

# ALFRÉDOVY LISTY

vydání číslo 1

září 2024

## ÚVODNÍ SLOVO PANÍ ŘEDITELKY

Vážení čtenáři,

je mi velkou ctí, že Vám mohu představit první vydání Alfredových listů. Jsou určeny především pro Vás, kteří žijete v našem domově. Alfredovy listy vznikly s cílem přinést Vám pravidelné informace a zajímavosti, ale především také povzbuzení do všedních dnů a úsměv na tváři.

Věřím, že se stanou společníkem v každém ročním období. Na stránkách najdete nejen novinky z domova, ale i vzpomínky na dřívější časy, typy na aktivity a rubriku plnou zábavy, hádanek a křížovek. Doufám, že Vás potěší celý obsah listů.

Přeji Vám příjemné čtení a těším se na společné chvíle strávené s našimi novinami.

Mgr. Eva Machová

## STŘÍPKY Z HISTORIE

Kdo byl Alfred Skene II., který si nechal postavit zámek v Pavlovicích? Odkud pocházel? Rodina Skene pocházela ze skotského šlechtického rodu. Alfred Skene II. se narodil 24. 8. 1849 v Alexovicích u Brna, zemřel 17. 1. 1917 ve Vídni a pochován je v rodinné hrobce v Pavlovicích u Přerova.



Alfred Skene II. vystudoval chemii a fyziku na prestižních evropských univerzitách a od roku 1872 řídil cukrovar v Přerově, který v roce 1859 založil jeho otec Alfred Skene I. V roce 1878 koupil od hraběnky Skrbenské dvůr v Pavlovicích u Přerova a následně jej přeměnil na prosperující velkostatek.

V obci si nechal postavit v rozlehlém parku novorenesanční zámek se dvěma letohrádky – dnešní areál Domova Alfreda Skeneho, domova pro seniory.

Alfred Skene II. se výrazně zasloužil o rozvoj obce Pavlovice u Přerova. Přispěl na výstavbu nového kostela, upravil zdejší hřbitov, zřídil mateřskou školku, nechal postavit poštu a četnickou stanici. Upravil nejen cesty na svém statku, ale i cestu do Radslavic a vystavěl silnici do Hlinska.

Stejně jako jeho otec, i on se věnoval veřejnému životu. Byl poslancem Moravského zemského sněmu, poslancem Říšské rady a člen Panské sněmovny. Roku 1909 byl povýšen na barona.

# VOLNOČASOVÉ AKTIVITY NAŠICH SENIORŮ

## Kondiční cvičení

Představovat jednu z nejoblíbenějších aktivit v domově není určitě potřeba. Kondiční cvičení nabízíme pravidelně dvakrát týdně. Pro zpestření využíváme cvičební pomůcky, míčky, overbally, šátky a při balanční hře použijeme tzv. padák. Pohyb je v každém věku velmi důležitý! Jak vidíte na fotografiích níže – cvičení je vyhledávané.



## Tvoření

Tvoříme každý týden zajímavé výrobky z různých technických i přírodních materiálů. Zkoušíme neobvyklé techniky např. enkaustiku, decoupage – ubrouskovou techniku. Velmi oblíbené je modelování z keramické hlíny a vykrajování tvarů, které následně zdobíme. Výrobky se po vypálení v peci nabarví a ve finále ozdobí třeba mašlí.

Kateřina Mužíková, Nikola Kubová a Veronika Navrátilová, aktivizační pracovnice



## INFORMACE Z DOMOVA

### **Víte, jaký je zájem o služby v domově? Kolik seniorů si nyní žádá o pobyt v našem domově?**

V současné době evidujeme 165 žádostí o pobyt v našem domově. Nejvíce žadatelů je z okresu Přerov, a to 134 žádostí ze 165. Dále máme také žádosti z okresů Prostějov, Kroměříž a Olomouc.

Můžeme celkem obsadit 90 míst v jednolůžkových nebo dvoulůžkových pokojích. Jsme trvale plně obsazeni.

Bc. Eva Pavelková, DiS., sociální pracovnice

### **Proč s Vámi chceme individuálně plánovat aktivity? Co je vlastně individuální plánování.....**

Chtěla bych Vám v několika větech objasnit termín individuálního plánování. Když nastupujete do domova, tak od nás očekáváte péči i pomoc při denních činnostech a pomoc při zajištění aktivit v průběhu dne. Abychom tyto představy a očekávání naplnili, musíme s Vámi mluvit o Vašich potřebách. Proto se budeme postupně zabývat o Vaše potřeby a přání.

