

Pochlovický zvonek

Zpravodaj nejen pro klienty Sociálních služeb v
Kynšperku nad Ohří
Léto 2015



Foto: přírodní park Sociálních služeb v Kynšperku n/O

Slovo ředitele



Vážení čtenáři,

Dovoluji si Vás oslovit opět s několika poznatky. Od posledního vydání Zvonku uplynula poměrně krátká doba, ale zájem o dotisk nás přesvědčuje, že jsme se vydali správnou cestou. Zvonek je pestřejší, obsáhlejší, fotografií je více a písmo větší. Hledáme náměty na další články a věříme, že se zapojí nejen klienti, pro které je tisk určen především, ale i zaměstnanci, rodiny, další návštěvy a vůbec všichni ti, kteří se chtějí něco dozvědět nebo nám něco sdělit.

Nechci se obsáhle vracet ke Dni otevřených dveří, ale neodpustím si drobné vysvětlení. Hodláme v této započaté krátké tradici pokračovat, nicméně Báru Zemanovou už neuvídíte. Její vystoupení mě zklamalo a pro příště se zaměříme na hudbu a vystoupení, které bude daleko vhodnější a příjemnější. Lidé zvenčí si cestu najdou a nemusíme je vždycky „lákat“ na nějaké taháky.

Jinak všem přeji před nastávajícími dovolenými krásné počasí a příjemnou dovolenou, všem bez rozdílu pak pevné zdraví a dobrou náladu.

Mgr. Jiří Hrubý, ředitel



Dobrý den, chtěla bych se Vám představit.....

Jmenuji se Vendulka Munková, jsem z Kynšperka a byla jsem vybrána z řady dalších přihlášených, abych zastupovala po dobu mateřské dovolené paní Vorlovou. Od 1. července tedy řídím Ekonomický úsek a zároveň jsem statutárním zástupcem pana ředitele. Z tohoto důvodu mi přináležejí všechny povinnosti i práva z této pozice vyplývající. Myslím si, že jsem člověk spravedlivý, odpovědný a komunikativní. Nemám ráda „netáhla“, pokrytectví, závist a neprofesionály. Kdybych nebyla přesvědčena, že tomu tady tak není, asi bych zvažovala, zda nabídku přijmu. Mohu Vás ujistit, že tam, kde jsem o Vašem (našem) zařízení slyšela, tak vždy jen v dobrém. Na druhé straně Vás chci požádat o trochu času, než Vás poznám, než se ze soukromého sektoru zapracuji do problematiky sociálních služeb, abych se mohla plně ujmout své role v týmu. Na začátek Vám všem přeji jen to nejlepší a zatím jen hezkou a klidnou dovolenou.

Gratulujeme

našim klientům, kteří v létě oslavili svá životní jubilea ...

Jaklová Marie
Vlachová
Stanislava
Pařilová Anna
Svobodová Marie
Šimková Milada
Tomášová Olga

Modlitba ve stáří

František Seleský 1567 - 1622

Pane, ty víš lépe než já, že den ode dne stárnu a jednoho dne budu starý. Chraň mě před domněnkou, že musím při každé příležitosti a ke každému tématu něco říci. Zbav mne velké náruživosti chtít dávat do pořádku záležitosti druhých. Nauč mě, abych byl uvážlivý a ochotný pomáhat, ale abych při tom nešťoural a neporučnickoval. Zdá se mi, že je škoda z přemíry moudrosti nerozdávat. Ale ty Pane víš, že bych si rád udržel pár svých přátel. Nauč mne, abych mlčky dovedl snášet své nemoci a obtíže. Přibývá jich a chuť o nich mluvit roste rok od roku. Netroufám si prosit, abys mi dal dar s radostí poslouchat druhé, když líčí své nemoci, ale nauč mě trpělivě je snášet.

