

# *Zámecký zpravodaj*

*Domova pro seniory Sokolnice*



XI. ročník – 1. číslo – leden-březen 2025

## *Informace ředitele*

Vážení klienti, kolegyně a kolegové,

rád bych prostřednictvím tohoto okénka poděkoval za výbornou práci a srdečný přístup ke klientům naší dlouholeté kolegyni, paní Věře Mrkvicové.

Paní Mrkvicová do našeho zařízení nastoupila již v roce 1986 na pozici zdravotní sestry, svojí obětavou prací, přirozeným respektem a odhodláním se stala staniční sestrou na tehdejším prvním oddělení. V roce 2016 paní Mrkvicová přijala svoji poslední profesní výzvu a tou byla pozice vrchní sestry. Té se paní Mrkvicová zhostila naprosto bravurně. Její srdečná povaha, rozhodnost a již zmíněný respekt vytvořili společně vrchní sestru takovou, jaká má být, aby zvládla úskalí vedoucího pracovníka, zároveň byla podporou svým podřízeným a v neposlední řadě i opěrným bodem pro klienty a jejich rodinné příslušníky. Všechny tyto role naše „Věruška“ zvládla naprosto dokonale.

Jménem svým i všech zaměstnanců děkuji a přeji do další životní etapy spoustu sil a hlavně zdraví.



Také bych rád touto cestou přivítal na pozici vrchní sestry naší dlouholetou kolegyni Bc. Dagmar Kulichovou.

Chtěl bych ji popřát do nové funkce hodně sil, energie a také spolupracující kolektiv.

MVDr. Petr Nováček, ředitel Domova pro seniory Sokolnice

# *Akce v lednu*

## **Tři králové K+M+B**

Dne 6.1.2025 se uskutečnilo každoroční „vynšování“ Tří králů. Králové navštívili každý pokoj, zazpívali a popřáli každému klientovi i klientce do nového roku hodně zdraví a spokojenosti.