Nejprve s Vámi mluví sociální pracovnice a zjišťuje, co od nás v domově očekáváte a také Vám sdělí, co Vám můžeme nabídnout. Současně s Vámi mluví o zdravotním stavu zdravotní sestry a vrchní sestra. Zjišťují, jak o Vás mají pečovat, jakou podporu vzhledem k Vašemu zdravotnímu stavu potřebujete.

Velmi důležitá je samozřejmě nabídka aktivit i podpora v denním čase. Nabízené aktivity Vám zprostředkují nebo pomohou naplnit aktivizační pracovnice a pracovnice v přímé péči. Jaké plánujeme aktivity, se můžete dozvědět z nástěnek, kde jsou uveřejněny měsíční plány aktivit. Každý den uslyšíte denní nabídku aktivit v ranním hlášení rozhlasu! V dopoledních hodinách většinou nabízíme aktivity společné, které jsou zajištěny na jídelnách Domova Zámku nebo Domova Marie. Odpolední hodiny jsou částečně věnovány uživatelům, kteří se společných aktivit nemohou účastnit. Průběžně si můžete vybírat z široké nabídky aktivit a akcí, ale přivítáme také Vaši iniciativu při tvoření dalších nabídek aktivit. Své názory a požadavky můžete sdělit svým klíčovým pracovníkům nebo aktivizačním pracovnícím. Můžete využít pravidelné avizované Setkání paní ředitelky s uživateli. Je také možnost vložit anonymně požadavek nebo připomínky do schránek důvěry na jídelnách.

Bc. Jana Hrbáčková, sociální pracovnice

## OPRAVUJEME? ANO, MÁME PLÁNY OPRAV...



V nadcházejícím období budeme opravovat terasu na Zámku. Zatéká nám voda do skladu potravin, který se pod touto terasou nachází. Jedná se o původní terasu, která byla již v minulosti několikrát opravovaná. Tyto opravy postupně zamezily zatékání do prostor pod terasou, nyní již zatéká při každém dešti. V rámci oprav zajistíme novou izolaci, vytvoříme odtokový žlab a položíme novou dlažbu.

Ing. Monika Stoklásková, ekonomka

## STÁLE NAKUPUJEME POTŘEBNÁ ZAŘÍZENÍ

Ano, stále nakupujeme nová zařízení, nové věci, kterými doplňujeme vybavení pokojů nebo nové vyměňujeme za opotřebované nebo zničené: televizory, nové matrace do lůžek, lampy k lůžkům (díky kterým je čtení příjemnější), povlečení do postelí. Všechny tři domovy mají nově k dispozici čističky vzduchu, aby se Vám lépe dýchalo! Pořádili jsme i nové křeslo, kde je namontována váha, a proto Vás můžeme pohodlně zvážit. Do vstupních prostor Domovů Eliška a Marie jsme nakoupili nové kovové lavice, které jsme vyměnili za stávající dřevěné, neboť ty jsme museli po kontrole z Hasičského záchranného sboru v Přerově odstranit. Bohužel, nesplňovaly požárně bezpečnostní normy únikových východů.



Bc. Monika Juránová, hospodářka

## OTEVŘENÉ OKÉNKO DO KUCHYNĚ



Začíná sezóna hub, a proto jsem pro tento měsíc pro Vás vybrala nový recept. Určitě jste někteří chodili pravidelně sbírat houby! A také doufám, že houby máte rádi a nový recept Vás potěší: *Vepřová panenka se smetanově hříbkovou omáčkou a s kynutým knedlíkem*. Budu velmi ráda za Vaše zpětné sdělení, zda Vám chutnalo...

Jana Kretková, vedoucí stravovacího provozu

## CO NÁM RADÍ PANÍ VRCHNÍ?

V těchto horkých dnech je obzvlášť důležité hlídat si pitný režim. Starší lidé totiž ztrácejí pocit žízně a často úplně zapomínají pít, z čehož plyne řada zdravotních nepříjemností (jako např. bolest hlavy, únava, zácpa, zmatenost, močové infekce, a další). Během dne máte vypít minimálně litr a půl tekutin, nejlépe i dva litry tekutin.

Nejlepší k pití je hlavně pitná voda, bylinkové nebo ovocné čaje a neslazené minerální vody. V našem Domově máte k dispozici Filbeck, který nabízí přefiltrovanou vodu (teplou, studenou, perlivou).

Při pití minerálních vod je doporučováno druhy minerálek dle složení střídat. Pozor! Některé minerálky obsahují vyšší množství sodíku, který není vhodný při vysokém krevním tlaku, proto s nimi opatrně. Stoprocentní džusy není dobré pít nalačno, protože dráždí žaludeční sliznici, a proto je vhodné je ředit vodou. U zeleninových a ovocných šťáv to nepřehánějte s množstvím, mohou způsobovat průjemy. Nejlepší doporučení je tekutiny střídat.