Také se neodvážuji prosit o lepší paměť, ale jen o trochu větší skromnost a menší jistotu, když se má paměť neschoduje s jejich pamětí. Nauč mě té obdivuhodné moudrosti, umět se mýlit, drž mě, abych byl jak jen možno laskavý. Starý morous je korunní dílo Ďáblovo.

Nauč mě u jiných odhalovat nečekané schopnosti a dej mi krásný dar, abych se o nich také dovedl zmínit.

Mám vrásky a šedivé vlasy. Nechci si stěžovat, ale tobě Pane to říkám. Bojím se stáří. Je mi tak, jako bych se musel rozloučit, nemohu zastavit čas, pociťuji jak den ze dne ztrácím sílu a přicházím o bývalou krásu. Byl sem pyšný na to, že se stále ještě mohu měřit s mladými.

Teď cítím a uznávám, že již toho nejsem schopen.

Byl bych směšný, kdybych se o to pokoušel.

Ale ty Pane říkáš, kdo věří ve mne, tomu narostou křídla jako orlovi. Dej mému srdci sílu, abych život přijal tak, jak jej ty řídíš. Nemrzoutsky, nelítostivě, se skleslou náladou, ne jako odcházející, ale jako vděčný a připravený ke všemu, k čemu mě Ty ještě povoláš.

A k tomu mi dej všechnu sílu srdce.

Amen

O ženách nejen pro ženy ...

Ženy jsou dominantní polovinou lidstva, která dovoluje mužům aby, aby vládli a mysleli si, že jsou pány tvorstva.

Jsou ženy se kterými muži nespí, ale modlí se k nim.

Nejsou nehezké ženy, jsou jen muži, kteří špatně vidí.

Ženy nemusí vůbec nic, ale mohou úplně všechno!

Existují ženy, k jejichž stvoření použil Bůh ty nejkrásnější molekuly ze všech nejkrásnějších žen na světě.

Mohu milovat jednu ženu, ale to neznamená, že ostatní ženy přestanou být hezké!

Pro ženy muži vyhrávají bitvy, píší básně, potápějí se na dna oceánů, létají do vesmíru a dělají všechny možné zázraky.

Některým ženám by toužil omýt nohy i Bůh!

S milovanou ženou je možné zastavit vlnu tsunami, otáčení Zeměkoule, pohnout Měsícem, nebo se pěšky procházet mezi hvězdami.

S milující ženou je možné: zastavit čas, dráhy hvězd, chod celého vesmíru a požádat o audienci u pána Boha!

Láska ženy může sahat až za hranice vesmíru.

Každá žena je pro mne zamčený trezor, od kterého má klíče jenom ona! Pokud odemkne, zkoumám velmi opatrně obsah a dávám velký pozor, abych nic nepoškodil. Pokud neodemkne, smírím se s tím, protože nejsem kasař, abych se do zamčeného trezoru dobýval násilím.

...úvaha a postřehy Františka Mináře

...trénink paměti díl II.

Jak napomoci lepšímu fungování paměti?

U paměťových schopností nezáleží ani tak na věku jako na stupni „trénovanosti“. Pokud svou paměť pravidelně něčím zatěžujete, jste duševně aktivní a snažíte se dělat v tomto směru maximum, jste na tom často lépe než někteří lidé o generaci mladší.

Pro vštípení určitých informací do paměti má velký význam pozornost a soustředění. Pozornost spočívá v zaměření duševní činnosti na to, co má být uchováno v paměti a pomocí soustředění je informace uspořádána a následně zařazena mezi ostatní. Dalším důležitým faktorem je pozitivní motivace a kladný citový vztah k danému tématu. Je jasné, že to co nás baví a zajímá, se naučíme mnohem snáz.

