

NÁŠ DOMOV

LEDEN 2025



Domov
pro seniory
v Perninku



KALENDÁŘ NA MĚSÍC ÚNOR

Únor 2025



pondělí	úterý	středa	čtvrtek	pátek	sobota	neděle
27	28	29	30	31	1 Hynek	2 Nela Hromnice
3 Blažej	4 Jarmila	5 Dobromila	6 Vanda	7 Veronika	8 Milada	9 Apolena
10 Mojmír	11 Božena	12 Slavěna	13 Věnceslav	14 Valentýn	15 Jiřina	16 Ljuba
17 Miloslava	18 Gizela	19 Patrik	20 Oldřich	21 Lenka	22 Petr	23 Svatopluk
24 Matěj	25 Liliana	26 Dorota	27 Alexandr	28 Lumír	1	2

Uskutečněné akce v měsíci lednu 2025

V dočasném domově Nejdek nás 3. ledna navštívil římskokatolický farář P. Vladimír Müller, který provedl Mši s klienty ve společenské místnosti a poté navštívil klienty i na pokojích a provedl krátký pastorační rozhovor.

Do domova Pernink přijely v pondělí 6. ledna kadeřnice paní Mirka s dcerou Beátou, které klientům zprostředkovaly služby dle jejich přání. Klienti jsou vždy spokojeni a těší se na další návštěvu.

Ve čtvrtek 9. ledna se v domově Pernink slavily narozeniny klientek paní Miluše, která oslavila krásných 91 let, paní Marie, která oslavila báječných 84 let a paní Magdalény, která oslavila krásných 84 let. Akce proběhla na společenské místnosti s poslechem hudby a pestrým občerstvením. Oslavu narozenin klienti vždy rádi slaví společně a na další oslavy se vzájemně zvou. Klientům občerstvení přivezou většinou jejich rodiny, nebo požádají sociální pracovníci, která se o nákup postará a aktivizační pracovnice zajistí oslavu a s radostí vše připraví.

V pondělí 13. ledna se v domově Pernink konal filmový den „Film na přání“. Klienti si přáli vidět známou českou komedii – Sestřičky. Kde hlavní postavou je mladá začínající zdravotní sestřička Marie Sahulová, která je po malé v nemocnici - do internátu si přivedla tajně chlapce, přeložena do venkovského zdravotního střediska, kde společně se starým lékařem a svéráznou zdravotní sestrou musí v drsném prostředí zanedbaných vesnic padesátých let objíždět pětadvacet vesnic a řadu samot. Průvodkyní, která ji osobitým způsobem zasvěcuje do praxe i úskalí soukromého života, se stává zdravotní sestra, moudrá a zkušená žena, které nikdo neřekne jinak než babi. Film si klienti pouští na aktivizační dílně, která je vybavena velkou televizí a více židlemi. Klienti si udělají pohodlí, dají si oblíbenou kávu a film si vychutnají jako v kině.

Karlovarský kraj vyhlásil v pořadí již 12. ročník výtvarné soutěže pro seniory s názvem „Věk pro nás není překážkou“. I v pokročilém věku může být člověk stále aktivní a může se umělecky realizovat.

V dočasném domově Nejdek jsme se proto 16. ledna sešli ve společenské místnosti. Klienti měli možnost si zvolit jakékoliv téma a vybrali si nakreslit svoje vzpomínky na své šťastné mládí. Poté se rozhodli ponechat si svoje výrobky a uspořádat společnou výstavu v prostorách domova na oddělení C.

V domově Pernink se pořádal oblíbený kroužek vaření, kde si mohou klienti uvařit, upéct nebo usmažit cokoliv, na co mají právě chuť. V úterý 21. ledna si klienti pochutnali na jablečném štrůdlu, který si sami upekli a s chutí snědli. Klienti si mezi sebou navzájem pomáhají nejen s přípravou, výrobou těsta a dozdobení ingrediencemi, ale také se společným úklidem po vaření. Klienti nezapomínají na klienty, kteří nejsou schopni se podílet na vaření či pečení a vždy rádi dají ochutnat své mistrovské dílo.