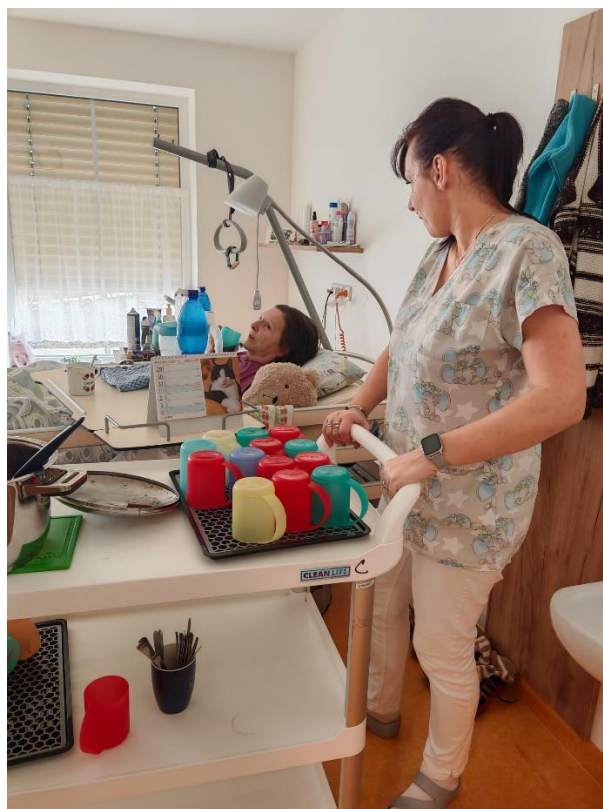


VID-20250108-WA0  
001.mp4



## Vaření Novoročního punče

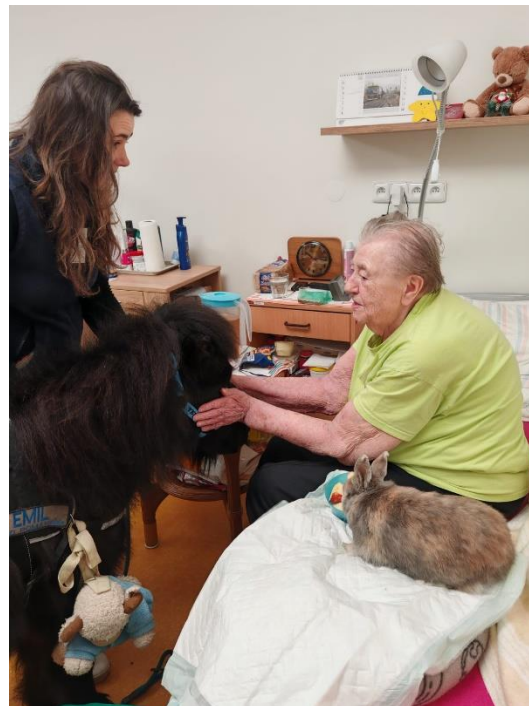
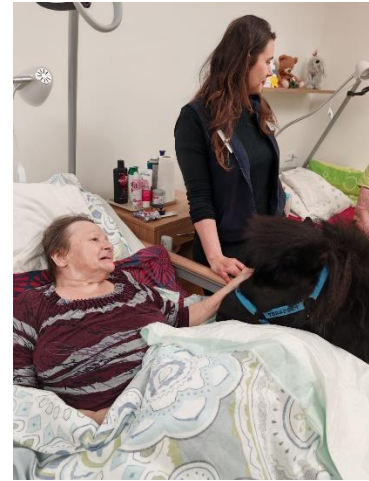
Dne 24.1.2025 jsme s klienty vařili novoroční punč, abychom si připili na zdraví v tomto roce, který si pro nás určitě chystá spoustu krásných a veselých dnů.



## Koník Emil čili Čenda

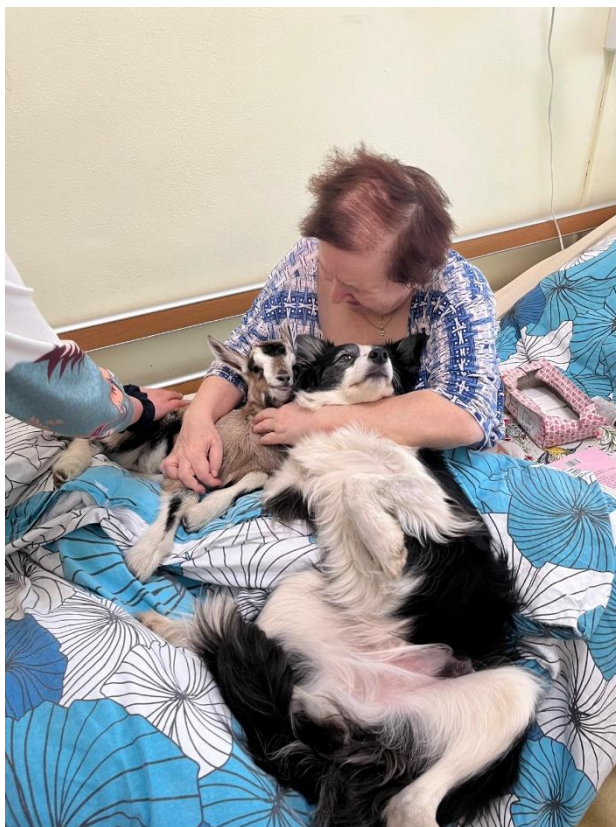
Dne 17.1.2025 nás přišel potěšit koník Čenda, který si s sebou přivedl i další dva své kamarády: králíka a psíka. Jejich přítomnost vždy potěší jak klienty, tak i personál. Tentokrát se konala individuální terapie tzn. že zvířátka pracují s každým klientem zvlášť, dle jeho potřeb a přání. Tento rok se setkáme s Čendou a jeho kamarády ještě čtyřikrát v zařízení. V letních měsících budou v zahradě dvě skupinové terapie, a až počasí nedovolí, proběhnou dvě terapie individuální.





## Canisterapie

Pravidelně každé úterý k nám chodí pejsci na terapii u lůžka. Jeden týden jsou na Pavilonu a druhý na Zámku. Majitelka těchto psů občas přivede i jiné zvířátko pro potěšení.



## Pravidelné aktivizace na oddělení

Naše aktivizační pracovnice spolupracují s klienty na jednotlivých odděleních každý den. Střídají kolektivní činnosti s individuální prací u lůžka z imobilními klienty. Nabízím průřez aktivit, které zpestřují našim klientům běžný den. 😊