Neméně důležitou součástí je vhodné prostředí. Většině lidí bude asi vyhovovat klidná atmosféra, jiní dají přednost rušivým vlivům jako je hudba, televize, chůze... . *Např: můj muž si v posteli čte, u toho kouká na televizi, já slyším z pokoje chrrr, chrrr!!! A ráno ví přesně o čem byl pořad v televizi i co četl.... a já nechápu :-)*

Pro paměť je nejhorší nečinnost, nedostatek podnětů ke zpracování. Paměť, pokud není zatěžována, „zleniví“ a potom funguje mnohem hůř! Takto se ostatně chovají i orgány nebo svaly v těle. Proto se snažte být aktivní, plánujte si na každý den nějakou činnost, poznávejte nové lidi, místa, zajímejte se o dění kolem sebe, čtěte noviny, luštěte křížovky, sledujte v televizi naučné pořady, vědomostní soutěže, pište si deník atd.... Pro paměť je významný také pohyb, přiměřená tělesná aktivita při které se prokrví nejen celé tělo, ale i mozek, který pak lépe pracuje. Důležitý je i dostatek spánku, protože během spánku se informace přesouvají z paměti krátkodobé do paměti dlouhodobé. A nesmíme zapomenout na správnou a vyváženou stravu s dostatkem látek potřebných pro mozek. Jsou to vitaminy A,C,D,E, stopové prvky – vápník, fosfor, jód, selen, železo, zinek, hořčík a další prospěšné látky jako je ginkgo biloba, lecitin a česnek.

V příloze jsou čtyři stránky se cvičením na cvičení paměti a pro pobavení. Potřebujete-li pomoci s jejich řešením, rády poradíme, pomůžeme a na správná řešení se těší Vaše aktivizační pracovnice.

Skromný člověk a umělec s poetickou duší...

František Bauer

Narodil se v roce 1930 a od března letošního roku je naším klientem. Je rodákem ze Starého Sedla a na toto městečko, kde má rodný dům i kovářskou dílnu, nedá dopustit. Po vyučení kovářskému a podkovářskému řemeslu pracoval v tomto oboru, především na důlních podnicích Sokolovského revíru.

Pane Bauer, stát se kovářem bylo Vaším snem od mládí?

Rodiče mně poslali do učení ve 13,5 letech do Lokte. Bral jsem to jako samozřejmost a učil jsem se co mi síly stačily.

Po tříletém učení jsem nastoupil na statku ve Starém Sedle. Tady jsem koval koně, a co je dnes velmi neobvyklé, i voly. Pak jsem pracoval ve strojní traktorové stanici v Sokolově. Čím více jsem se kovařině věnoval, tím víc mě bavila. Doslova mně chytla za srdce.

Jaké jste měl koníčky?

V mládí jsem hrával fotbal, ale jak jsem již řekl, práce se mi stala koníčkem. Většinu svého volného času jsem trávil v kovářské dílně, kterou mám hned vedle domu.

Co považujete za vrchol svého kovářského snažení?

Několikrát jsem se zúčastnil setkání uměleckých kovářů v Klatovech a při té příležitosti vystavil některé drobné kovářské výrobky. Ale obsáhlejší výstavy, na které jsem pyšný, jsem měl v Závodním klubu koncernového podniku Vřesová v Chodově a v hornickém domě kultury a techniky v Sokolově v roce 1985. Zde jsem vystavoval výrobky nejen užité hodnoty, ale i vysloveně dekorativního charakteru. Výstava měla velký úspěch a kladně ji hodnotili i v tisku – tehdejší Sokolovské Jiskře.

Pro koho jste vyráběl Vaše umělecká díla?

Bylo toho velmi mnoho. Už si ani všechna nepamatuji. Ale většinu jich mám vyfotografovaných. Své výrobky jsem vyráběl pro vlastní tvůrčí uspokojení a pro radost a potěšení svých přátel a svého okolí. Vykoval jsem mnoho ozdobných plotů, mříží, křížů na hřbitov, lustry, lampy a další předměty. Doma mi visí nádherný lustr a můj dům zdobí nejedna má práce. *(Jméno kováře pana Bauera je skutečně známo v širokém okolí Starého Sedla. Pan Bauer je však natolik skromný, že nám tuto skutečnost při našem rozhovoru úplně vynechal.)*

Jak se na váš koníček dívá Vaše manželka?

