



SVÁTKY JARA – VELIKONOCE

Velikonoce patří mezi nejoblíbenější svátky ve velké části světa. Jsou to svátky jara, které oslavují probouzení přírody, její plodnost, naději a lásku. Velikonoční zvyky a tradice se lišily vesnice od vesnice, a probíhaly během velikonočního období, které trvalo šest neděl. Jejich úkolem bylo zbavit se všeho starého, očistit domácnost i tělo od chorob, připravit se na znovuzrození přírody.

Původ velikonočních svátků

Velikonoce jsou nejvýznamnějšími křesťanskými svátky. Mají připomínat zmrtvýchvstání Ježíše Krista, které mělo nastat tři dny po jeho ukřižování. Velikonoce jsou svátkem pohyblivým, který připadá každý rok na jiné datum – na neděli následující po prvním jarním úplňku. Pokud první jarní úplňek připadne na neděli, slaví se Velikonoce až další neděli. Pondělí velikonoční podle těchto pravidel tak může připadnout na den v rozmezí od 23. března do 26. dubna.

Velikonoce v domově

16. 4. 2019 – 10,00 hod. ZDOBENÍ PERNÍČKŮ s Mirkou Svobodovou



16. 4. 2019 – 14,00 hod. ZDOBENÍ KRASLIC, paní Pejšová



Před Velikonocemi nás již podruhé navštíví paní Pejšová. Opět nám ukáže několik technik zdobení kraslic. Paní Pejšová je vyučená brusička skla a na její práci je to vidět na první pohled. S neobyčejnou lehkostí vyrývá do skořápek nádherné jarní motivy. Věnuje se také barvení a děrování kraslic jak z vajíček slepičích, tak husích, a pokud má příležitost, zdobí také vejce pštrosí.



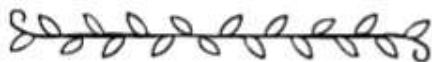
**18. 4. 2019 – 10,00 hod. ZDOBENÍ VAJÍČEK A POMLÁZKA
s dětmi z Českého Krumlova**

Terénní, vegetační a stavební úpravy, včetně prvků stavební architektury a nezbytné technické infrastruktury

Takto složitý název nese úprava zahrady, která se rozběhla 13. 3. 2019. První etapa - stavební - by měla proběhnout do konce září. Na ni bude navazovat etapa výsadby rostlin a vybavení mobiliářem. Nová zahrada bude mít 4 203 m² a povede až dolů k rybníku Pentle.



Příroda si bez člověka
hravě poradí.
Člověk bez přírody
však nikoliv.



Snažíme se, aby nová zahrada byla místem pro společná setkávání, ale také místem pro odpočinek, relaxaci a možnosti být blíž k přírodě.

Vzájemné setkávání



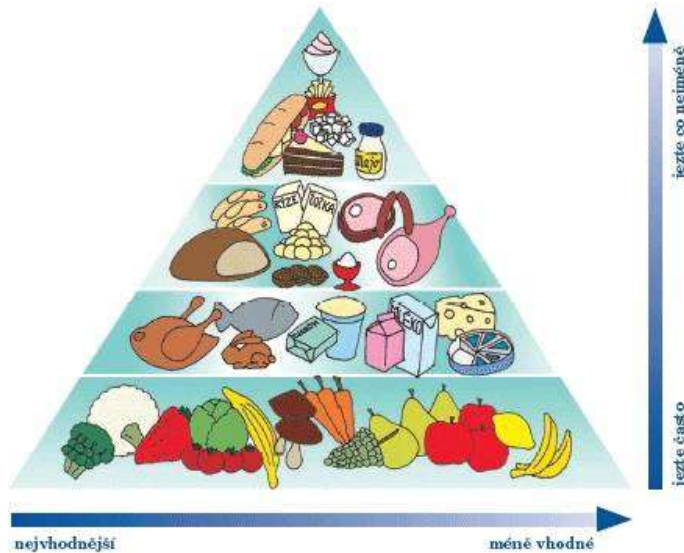
V domově můžete pravidelně potkávat paní Mgr. Terezu Slovákovou, která s některými z Vás probírala stravování v našem domově. A proč to tak je, si můžete přečíst zde ☺

Nutriční terapeutka - Mgr. Tereza Slováková

K oboru nutriční terapeut mě v roce 2012 po maturitě dovála shoda náhod, kterých jsem nikdy nelitovala. Bakalářské i magisterské studium jsem absolvovala na Masarykově univerzitě v Brně. Studium to nebylo jednoduché, ale výživa je nesmírně zajímavá a důležitá oblast našich životů a už jen tyto dvě věci člověka vždy nutily a motivovaly jít dál.

Výživa seniorů asi nepatří mezi nejvyhledávanější oblast odborníků, přestože je toto období lidského života již samo o sobě rizikovým faktorem - hrozí malnutrice, tedy nesprávná výživa. K práci v Domově pro seniory v Kaplici jsem se dostala paradoxně díky kontrolám krajského úřadu, kde pracuje moje maminka. Slovo dalo slovo, já jsem právě dokončila studium, a od té doby do domova dojíždím každý měsíc. Pracuji zde na dohodu o provedení práce a tato práce se pro mě stala příjemným zpestřením profesního života, ve kterém spatřuji velký smysl a užitečnost, což je pro mě osobně důležité.