Trénink paměti



Duchovní podpora – Křesťanské sbory



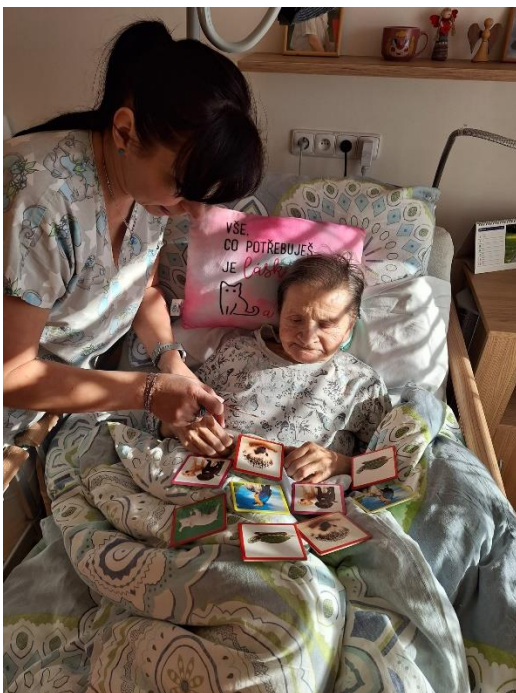




Sportovní aktivita



Společenská hra





Trénink jemné motoriky



Smyslová aktivizace

## Masopust

Dne 28.2.2025 se naším zařízením prohnal rej masek. Pro potěšení našich klientů se dalo dohromady spousta pohádkových bytostí, že by ani člověk nevěřil, že jim to dohromady tak půjde... 😊. Poškádlily každého klienta, zaspívaly jim i něco dobrého k snědku nabídly.









## *Aktivizace v březnu*

<b>Úterý 4.3.</b>	<b>CANIS TERAPIE</b>	od 9:00 hodin na zámku
<b>Čtvrtek 6.3.</b>	<b>SKUPINOVÉ CVIČENÍ</b>	od 14:00 hodin na zámku
<b>Pátek 7.3.</b>	<b>MDŽ</b>	od 9:00 hodin v celém areálu
<b>Pondělí 10.3.</b>	<b>OTNIČTÍ BLONĎÁCI</b>	od 9:30 hodin na zámek i pav.
<b>Úterý 11.3.</b>	<b>CANIS TERAPIE</b>	od 9:00 hodin na pavilonech
<b>Středa 12.3.</b>	<b>KŘESŤANSKÉ SBORY</b>	od 9:00 hodin na zámku
<b>Pátek 14.3.</b>	<b>ZPÍVÁNKY</b>	od 9:00 hodin na zámku
<b>Úterý 18.3.</b>	<b>CANIS TERAPIE</b>	od 9:00 hodin na zámku
<b>Čtvrtek 20.3.</b>	<b>SKUPINOVÉ CVIČENÍ</b>	od 14:00 hodin na pavilonech
<b>Čtvrtek 20.3.</b>	<b>MUZIKOTERAPIE</b>	od 9:00 hodin na pavilonech
<b>Čtvrtek 20.3.</b>	<b>PŘEDNÁŠKA Dr. KARNET</b>	od 10:00 hodin na zámku
<b>Úterý 25.3.</b>	<b>CANIS TERAPIE</b>	od 9:00 hodin na zámku
<b>Čtvrtek 27.3.</b>	<b>MŠE SVATÁ</b>	od 10:00 hodin na zámku

## *V měsíci březnu slaví své narozeniny...*

*Květoslava Nedorostková*

*Zdeněk Zimola*

*Soňa Machalová*

*Karel Dvořák*

*Věra Bůžková*

*Ivo Krejčí*

*Marie Dvořáková*

*Iva Gevondyanová*

*Anna Konečná*

*Dagmar Hejná*

*Jiří Jeniš*

*Pavčina Kováčová*



## *... a také naši zaměstnanci*

*Leona Švandová*

*Anita Lespuchová*

*Gabriela Konečná*

*Jindřiška Hamalová*

*Andrea Opavská*

*Zdeňka Boháčková*

*Dana Kotulánová*

*Romana Malinková*

*Veronika Gottwaldová*

*Marie Načináková*

*Věra Navrátilová*

*Dagmar Husáková*

*Lucie Hönigová*

*Renata Bednaříková*

*Milan Kulich*

*Petr Nováček*

*Vladislava Kuklová*

***Blahopřejeme!***

## Troška humoru

Mladý manželský pár sedí u večeře. Muž se ptá:

„Bylo to jídlo zase z konzervy?“

„Ano miláčku. A představ si, že tam byl na obrázku takový hezký pejsek a vedle stálo: pro vašeho miláčka.“

Povídají si dva dávní spolužáci o svých manželkách:

„Moje žena je jako cukr.“ Povídá jeden

„Je tak sladká?“ Ptá se druhý.