Má paní Marianne mně vždy podporovala a vzorně se starala nejen o mně, ale i o náš dům a zahradu. Jsem jí za to vděčný.



Co je Vaším největším přáním?

Být zdravý a moci ještě něco vykovat.

To Vám, pane Bauer, ze srdce přejeme a děkujeme za milé povídání.

Soňa Heroutová

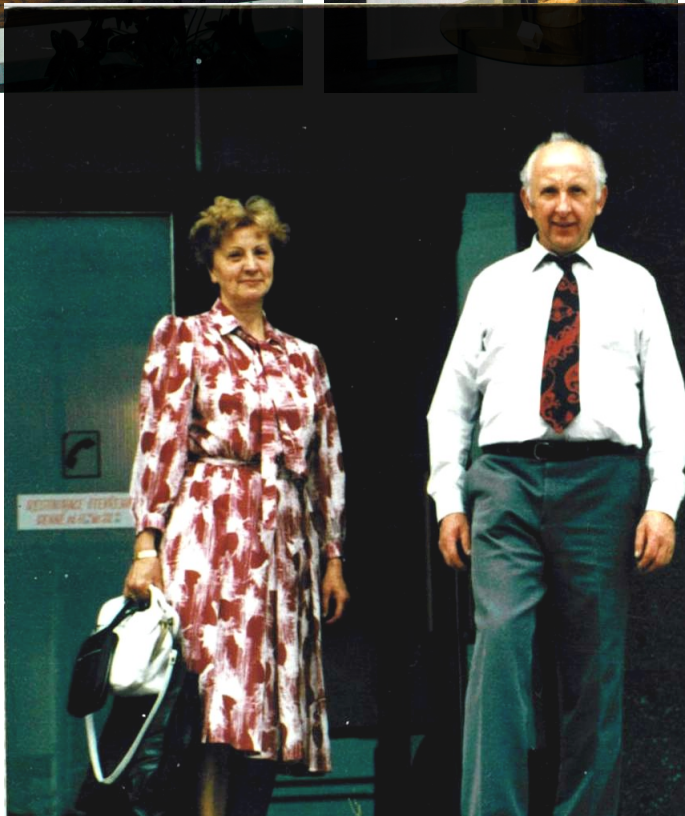
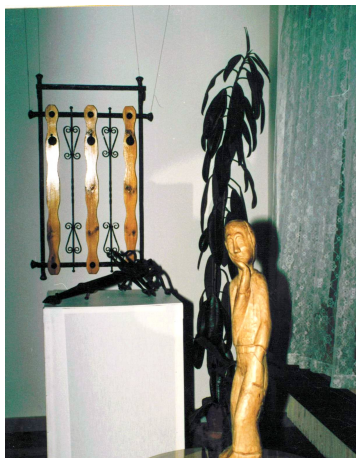


Foto: díla ze soukromého archivu F. Bauera

Den otevřených dveří ...

30.05.2015 proběhl již třetí ročník, návštěvníci si mohli při této příležitosti prohlédnout celý areál a shlédnout zajímavý program.

Tento den je mimo jiné i vzpomínkou na naši bývalou klientku Květu Vorlovou, která si při zdejším pobytu u nás sepisovala stará přísloví a rčení. Knižního vydání se již nedočkala. Tuto knihu na prvním ročníku pokřtila herečka Květa Fialová.

Na programu třetího ročníku zazpívala Bára Zemanová se svou kapelou.



Souběžně s programem nás svou přítomností potěšily kynšperské mažoretky ze ZŠ Kynšperk nad Ohří.





Mažoretkám děkujeme a
přejeme krásné a slunečné
prázdniny.



