkáním, na které budeme ještě dlouho vzpomínat. Společně s uživateli jsme se pustili do barvení velikonočních vajíček, což přineslo nejen radost z tvoření, ale také příjemnou atmosféru plnou sdílení, povídání a vzpomínek.

Setkání probíhalo v rámci velikonoční kavárny, kde jsme si u drobného občerstvení v podobě velikonočních beránků povídali

o velikonočních tradicích a zvycích.

Po příjemně stráveném čase uvnitř jsme se společně vydali do zahrady. Tam jsme vlastnoručně ozdobená vajíčka zavěsili na rozkvetlou magnolii.

Tento okamžik byl skutečně kouzelný. Barevné kraslice rozzářily strom i celou zahradu a vytvořily nádhernou jarní podívanou.

Celé setkání se neslo v duchu radosti, sounáležitosti a jarní pohody. Jsme rádi, že jsme si společně mohli připomenout tradice a vytvořit něco krásného, co potěšilo nás všechny. ■



# Když za námi přijede Bon Bon

 Gabriela Tužinčinová, aktivizační pracovnice

Terapeutka paní Mgr. Klára Kubíčková z Přestavlk u Olomouce nás v dubnu navštívila již potřetí. Tentokrát přijela s černobílým hřebečkem poníka, který se pyšní sladkým jménem Bon Bon.

Postupně tak poznáváme další koně ze stáje paní Klárky. V loňském roce jsme měli možnost setkat se s kobyčkami Zafirou a Kulíčkou.

Velkou radost nám udělala také zpráva, že Zafira získala mimořádné ocenění a stala se vítězkou ankety České hiporehabilitační společnosti – Hiporehabilitační kůň roku 2025. K tomuto krásnému úspěchu moc gratulujeme.

Setkání s koňmi přináší našim uživatelům nejen nové zážitky, ale také klid, radost a příjemně strávené chvíle.

Už nyní se těšíme na červnové setkání a jsme zvědaví, který koňský kamarád nás přijede potěšit příště. ■





## Zelené pivo na Zelený čtvrtek

Letos jsme tradici jíst na Zelený čtvrtek něco zeleného pojali trochu po svém – a nutno říct, že velmi povedeně. Místo klasického špenátu jsme se s našimi seniory domluvili a společně vyrazili na zelené pivo.

Už od začátku panovala skvělá nálada. U stolu to doslova sršelo humorem, smíchem a příjemným povídáním. Odpoledne jsme si všichni moc užili a už teď se těšíme, že si tuto milou tradici příští rok zopakujeme. ■



Zdeňka Pospíšilová, aktivizační pracovnice



## Tradice ožívá – stavění májky

Poslední dubnový den jsme u nás společně přivítali jaro stavěním májky. Naši uživatelé ji vlastnoručně nazdobili pestrými barevnými krepovými stuhami a vytvořili tak krásnou ozdobu naší zahrady.

Májka jako symbol jara, lásky a nového života.

Odpoledne doprovodily tóny lidových písní a nechybělo ani malé občerstvení v podobě uzeného masa a piva. Sváteční atmosféru podtrhla recitace básně „Lesní studánka“, která všechny potěšila.

Květen patří k nejkrásnějším obdobím v roce, kdy se příroda probouzí a stromy jsou sám bělostný květ. ■



Andrea Klimešová, aktivizační pracovnice



Důvěřuj směru, ve kterém slunce zapadá,  
nechej se unášet proudem svých pocitů.  
V rukou máš kormidlo a cizí ti připadá,  
svůj záměr měj před sebou, i když jsi sám.



# Čarodějný den plný úsměvů a lidskosti

## aneb Příběh o dni, kdy se zrodily čarodějnice

Bylo to ráno jako každé jiné. Chodby byly tiché, hodiny na stěně odměřovaly čas a všechno nasvědčovalo tomu, že den proběhne v obvyklém rytmu. Jenže tentokrát bylo ve vzduchu něco jiného – lehké napětí, špetka očekávání a tajemství, které se mělo brzy odhalit.

 Hana Strejčková, koordinátorka oddělení Elán

Jedna po druhé začaly přicházet. Nejdřív nenápadně – tmavé šaty, výraznější líčení. Pak se ale objevily klobouky, netopýři ve vlasech a úsměvy, které prozrazovaly, že dnes se pravidla trochu změní. Z obyčejného dne se stal den čarodějnic.