„Ne, tak rafinovaná.“



„Tatínku, jaký je rozdíl mezi puškou a kulometem?“

„Asi takový, jako když mluvím já a maminka.“

„Konečně jsem přišla na to, jak z muže vylákat peníze.“ Chlubí se žena kamarádce.

„Včera večer jsme se hádali a já mu řekla, že se vracím k mamince.“

„Dal mi tři tisíce na cestu“

„Pepíčku, co děláš tak dlouho na záchodě?“

„Hledám dárky pro tatku. Říkal, že vše, co si v životě přál, je v hajzlu.“

Dva se milují a ona povídá: „Netušila jsem, že máš tak malý nástroj!“

On záhy odpoví: „Netušil jsem, že jednou budu hrát v katedrále.“

Paní učitelka přistihne Rudu při lži. „Proč mi lžeš, Rudo? Víš, co se stane z dětí, které lžou?“

„Prosím vím, budou z nich politici.“

Vtipy převyprávěl Antonín Červenka, klient oddělení II.C



# Mezinárodní den žen

## *Kdy a proč se MDŽ slaví? Svátek vznikl na počest švadlen*

Americké švadleny v roce 1908 stávkovaly, protože chtěly lepší podmínky k životu. To dalo základ Mezinárodnímu dni žen (MDŽ), který připadá na 8. března. Letos tedy na sobotu. Oslavy tohoto dne ve světě jsou různé-od veselí a květin až po upozorňování na problémy, s nimiž se ženy potýkají.

Svátek všech holek i dospělých žen vznikl díky stávce newyorských švadlen v tomto dni v roce 1908. Požadovaly lepší pracovní podmínky. O rok později, 8. března 1909, uspořádaly první-tehdy ještě neoficiální - oslavu Mezinárodního dne žen i další ženy rekrutující se z hnutí za všeobecné volební právo (americké ženy, stejně jako československé, mohly totiž prvně volit až v roce 1920). V roce 1910 svátek oficiálně podpořily účastnice Mezinárodní socialistické konference žen v Kodani.

V roce 1911 zemřelo při požáru továrny na konfekci v New Yorku bezmála sto padesát mladých dělnic především z řad migrantek. Tím se protesty žen za lepší postavení prohloubily. Osmý březen zvolily k protestům i ženy v Petrohradě, které v roce 1917 demonstrovaly za svá práva pod heslem Chléb a mír.

Organizace spojených národů uznala MDŽ oficiálním svátkem v roce 1975, spojila to s výročím stávky newyorských švadlen z roku 1908.

Od roku 2004 politici MDŽ zařadili mezi významné dny, které se od státních svátků liší tím, že není pracovní volno. Předcházely tomu vášnivé diskuse mezi příznivci a odpůrci svátku žen. Proti oficiálnímu uctívání MDŽ se vyslovil kupříkladu někdejší senátor Martin Mejstřík. „V Senátu MDŽ

pokládáme za ideologicky zneužitý a nadále zneužitelný komunistickou stranou,” opakoval mimo jiné.

Za to, aby se MDŽ stal oficiálním významným dnem, se naopak postavila třeba někdejší poslankyně Anna Čurdová, která to navrhovala. „Mezinárodní den žen odkazuje na historické úsilí žen o svá práva a lepší podmínky k životu. Připomínají si ho lidé na celém světě,” argumentovala.

### **Jak se slaví MDŽ v současném Česku?**

Různě. Někdo tento den neslaví vůbec, někdo koupí ženě květinu či nějaký dárek. Mladší ženy se čím dál víc snaží připomínat svátek i jinak. Kupříkladu v roce 2015 se na pražském Hlavním nádraží konal happening za zemřelé ženy bez domova. Imaginární socha ženy s teniskami či otevřeným batohem měla upozornit na to, že je málokdo skutečné vidí. Podle organizátorek ze společnosti Jako doma jsou to neviditelné superhrdinky, které sní, učí se, pracují, bojují i vzdorují.

Jedním z hlavních specifíků ženského bezdomovectví je totiž to, že často bývá skryté. „Ženy o sebe mnohem víc pečují, dost času nejsou přímo na ulici, přespávají u známých nebo třeba v zahradních chatkách,” řekla před třemi lety Deníku Veronika Dudková, která má s prací s těmito ženami zkušenosti. Na ulici jsou ohrožené, protože čelí sexuálnímu násilí. Často se tam dostanou po rozchodu s partnerem, na kterém byly finančně závislé, mnohdy prošly i domácím násilím.