O občerstvení se postaralo denní centrum Mateřídouška, které nabízelo i sladké výrobky svých klientů. Grilované vuřty zajistila místní kuchyně spolu s technickým úsekem. Děkujeme, byly vynikající :-)



Čekání na další program nám příjemně zkrátil Marek Bubenčík, Miluška Pospíšilová a Milan Bubenčík.

Schovanky zlatý hřeb Dne otevřených dveří...



Foto: zleva Jiří Hrubý, country kapela Schovanky, Miloslav Čermák

Schovanky založil v roce 1971 Jan Kristiák Čapek jako 1. dívčí country kapelu v Evropě. Hrály téměř ve všech evropských zemích, ale i na Kubě a v Asi. Kapelou prošlo více jak 30 dívek.

Na svých cestách po světě se Schovanky potkaly na stejných pódii s takovými hvězdami, jako např. Emmylou Harris, Stella Parton, Willie Nelson, ale i Karel Gott, a zazpíval si s nimi i Johnny Cash.

U nás nadchly opravdu celé publikum a některé posluchače dokonce roztančily. Zdeněk Matoušek za to dostal od Blanky Šurkové květinu.

Touto cestou chceme poděkovat městu Kynšperk nad Ohří za dotaci, kterou nám poskytlo na „Den otevřených dveří“ a našim klientům umožnilo prožít den plný příjemných zážitků.



Proč jsem přestal kouřit ?

„K mladému dokonalému muži, patří cigareta jako k velbloudovi hrby“ ... tvrdil Miroslav Šimek v povídce Šimka a Grosmana „ Jak jsem se učil kouřit...“

O tom, proč přestal kouřit, jak se dostal ke canisterapii a vše podřídil své největší lásce nejen on, ale celá jeho rodina – psům. Přesněji řečeno psům plemene Leonberger A nejen o tom jsem si povídala s Bohumilem Stránským.

Jak jste se dostal k chovu těchto psů a canisterapii ?

Mým prvním psem nebyl Leonberger, ale Zlatý retrívr – Sára. Tu jsme pořídili našemu postiženému synovi a spolu s ní přišla i nabídka na canisterapii. Díky tomu jsem začal zjišťovat, co to vlastně všechno obnáší. Když jsem zjistil, že se cena výcviku pohybuje kolem 240 000,- Kč, nastudoval jsem podrobnosti potřebné k výcviku a následným zkouškám a začal jsem s výcvikem sám. Pro většího psa jsme se rozhodli čistě z praktického hlediska. Našimi klienty jsou i děti s váhou 80kg v 11 letech, kteří si na psa lehají.



Tak proto Leonberger? Víím že u tohoto plemene se setkáváme s výškou od 65-80 cm a někdy i více a s odpovídající váhou 50-80 kg!!!

Ano, přesně tak a začala shánka. Hodně jsme hledali po internetu i dost daleko, až jsme našli chovnou stanici Lenky Wimrové z Kynšperka n/O – Kamenný Dvůr. Při naší první návštěvě jsme měli opravdu strach. Za plotem na nás vykukovaly čtyři obrovští psi. Při chovatelčině výzvě „*Nebojte se, oni jsou hodní*“ jsem se vším respektem natáhl ruku a nechal se na doporučení olízat. Strach byl pryč. Výběr štěněte jsme nechali na chovatelce. „*Jak se bude štěňátko jmenovat?*“ Jednoznačná odpověď: Karel. „*A co když to bude holčička?*“ Opět jednoznačná odpověď: Karel!
Ano, tomu rozumím. Mám doma kočku jménem Mikeš :-).

Dalším z tvrzení chovatelky bylo: *Leonberger je návykové plemeno a u jednoho psa nezůstanete!* Měla pravdu. Dalším psem, kterého jsme si pořídili, je Jaroušek.

Jestli dobře počítám, už jsme u tří velkých psů. K tomu čtyřčlenná rodina. Jak jste vyřešili bydlení?