V dočasném domově Nejdek se ve středu 22. ledna konalo posezení s ředitelem. Klienti se sešli ve společenské místnosti, kde si společně vypili kávu nebo čaj. Ředitel dal klientům prostor, aby se mohli zeptat na jakékoliv otázky, které je zajímají, a to jak ohledně stavby Domova, tak i profesionální dráhy. Klienti měli připravené otázky, které jim byly zodpovězeny. Klienti měli radost, že si mohli s ředitelem povídat a blíže se s ním seznámit.

Plánované akce a služby na měsíc únor 2025

Mše v dočasném domově Nejdek – 6.2.2025

Mše v domově Pernink – 11.2.2025

Oslava narozenin pí. Zuzany v domově Pernink – 5.2.2025

Oslava narozenin pí. Jiřiny a pí. Evy – datum bude upřesněn

Kroužek vaření v domově Pernink – 18.2.2025

Kroužek v dočasném domově Nejdek – 13.2.2025

Film na přání v domově Pernink – 25.2.2025

Film na přání v dočasném domově Pernink – 27.2.2025

Návštěva kadeřnice v dočasném domově Nejdek – 28.2.2025

Návštěva pedikérky v domově Pernink – 7.2.2025

Návštěva pedikérky v dočasném domově Nejdek – 17.2.2025

Domov pro seniory v Perninku – zahrada pod sněhem 😊



ÚNOR

Únor je podle gregoriánského kalendáře druhý měsíc v roce. Má 28 dní, v přestupném roce má 29 dní. Třikrát v historii měl únor i 30 dní. Český název měsíce vysvětlují jazykovědci tím, že se v tuto dobu při tání ledu ponořují ledové kry na řekách. V římském kalendáři byl únor posledním měsícem v roce.

Pranostiky pro měsíc únor

Únor bílý - pole sílí.

Únor - úmor: kdyby mohl, umořil by v krávě tele a v kobyle hříbě.

Únorová voda - pro pole škoda.

Netrkne-li únor rohem, šlehne ocasem.

Když v únoru mráz ostro drží, to dlouho již nepodrží

Leží-li kočka v únoru na slunci, jistě v březnu poleze za kamna.

V únoru sníh a led - v létě nanesou včely med.

Když skřivánek v únoru zpívá, velká zima potom bývá.

Jestli únor honí mraky, staví březen sněhuláky

Když únor vodu spustí, ledem ji březen zahustí.

Teplý únor - studené jaro, teplé léto

Co si únor zazelená - březen si hájí; co si duben zazelená - květen mu to spálí.

Mnoho mlh v únoru přivodí mokré léto.

Můžeš-li se v lednu vysléci do košile, připravuj si na únor kožich.

Když větrové na konec února uhodí, moc obilí se na poli neurodí

Jestli únor honí mraky, staví březen sněhuláky

V únoru-li vítr neburácí, jistě v dubnu krovy kácí.

Když v únoru mráz ostro drží, to dlouho již nepodrží.

Je-li v únoru zima a sucho, bývá prý horký srpen

V únoru když skřivan zpívá, velká zima potom bývá.

Zdroj: wikipediae

Hromnice

Hromnice je tradiční lidové označení svátku, který se slaví dne 2. února.

Slovanská mytologie hovoří o svátku Hromnice v souvislosti se slovanským hlavním bohem hromu a blesku Perunem, který ohlašoval jeho příchod „po zimním spánku“ Perun jako představitel plodivé síly přichází na pomoc nedávno narozenému mladému bohu patrně Jarovitovi nebo Svarožici, aby mu pomohl zvítězit nad temnými silami a svrhnout vládu zimy.

Jeho příchod byl očekáván v podobě jarního zahřmění. Jarním bleskem, jako dotknutím kouzelného proutku, probouzela se božstva a příroda se otevírala novému životu. Před hromovým rachotem jarního Peruna prchají zlí duchové a zalézají do svých skrýší. U starých Slovanů byla tomuto prvnímu zahřmění věnována velká pozornost a lidé tento úkaz provázeli mnohými rituály. V Čechách při prvním jarním hřmění lidé klekali na zem a líbali ji. Ve světnicích přemísťovali židle a stoly, hýbali nádobami, na dvoře nadzvedávali vozy, mávali polním nářadím a před vraty zatínali do země sekery. To vše byly rituály na znamení toho, že je Perun svým hromem osvobozuje od zimního spánku.