V roce 2017 zase neformální skupina Ženy 8. března na pražském náměstí Míru symbolicky „přejmenovala“ Divadlo na Vinohradech na Divadlo Anny Letenské. Po herečce, která byla v roce 1942 popravena v koncentračním

táboře Mauthausen. Ulice nesoucí její jméno se nachází právě u zmíněného divadla.

### **Co si žena může sama sobě věnovat k MDŽ?**

Podle mediků a mladých lékařů sdružených v neziskové organizaci Loono si ženy klidně mohou k Mezinárodnímu dni žen věnovat nějaké preventivní vyšetření, které mohou absolvovat v některém z následujících všedních dnů. Třeba u gynekologa nebo na mamografu. Nebo přímo v sobotu mohou vykonat pravidelné samovyšetření prsou a znamének. Podle zakladatelky zmíněné organizace Kateřiny Šédové, která loni získala státní vyznamenání od prezidenta republiky Petra Pavla, pravidelné návštěvy preventivních prohlídek a screeningových programů ženám mohou pomoci odhalit potenciální problémy včas, což jim může nejen zachránit život, ale rovněž ušetřit mnoho stresu, bolesti i peněz. „Prevence je důležitým krokem k péči o zdraví a kvalitu života. Čas investovaný do ní se nám v budoucnu mnohonásobně vrátí,” uvedla.

### **Jak MDŽ slaví v zahraničí?**

Mezinárodní den žen slaví v mnoha zemích napříč světem i jednotlivými kontinenty. Oslavy mnohdy bývají originální. V duchu kampaně upozorňující na násilí páchané na ženách se nese kupříkladu letošní slavný karneval v Rio de Janeiru, který symbolicky vrcholí právě 8. března. Před pěti lety si zase v tamním Porto Alegre i dalších městech tento den ženy připomněly heslem Město pro ženy, město pro všechny (Cidade das mulheres, cidade de todos).

Článek převzatý z deník.cz

## **PRACOVNÍ LIST - PŘESMYČKY - HRADY A ZÁMKY**

KÝPRAŽS HADR

ŠTEJNAKRL

BOKÁLUH

BÍRÁ

KOLET

KOVSTŘE

ZEBDĚZ

STOK

TOLIMYŠL

ŠTEJNNEPR

NILEDCE

OUBOVZ

CHVOLBU

## **PRACOVNÍ LIST - PŘESMYČKY - PŘÍRODNÍ ZAJÍMAVOSTI**

RADOVNBAR

VOKŘILÁTSKOK

MAVAŠU

CHÝPLE

VECKLÍNO

PÍŘ

ŠTĚDJE

KASNĚŽ

ČES

LEDACEŠI

CHAMACO

		+		=	13
	÷				-
5	x		=	20	
					x
					=
					=
	2		8	+	
				=	15

### U MOŘE



L	Ž	E	L	V	A
I	E	Z	B	N	Č
M	M	K	R	U	H
O	U	L	U	N	P
N	Š	O	P	I	R
Á	L	Č	L	R	Y
D	E	K	Á	M	B
A	N	A	Ž	E	A



## Zdroje:

- archiv DPS Sokolnice
- [https://www.denik.cz/z\\_domova/mdz-2025-mezinarodni-den-zen-proc-se-slavi-8-brezna.html](https://www.denik.cz/z_domova/mdz-2025-mezinarodni-den-zen-proc-se-slavi-8-brezna.html)
- [https://www.google.com/search?sca\\_esv=91bb133fe540f3f2&rlz=1C1GCEU\\_csCZ1061CZ1061&q=sudoku+osmism%C4%9Brky+k+vytisknut%C3%AD](https://www.google.com/search?sca_esv=91bb133fe540f3f2&rlz=1C1GCEU_csCZ1061CZ1061&q=sudoku+osmism%C4%9Brky+k+vytisknut%C3%AD)
- 

Chcete mít svůj Zámecký zpravodaj? Pokud ano, je možné si ho zakoupit za 30 Kč. Zeptejte se svých sestřiček.

---

Váš Zpravodaj

---

Uzávěrka příštího čísla Zámeckého zpravodaje je 15.4.2025. Své příspěvky zasílejte v elektronické podobě na e-mail [dvorakova@domovsokolnice.cz](mailto:dvorakova@domovsokolnice.cz)

Redakční rada: MVDr. Petr Nováček, Ivana Dvořáková, DiS., Bc. Dagmar Kulichová