Dnes máme domek se zahradou, ale ještě nedávno jsme všichni bydleli v paneláku. Rekonstrukci domu jsme taky přizpůsobili psům.

Co si pod tím mám představit, mají vlastní ložnici?

No to ne, tu máme společnou! Stejně jako koupelnu. Zkrátka jsou to naši miláčci, členové naší rodiny. Nebo možná je naše rodina členem jejich smečky.



Foto: Bohumil Stránský s Karlem

Jak vaše psi vnímá okolí?

Určitě budí respekt i přes svou velice kladnou povahu, ale i závist. Před rokem nám někdo otrávil Sáru, kterou jsme pak 6 měsíců léčili. Jsou lidé, kteří si zřejmě myslí, že to co děláme, děláme pro peníze. Tak to rozhodně není! My se ženou už dávno víme, že peníze nejsou všechno!

Klientelu si vybíráme sami a se psi navštěvujeme nemocnici v Ostrově, mateřskou školu v Chebu, Františkových Lázních, oční stacionář Cheb, Váš domov pro seniory v Kynšperku. Zkrátka všude tam kde nás mají rádi a váží si naší práce.

Jak jste přestal kouřit?

Velice jednoduše a rychle. Uživit takovou psí smečku něco stojí a není to zrovna málo.

Jak jednoduché :-)

Ještě se zeptám na vaše další plány.

...smích, když Vám to řeknu a Vy to

zveřejníte, tak se to doví moje žena a v tom lepším případě budu mít problém.

... k ničemu Vás nenutím.

Víte, my potřebujeme do té naší smečky ještě jednoho malého psa. Háček je v tom, že moje žena řekla : „*Tři psi a dost!*“

...jednoho malého pejska? To už ani nepozná.

Malého....., ale Leonbergera.

Aha, tak to Vám budu držet palce!

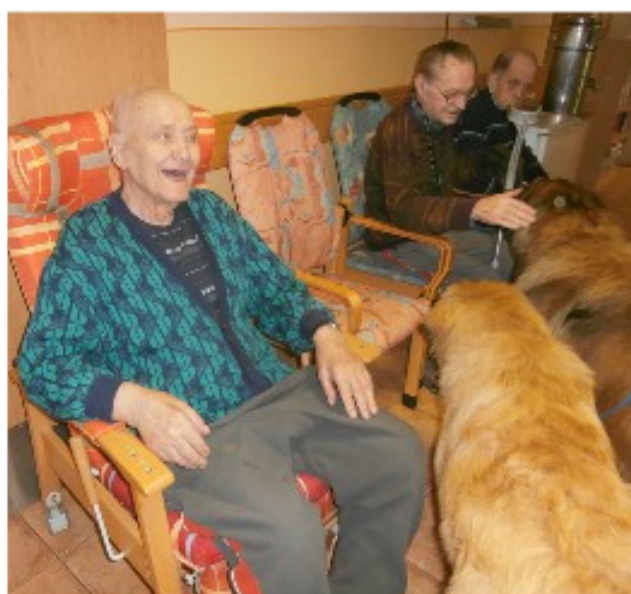
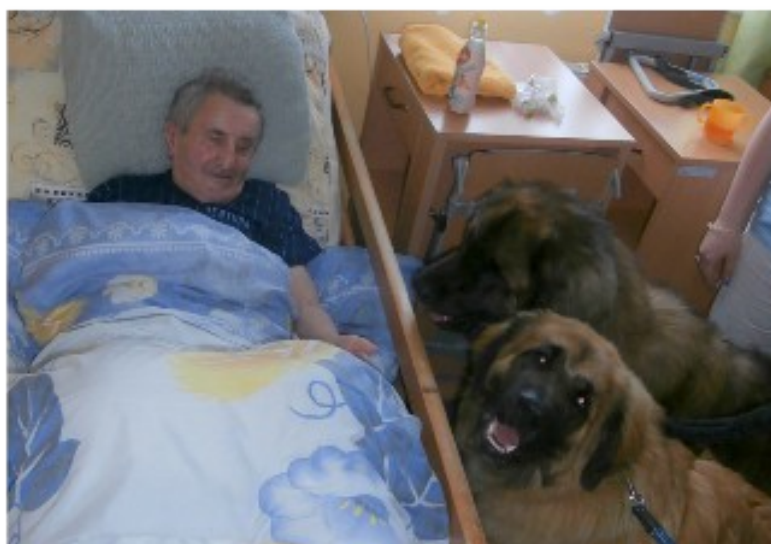
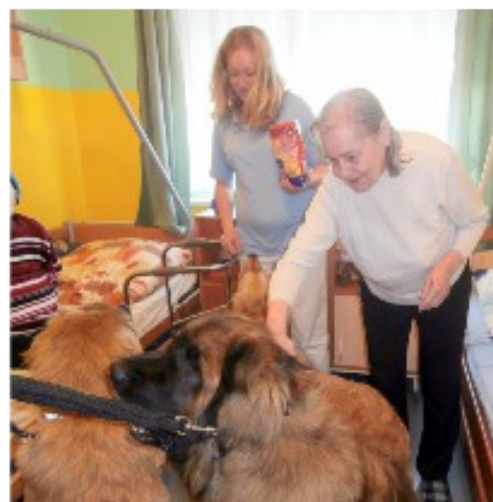