Sešly se spolu, jako by se znaly odjakživa. Každá jiná, každá originální, ale dohromady tvořily dokonalý kruh. Smály se, upravovaly si navzájem kostýmy a na chvíli zapoměly na všechno, co běžně naplňuje jejich pracovní dny. Byly to čarodějnice – ale ne ty z pohádek. Tyhle rozdávaly radost.

Pak přišel okamžik, který nikdo neplánoval, a přesto byl nejdůležitější. V tichém pokoji seděla starší paní. Když k ní „čarodějnice“ přišly, její oči se rozzářily. Možná si na chvíli připadala v jiném světě, možná si jen užívala

přítomnosti těch, kdo na ni nezapomněli. Ony se k ní sklonily, jemně, s respektem a úsměvem. V tu chvíli nebyly důležité kostýmy ani rekvizity – jen blízkost, lidskost a sdílený okamžik.

Den pokračoval dál, chodby ožily a smích se nesl prostorem. Dokonce i tam, kde člověk čekal jen klid a rutinu, se najednou objevila radost. Čarodějnice procházely mezi dveřmi, zastavovaly se, povídaly si, rozdávaly úsměvy. A možná ani netušily, kolik jich za ten den vykouzly.

Když se večer klobouky odložily a líčení pomalu mizelo, něco přece jen zůstalo. Nebyla to magie v pravém slova smyslu. Bylo to něco mnohem silnějšího – pocit, že i obyčejný den se může proměnit v něco výjimečného. Stačí jen chtít. ■





# Sázení muškátů

 **Andrea Klimešová**, aktivizační pracovnice



Tradice sázení muškátů tak není jen o květinách, ale především o lidech, kteří svým nadšením a péčí vytvářejí krásu kolem sebe. Každé jaro se v našem Domově nese ve znamení tradice, jež přináší radost, barvy i pocit sounáležitosti, každoroční sázení muškátů. Naši uživatelé se s nadšením zapojují do této oblíbené aktivity a společně tak vytvářejí nádhernou výzdobu oken a balkonů.



Pod jejich rukama vznikají pestré truhlíky plné rozkvetlých muškátů, které postupně proměňují celý Domov v kvetoucí oázu. Každý květ je výsledkem péče, trpělivosti a radosti z tvoření.

Společná práce navíc posiluje přátelskou atmosféru a přináší krásné chvíle sdílení. Výsledek stojí za to, okna i balkony hýří barvami a lákají pohledy všech kolemjdoucích. Tento obraz budeme s radostí obdivovat po celé léto nejen my, ale i naši hosté. ■



# Sportovní olympiáda

 **Zdeňka Pospíšilová**, aktivizační pracovnice

V květnu jsme měli tu čest uspořádat sportovní olympiádu a přivítat u nás soutěžící z dalších domovů. Soutěžilo se celkem na osmi stanovištích, kde si účastníci mohli vyzkoušet například svou paměť při Kimově hře nebo přesnost při vrhu koulí.

I když nám počasí příliš nepřálo, nenechali jsme se odradit a všichni si soutěžní den užili v příjemné a veselé atmosféře.



Velkou radost nám udělal také úspěch našeho týmu, který pro náš Domov vybojoval zlaté medaile. Na druhém místě se umístil tým z Domova Alfreda Skeneho Pavlovice u Přerova a třetí místo obsadily dámy z Domova seniorů POHODA Chválkovice.

Děkujeme soutěžícím i všem, kteří se podíleli na přípravě olympiády, za krásnou atmosféru a příjemně strávený den plný sportovních her a dobré nálady. ■





## Výlet do Michalova

 Zdeňka Pospíšilová, aktivizační pracovnice

I když ranní počasí nevypadalo příliš příznivě, vydali jsme se společně na výlet do přerovského parku Michalov. A rozhodně jsme nelitovali.

Rozkvetlé stromy, pivoňky a všudypřítomná zeleň vytvořily krásnou jarní atmosféru a příjemné místo k procházce i odpočinku. Výlet jsme si zpříjemnili také posezením u kávy, a nakonec nám přálo i počasí.