Lidé tak přicházeli Perunu na pomoc a vyháněli zlé duchy ze svých stavení. Tyto zvyklosti byly zaznamenány až do 19. století.

S příchodem křesťanství byl nahrazen původní význam Hromnic v katolický svátek Uvedení Páně do chrámu, dříve též Očišťování Panny Marie. Od 11. Století pochází zvyk svěcení svíček „hromniček“, které se během bouřek zapálené dávaly do oken a měly spolu s modlitbou chránit před bouřkami.

Tímto dnem také dříve končila vánoční doba a sklízely se betlémy z chrámů, často i z domácností. No a dnes se těšíme na to, že bude na Hromnice o hodinu více delší den a bude nám hned veseleji.

Zdroj: wikipedia

Výhody cvičení na rehabilitačním kole

Jednou z největších výhod rotopedu je ta, že můžeme cvičit v našem Domově. Trénink probíhá ve známém prostředí bez potřeby transportu. Cvičit můžeme nezávisle, přístroj THERA je navržen tak, že klient nepotřebuje ve většině případů naší pomoc.

S THERA Trainer přístroji může klient cvičit z vozíku či židle. Motor se dokáže přizpůsobit možnostem klienta, nezáleží, zda klient má nebo nemá sílu ve svalch. Cvičení je díky bezpečnostním pojistkám bezpečné. A třešnička na dortu – nejsou známy žádné vedlejší účinky.

Druhy cvičení

Pasivní cvičení: Pasivní mobilizace svalstva a kloubů pro lepší pohyblivost. Jemné, šetrné a bezpečné.

Aktivní cvičení: Procvičování svalové síly a výdrže díky progresivnímu cvičení s proměnlivým brzdným odporem.

Asistované cvičení: Aktivace zbytkové svalové síly s pomocí motoru. Snímače detekují aktivitu klienta.

Symetrické cvičení: Cílená aktivace více postižené strany těla, s pomocí vizuální zpětné vazby.

Cvičení pomáhá:

- ke snížení křečí
- k ovlivnění svalového tonu
- k udržení stávající svalové hmoty nebo k jejímu zvětšení
- k předejití nebo zabránění kloubní kontraktury
- ke zlepšení krevního oběhu
- ke stimulaci močového měchýře a střev

Aktivity v domově Pernink

Sportovci měsíce ledna



Aktivity v domově Pernink

Sportovci měsíce ledna



Aktivity v domově Pernink

Sportovci měsíce ledna



Aktivity v domově Pernink

Cvičíme paměť – oblíbená hra BINGO 😊



Aktivity v domově Pernink

Společné cvičení s míčem 😊

- šest ran do klobouku



Aktivity v domově Pernink

Společné cvičení paměti – hra zábavou



Služby v domově Pernink

Zprostředkované služby klientům

Návštěva kadeřnice



Služby v domově Pernink

Zprostředkované služby klientům

Návštěva kadeřnice



Aktivity v domově Pernink

Kroužek vaření - jablečný štrůdl



Aktivity v domově Pernink

Kroužek vaření - jablečný štrůdl



Aktivity v domově Pernink

Kroužek vaření – jablečný štrůdl



Aktivity v domově Pernink



Film na přání - Sestřičky

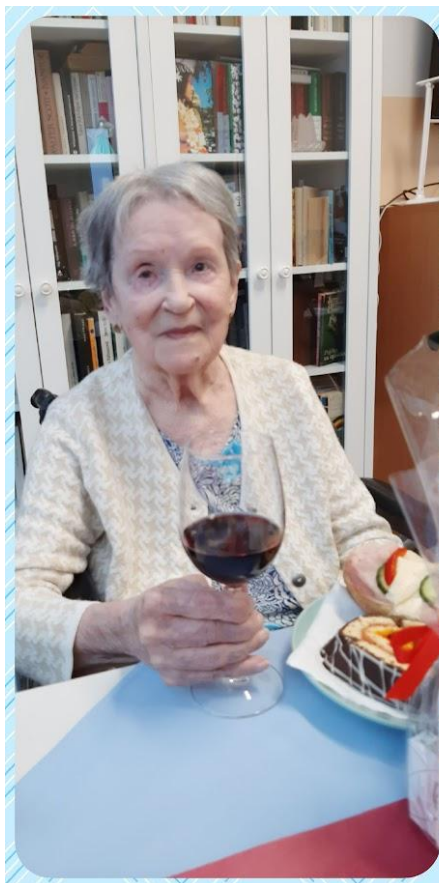


Aktivity v dočasném domově Nejedek

Společná oslava narozenin



Paní Magdaléna oslavila krásných 87 let
Gratulujeme a přejeme hodně zdraví do dalších let 😊