Foto:
/Štěně
Leonberger
a/

A ten by se
Vaší ženě
nelíbil?



Miloslava Pospíšilová



Poděkování Bohumilu Stránskému
v podobě fotek se šťastnými výrazy
ve tvářích našich klientů...

Počasí je jak stvořené pro výlety a tak jezdíme a poznáváme krásy našeho okolí... Kladská



Slova p.Kavanové: *Děvčátka moc Vám děkuju za krásný výlet a příjemně strávený čas. Příště pojedu zas. Lituju jen toho, že už jsem nejedla dřív .*

Ostatní výletníci se k jejím slovům připojili.



V blízkosti stromu nazvaným Čarovějník /kulatá koruna/ se prý ukrývá poklad. Příště bereme lopaty...



Výlet na Kostelní
Břízu – ne že by
nám doma vařili
špatně, ale
grilované koleno,
je grilované
koleno!

Kdo nebyl na Dianě, neviděl Karlovy Vary a tak
jsme nemohli chybět.



nahoře:
pan
Teiner už
bez
kolena.
vprostřed
I.Hečko s
pávy.



A co teprve posezení „U
Splavu“ u chlazeného piva...





Posezení s
přáteli v
sokolovské
cukrárně na
Starém náměstí.



Výlet v
zooparku
Amerika –
Františkovy
Lázně



Kuk..



Botas.... není to sportovní obuv, ale **B**raně **O**rientační **T**uristická **A**utomobilová **S**outěž. Ač se soutěž za ty roky hodně změnila, podstata zůstává stejná – nejde o rychlost, ale o zručnost, obratnost, vtip, znalosti, orientaci v mapě a řidičské dovednosti.

Již 33. ročník pořádala skupina místních nadšenců a pravidelná účast více jak 20 posádek je důkazem oblíbenosti soutěže, která je jednou ze „stálic“ v Kynšperku nad/Ohří.

A svou trochou do výsledkové listiny všech ročníků promluvilo i naše zařízení....celkově 1. místo letos získala posádka složená i ze dvou našich kolegů – jako řidič uspěl šéf úseku majetku investic A. Pospíšil a aktivním členem posádky byl i ředitel organizace J. Hrubý.



Foto: vítězná posádka 33. ročníku BOTASu



Foto: gratulace od posádky, která se obsadila 3. místo. Zleva Láďa Pečínka, Jirka Hrubý, Míra Cimr, Tonda Pospíšil, Jirka Radl, Jirka Modrok, Láďa Sadílek, vpředu Jirka Rozsnyaki

Gratulujeme