Společně strávený čas jsme si všichni moc užili a domů jsme se vraceli s dobrou náladou. ■



## Opékání špekáčků

 Lucie Neuerová, Elán



3. června jsme uspořádali oblíbené opékání špekáčků. Účastníci si nad ohněm opekli špekáček, zazpívali si známé táborákové písně a užili si příjemné odpoledne plné pohody, smíchu a společného povídání.

Přestože nás na závěr doprovodil déšť, všichni odcházeli spokojeni. Děkujeme za krásně strávený čas a těšíme se na další společná setkání. ■

## Kácení máje

 Zdeňka Pospíšilová, aktivizační pracovnice

Kácení máje je krásná tradice, která symbolicky uzavírá jaro a otevírá cestu létu.

Také u nás v Domově jsme si tuto událost náležitě užili.



K poslechu i společnému zpěvu nám zahrálo Country duo z Vojenské hudby Olomouc. Naši pánové z údržby připravili v udírně voňavý kabanos, na kterém si všichni náramně pochutnali.

Počasí nám přálo, a tak jsme společně prožili příjemné odpoledne plné hudby, dobré nálady a milých setkání. Děkujeme všem, kteří se na přípravě této povedené akce podíleli. ■



# Zahradní slavnost

 Zdeňka Pospíšilová, aktivizační pracovnice

Přestože ráno vydatně pršelo, odpoledne se počasí umoudřilo a na naši zahradní slavnost se nakonec usmálo sluníčko. Prožili jsme tak krásné odpoledne plné zábavy a dobré nálady.

V kuchyni pro nás byly připraveny výborné domácí koláče a pánové z údržby se postarali o skvělé steaky a makrely. Nechyběla ani tombola, ve které si mnozí vyzkoušeli své štěstí.

Celým odpolednem nás provázela kapela LIFBand. Velkou radost nám udělala také vystoupení žáků Základní školy Tovačov, mažoretek, souboru Hanáci a Sokolek z Tovačova.

Velmi nás potěšilo předání šeku od Základní školy Tovačov našemu Domovu. Paní učitelky uspořádaly burzu hraček, do které děti přinášely své hračky a zároveň si mohly zakoupit jiné. Výtěžek z této akce byl věnován našim seniorům. Jednalo se o krásné a srdečné gesto, kterého si velmi vážíme.

Celé odpoledne se neslo v duchu mezigeneračního setkávání, přátelství a rodinné pohody. Společně jsme si užili příjemné chvíle, na které budeme dlouho vzpomínat. ■





## Zamyšlení na závěr



Lenka Šenková, ředitelka

*„Zeptal jsem se Boha:  
Proč nás bereš  
do rozbouřených vod?  
Odpověděl: Protože vaši  
nepřátelé neumí plavat.“  
(neznámý autor)*

Život nebývá vždy klidnou hladinou. Každý z nás zažil období, kdy se zdálo, že je kolem příliš mnoho nejistoty, starostí nebo bolesti. Chvilé, kdy jsme si možná přáli zůstat v bezpečí známých břehů.

Teprve s odstupem času zjistíme, že právě náročné okamžiky nás naučily něco důležitého. Dodaly nám sílu, kterou jsme v sobě netušili, přivedly nás k lidem, na kterých nám záleží, nebo nám pomohly více si vážit obyčejných věcí.

Voda nás provázela celým tímto číslem jako symbol života, proměny i naděje. Někdy byla klidná a tichá, jindy rozbouřená a nepředvídatelná. Stejně jako život sám.

A možná právě proto je dobré nezapomínat, že i za rozbouřenou hladinou se často skrývá cesta k novému poznání, větší vděčnosti a hlubšímu porozumění tomu, co je v životě skutečně důležité.

Přejeme vám, aby vaše letní dny byly co nejvíce naplněny klidem, radostí a lidmi, se kterými je dobře sdílet společný čas. ■





## Poděkování redakční rady

Děkujeme všem, kteří se podíleli na vzniku tohoto čísla našeho občasníku.

Všem přispěvatelům za jejich slova, vzpomínky a sdílení.  
Našemu grafikovi za citlivé zpracování.

A všem spolupracovníkům, kteří pomáhají vytvářet prostředí,  
ve kterém vznikají nejen tyto stránky, ale i každodenní život  
našeho Domova. ■