Mgr. Ivana Dvořáková, vedoucí zdravotního úseku

# SPORTOVNÍ OLYMPIÁDA 2024

Tak jako každý rok, i letos se v našem Domově konala Sportovní olympiáda, které se zúčastnilo celkem sedm družstev. Soutěžilo se v deseti disciplínách, které vyžadovaly soustředění, zručnost a také přesnost.

## A jaké bylo výsledné pořadí družstev?

1. DS Pavlovice u Přerova
2. DS Tovačov
3. DS Radkova Lhota
4. DS Hrubá Voda
5. DS Přerov
6. DS Hranice
7. DS Prostějov

Vyhlášena byla i nejlepší žena, kterou se stala paní Marie Uherková z DS Hrubá Voda, a také nejlepší muž, pan František Stalčík z DS Přerov.



Vítězné družstvo DS Pavlovice u Přerova ve složení paní Marie Bílá, paní Marie Hradílková a pan Zdeněk Bednář.



Společná fotografie soutěžících družstev a hostů.





# CHVILKA ZÁBAVY

## KVÍZ

### Čemu se říkalo "ČAMRDA"?

- a) Dětské hračky
- b) Tancovačky
- c) Sladkému pokrmu

### 2. Co je to "VOZEMBOUCH"?

- a) Nepříjemný člověk / opilec
- b) Jiný název pro špalek na sekání dřeva
- c) Hudební nástroj

### 3. Čemu se říkalo "ŠLOJÍŘ"?

- a) Sukně
- b) Závoj
- c) Dámský podvazek

### 4. Co znamená slovo "LUČBA"?

- a) Přírodní vědy
- b) Literatura
- c) Chemie

### 5. Co to jsou "MÁRY"?

- a) Nosítka na rakev
- b) Hlavní pec v světnici
- c) Nádobu na prádlo

### 6. Co znamená slovo "DRAHNÝ"?

- a) Nečekaný
- b) Dlouho trvající
- c) Neuskutečněný

### 7. Co jsou to "ŠKAMNA"?

- a) Nádobu na hygienu
- b) Otvor v peci pro ohřev jídla
- c) Školní lavice

### 8. Co se myslí slovem „RETUŇK“?

- a) Tanec
- b) Pomoc
- c) Šarvátka

### 9. Kdo byl "FREJÍŘ"?

- a) Záletník či milenec
- b) Nejsilnější muž v okolí
- c) Muž bez partnerky

### 10. Kdo byl "UJEC"?

- a) Otec
- b) Strýc
- c) Bratranec

*Správné odpovědi najdete na straně pod omalovánkou.*

## Židovské anekdoty

Přemlouvá katolický kněz varšavského rabína ke konverzi: "Víte – vy jste pořád jen rabín, ale jako katolík si můžete pořád polepšovat a stoupat – můžete se vypracovat třeba až na biskupa nějaké diecéze!"

"To maj dobrý – ale já jsem vrchní rabín ve Varšavě, vědí – a myslej voni, že ta jejich diecéze bude větší než Varšava?"

"Ale pak se třeba můžete stát i arcibiskupem!"

"Taky dobrý. Ale kouknou, v celým Polsku ze všech rabínů má hlavní slovo dycinky varšavskej rabín – tak to je tak nastejno, nemyslej?"

"Ale pak se můžete stát třeba i kardinálem, a nakonec i hlavou celé církve – papežem!!"

"Taky dobrý. Ale mezi náma, poslouchaj: když maj Židi kdekoli na světě nějakéj velkej a důležitěj spor, tak kam jdou? Nakonec vždycky skončej u varšavskýho rabína jako nejvyšší instance. V čem je ten jejich papež důležitější?"

Knězi dojde trpělivost: "Tak to už je vrchol – nechtěl vy byste se nakonec stát samotným Bohem?"

"Taky dobrý. Jednomu z našich se to koneckonců podařilo..."

---

Poslechnou Kohn, co by dělali, kdyby byli sám v Africe, v poušti a najednou před nima lev?

No co by: vzal bych pušku a zastřelil ho.

Ale kdyby neměli pušku?

Tak bych ho zastřelil pistolí.

A kdyby neměli ani pistolí?

Tak bych ho zapíchl nožem.

No, ale kdyby neměli ani ten nůž?

Tak bych sundal norkovej kožich a nacpal bych ho ty potvoře do chřtánu!

Ale jdou, Kohn, kde by vzali v poušti norkovej kožich?!

Tak hele, Stein, komu vlastně fanděj?

## Mandala k vymalování



Centrum  
Mandala

Správné odpovědi na kvízové otázky:

1 a) 2 c) 3 b) 4 c) 5 a) 6 b) 7 c) 8 b) 9 a) 10 b)