Aktivity v dočasném domově Nejedek

Společná oslava narozenin

Paní Miluše oslavila krásných 91 let
Gratulujeme a přejeme hodně zdraví do dalších let 😊



Aktivity v dočasném domově Nejedek

Společná oslava narozenin

Paní Marie oslavila krásných 88 let
Gratulujeme a přejeme hodně zdraví do dalších let 😊



Aktivity v dočasném domově Nejedek

Společná oslava narozenin

Nálada byla výborná, s poslechem hudby a pestrým občerstvením 😊



Aktivity v dočasném domově Nejedek

Arteterapie - Arteterapii využíváme pomocí výtvarného vyjádření a poslechu hudby. Klientům napomáhá k uvolnění, svobodnému vyjádření, sebepoznání, zvládnání stresu a psychických onemocnění, překonávání nejistoty, obav a strachu



Aktivity v dočasném domově Nejedek

Arteterapie – obrázky budou ozdobou domova



Aktivity v dočasném domově Nejedek

Arteterapie – obrázky budou ozdobou domova



Aktivity v dočasném domově Nejedek

Sportovci měsíce ledna



Aktivity v dočasném domově Nejedek

Posezení s ředitelem



Aktivity v dočasném domově Nejdek

Posezení s ředitelem



Aktivity v dočasném domově Nejedek

Oblíbená hra Bingo



Oblíbené hádanky 😊

1) Válečník

Na bojovém poli jsem druhý zprava i zleva. Do boje vyrážím tak, jak je třeba. Dva kroky vpřed a jeden vždy v bok. Tráva pode mnou se střídá každý skok. Kdo jsem?

2) Jen půl roku pracuji

Jen půl roku pracuji, do žeber si pumpuji. Děvče svléknu během chvilky, stačí pustit více žilky. Plyn, proud i ta voda je mou krevní skupinou, přijde-li však velká vada, škrtni sirkou jedinou.

3) Nestojím, neležím, nesedím, neběžím

Nestojím, neležím, nesedím, neběžím, pracuji v temné čekárně. S bratry se flákám na lajně. Stavím věci do pozoru. Záleží na módním vzoru.

4) Smutek, žal a trápení?

Smutek, žal a trápení o práci se přičiní rytíř pro mě život dá gentleman mě rád podá. Upomínka na těle, nevolej pak přítele.

5) Tloustnu a hubnu ze vzduchu


Tloustnu a hubnu ze vzduchu, štamgasta zvolá ejchuchu. Nosím se jak mimino, žebra stojí v domino.

6) Hotel

Jednopokojový hotel, co svět zná bez očí. Pro chudáky motel, kódem si vše vytvočí.

Odpovědi na hádanky 1) jezdec na šachovnici, 2) topení, 3) ramínko, 4) kapesník, 5) harmonika, 6) telefonní budka