Společně se zdravotním personálem se nám podařilo zařadit otázky, týkající se nutričního stavu seniorů do základního screeningového vyšetření, kterým projde každý nový příchozí klient. Nutriční stav je pak vyhodnocen bodovým systémem, který je jedním z „alarmérů“, vedoucích až k podrobnějšímu vyšetření nutričního stavu při mé návštěvě. Samozřejmě stále hraje mnohem důležitější roli pozorování všeobecných sester a jejich vyhodnocení závažnosti stavu klienta.



Proto jsem opravdu vděčná za spolupráci, která zde v domově funguje, ať už se zmiňovanými zdravotníky nebo s vedoucí stravovacího provozu paní Fedorovou, či s vedením domova. Připravit stravu seniorům není popravdě vůbec tak jednoduché, jak by si mnozí mysleli. Někdo by řekl, že senioři jsou vděční strávníci, kterým stačí jednoduchá tradiční jídla, ale opak je často pravdou. Až se sama

někdy divím, jak si někteří klienti vymýšlejí. Pravdou ale je, že se ve stáří a se zhoršujícím se zdravotním stavem mění jak chuť, tak schopnost požit a strávit některé potraviny. Často se říká, že staří lidé už tolik jíst nemusí, pokud je člověk ale stále ještě aktivní, nebo se vyskytne nemoc jako je Alzheimerova choroba, mohou být nutriční potřeby naopak vyšší. Neměli bychom zde být ani příliš zásadoví a snažit se vařit striktně podle toho, co je správné. Žádná potravina není přeci nezdravá, nezdravé může být jen zkonsumované množství. Proto ve složení jídelníčku, které by na základních školách rozhodně nesplnilo pravidla tzv. spotřebního koše, často přimhouřím oči, když vím, že se nám tímto jídelnem senioři najedí a bude jim chutnat.

Pokud klient není schopen přijímat dostatek všech potřebných látek stravou běžně podávanou v domově, v první řadě navrhuji zařazení bílkovinných potravin v podobě např. mléčného výrobku na svačinu. Když ani to neuspěje, snažíme se s rodinou domluvit na přikupování nutričních doplňků. Nejčastěji saháme po různých formách nutridrinků.

Některým klientům je třeba přizpůsobit konzistenci stravy, což velmi ochotně zajišťují kuchařky. Přestože existují jasná nutriční doporučení pro seniory, v praxi často nejsou vůbec jednoduše proveditelná a splnitelná.

Proto bych tímto chtěla jen poděkovat zdravotnímu personálu, a dále jej motivovat, aby i nadále ochotně pomáhal se stravou všem, kdo to potřebují, aby se snažil včas povšimnout si změn, snížení příjmu stravy či jiných potíží, a snažil se je do nejdříve řešit.

2. 5. 2019 – od 10,00 hodin

nezávislá divadelní společnost / independent theatre
Studio dell'arte
České Budějovice / Czech Republic

nám díky Ježíškovým vnučatům – Renatě a Mirkovi Hánovým - přijede zahrát divadelní hru Pověsti staré a české. Studio dell'arte je velmi flexibilní divadelní soubor, který se pohybuje na pomezí loutkového či alternativního divadla a činohry.

Za dobu své existence vytvořilo od roku 1990 přes 25 autorských inscenací, z nichž 16 má stále na repertoáru. Hrál v Německu, Švýcarsku, Francii, Rakousku, Polsku, Slovinsku - nejen ve vybavených divadelních sálech, ale i v klubech, školách, na ulici či v exteriérech historických objektů. Jako první české divadlo hrálo v Centrálním parku na Manhattanu v New Yorku, kde dokonce premiérovalo svého Dona Giovanniho.

Na mezinárodním festivalu loutkového divadla v Praze získalo v konkurenci divadel z 16 zemí světa druhou cenu za inscenaci FAUST. Ročně odehraje okolo 180 představení pro dětské i dospělé publikum.



POVĚSTI STARÉ A ČESKÉ

Scénář, texty písní: František Zborník

Režie: Studio dell'arte

Výprava: Pavel Brožka

Hudba: Zdeněk Urbánek

Hrají: Stanislava Kočvarová, Sylva Malinková, Jaroslav Kutíš

Jistě znáte (či byste znát měli) české pověsti o Čechovi, o Kazi, Tetě, Libuši a jejich proroctvích, o Bivojovi, Přemyslovi, Horymírovi a jeho věrném koni Šemíkovi jak je napsal Alois Jirásek. Jak tyto pověsti přečte Studio dell'arte? Jak je zinscenuje? Z Jiráskova nebude chybět nic, ale možná bude i něco navíc...

V představení vystupují kromě četných lidských postav také selátko, kanec, bůh, volové, koně a další. Uslyšíte tedy pověsti dávných věků a uvidíte loutky plošné, malované, klackovité, chlupaté, vedené zesponu i shora, prostě všelijaké. Nečekejte obrozenecký patos, ale spíše legraci, nadhled a trošku té poezie.

Květinový kvíz



1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									