Zdroj: Mozkolam.cz

	OPLÁTKA	PLYNOU	STRANA	NÝBŘ	VZOREC NITRIDU TANTALU		BAŽE	ZN. ASTATU	TOULKY PŘÍRODU	Tajenka 1	STROJ	ZJEDNANÝ ZA PLAT
DOBYVAT ZE ZEMĚ						KOMIKSOVÝ HRDINA (1939)						
AFRICKÝ SMRTELNÝ VIR						IMITACE KÓD LET. SPOL. HEMUS AIR						
KONEC TÝDNE							ŘÍMSKÝCH 1500	RUSKÉ POHOŘÍ				
CITOSLOVCE ÚDIVU			ČINNOST	ISOBAR	NĚM. ASI VÝPLŇ OKEN			MĚŘÍTKO ZRAKOVÉ ORGÁNY				
PODNIK V PRAZE						POPŘÁT HLUBOKÉ ŽENSKÉ HLASY						
Tajenka 2							NAPROSTÝ					
	VHÁNĚT VZDUCH	NÁŠ HEREC (KAREL, 1880- 1928) OBYVATELKA ŘECKA					ANGL. INKOUST LATINSKY VZDUCH				ČESKÉ AEROLINKY	ZKRATKA EVROPSKÉ MĚNY
KLÍMÁNÍ								MLÁDE KACHNY RIVAL				
ANGL. OSOBNÍ ZÁJMENO				ZAHÝBATI	ANGLICKÁ ROKOVÁ KAPELA Z BIRMINGHAMU KANÁL			ZNOVU	SPZ ŠUMPERK SLABÝ DEŠT			
OZNAČENÍ LETADEL SYRIE			ODNAŽENÍ LETADEL JAR (AŽNÍ AFRIKA) BYVALÝ SACHOVÝ MISTR SVĚTA		DOBŘÁ HÁLADA INFARKT MYOKARDU (ZKR.)							
LAPATI							POHŘEBNÍ HOSTINA ANGLICKÝ STATKÁŘ				UČEŇ (ZAST.)	DROŽKY
ANGL. ANATOMIE								DAV SVOJE				
TĚLOCVIK						NÁZEV HLÁSKY S			SLOVEN. OTÁZKA U SÁZKY			
	PÚDA	NEMOCNICNÍ ODDĚLENÍ	ZKR. ČES. ARMÁDY SPZ SOLTAU (NĚMECKO)			INICIÁLY HERCE VETCHÉHO SMYČKY			ČÁST HONU MEZINÁRODNÍ KOMIKSOVÁ DOPRAVA (ZKRATKA)			
OPĚT					OPOJENÁ ANGL. ONO							
SMYSLNOST								ČÁST OBLIČEJE				
ČALOUNIČKÝ VYCPAV- KOVÝ MATERIÁL								PODĚKO- VÁNÍ				

VTIPY PRO ZASMÁNÍ 😊

Super vtípek 😊

Na policii

Přijde chlap na policejní stanici a chce vědět, kde tady mají bonzárnou, že chce udat souseda. Pošlou ho na služebnu a on hned spustí:

"Soused má na dvoře složeno 10 metrů dříví."

Policajt: "To přeci není trestné!"

Bonzák: "Ale on si ho nechal dovézt z Německa!"

Policajt: "No, to se teď může přeci taky!"

Bonzák: "No, ale on v tom dřevě pašuje drogy!!"

Policajt zajásá a ihned začíná organizovat policejní akci.

Bonzák odejde a hned volá sousedovi, kterého právě udal.

"Tak Josef, objednal jsem ti to sekání dříví. A mám pocit, že to bude ta stejná parta, co ti na jaře zryla zahrádku!"

OSMISMĚRKA

Samice hrocha ... Postrkuje své mládě až na hladinu, aby se mohlo nadechnout, a sama zůstává ve vodě několik dní.



UKAZATEL, ROLE, SLOJ, MALVAZ, NAPOJIT, MZDA, KLENBA, RŮŽICE, ODVOZ, ZRODY, DÍTĚ, YZOP, ÚDAJ, ZEMĚMĚŘIČ, SUDÍ, OKRAJ, OBCE, PAKTY, BEZTÍŽE, OBRACEČ, MOŘE, NEGR, KLAN, GEOLOG, PŘEDNOSTI, AHOJ, OTOČ, BABI, PLACEBO, LESY, KOALA, SPĚCH, POLENA, VĚDY, ČETA, MACHR, PITÍ, TAVIČI, HALUZ, AKROPOLE, BOBŘI, DĚTI, KLÍH, VZNIK, ATVÁ, ŠTOK, ÚVOZ, ŽOLD, DEHET, KILO, STROJ, POKLUS, FARAO, SKAUTI, ZVĚD, MLSAL

Křížovka, osmisměrka, vtipy, – zdroj: internet

**Všem oslavencům, kteří
oslavili jmeniny
a narozeniny v měsíci
lednu gratulujeme,
přejeme hodně zdraví,
štěstí a životní pohodu.**



Zpracovala: Julie Uhlíková