Domov seniorů Rudná

3.vydání 2026 čtvrtletník

Autoři: klienti domova seniorů







Střípky z domova

Oslavenci:

Červenec:

Marie M. (96 let)

Karel Š. (83 let)

Dobromila V. (90 let)

Srpen:

Marcela K. (80 let)

Vilemína K. (86 let)

Zdeňka L. (97 let)

Ivo Š. (92 let)

Marie V. (89 let)

Září:

Věra M. (94 let)



GRATULUJEME!

Pánský klub ve znamení domácích utopenců

Autor článku: p. Jaroslav D. (77 let)



Jednoho červencové odpoledne se v našem domově konal pánský klub, tentokrát i za pomoci našich šikovných dam. Společně jsme se pustili do přípravy domácích utopenců. Ženy se chopily loupání cibule, špekáčky jsme oloupali a já se pustil do jejich krájení. Byla to pro mě premiéra, protože jsem si utopence vždy raději kupoval hotové. Musím ale říct, že připravit si je vlastníma rukama nebylo vůbec špatné! Po zhruba čtrnácti dnech přišel okamžik pravdy – ochutnávka.

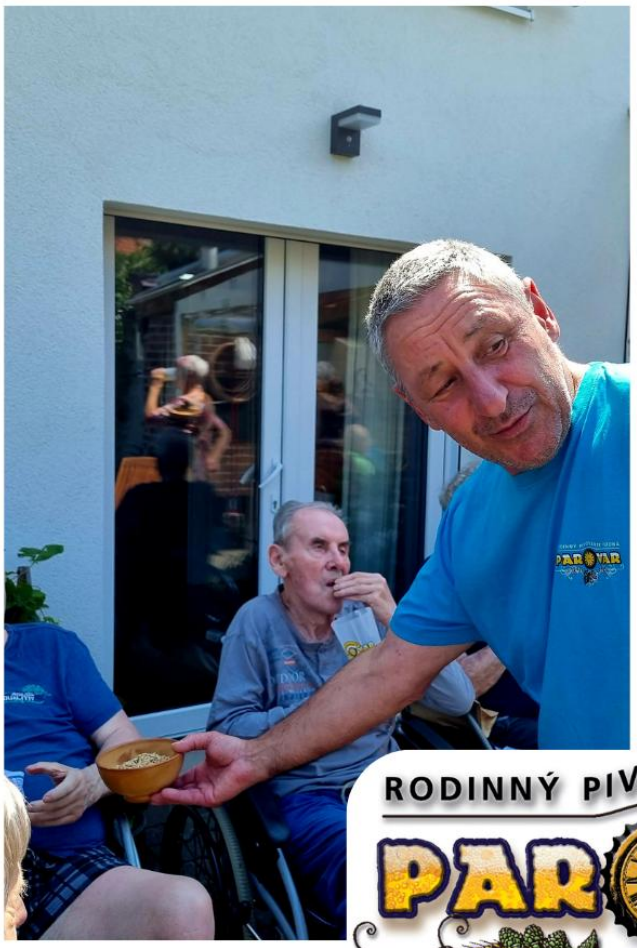
A víte co? Musím říct, že domácí utopenci chutnali snad ještě lépe než ty kupované. Společná práce se vyplatila a my jsme si pochutnali na vlastním výtvoru.

Pánská výprava za pivem

Autor článku: p. Karel D. (81 let)

Jednoho slunečného dne jsme se vydali na pánskou výpravu do místního pivovaru Parovar. Tentokrát byla akce určena výhradně pro chlapy, a tak jsme si mohli užít společný čas po svém. V pivovaru nás čekala ochutnávka domácích piv různých chutí. Každé pivo mělo něco do sebe. Sluníčko nám přálo, nálada byla výborná a nechyběl ani typický mužský humor. Jako správný pivař jsem si ochutnávku opravdu užil. Zajímavé bylo také nealkoholické pivo, které mě překvapilo svou chutí. Upřímně řečeno, rozdíl oproti alkoholickému pivu jsem skoro nepoznal!

Celá návštěva se nesla v příjemném duchu. Dozvěděli jsme se něco nového, ochutnali různé druhy piva hlavně jsme si užili společný výlet mimo domov. Takové pánské akce mají své kouzlo a věřím, že si podobnou výpravu zase někdy zopakujeme. Za všechny zúčastněné mohu říct, že se výlet vydařil na jedničku.





RODINNÝ PIVOVÁREK RUDNÁ
PAROVAR





Vzpomínky u táboráku

Autor článku: p. Ivo. Š. (92 let)

Milí čtenáři,



v červenci jsme si společně užili opékání špekáčků a počasí nám opravdu přálo. Sluníčko krásně svítilo a panovala příjemná letní atmosféra. Já u takových akcí nesmím chybět, protože mám podobná setkání moc rád. Když se dívám do ohně, hned si vzpomenu na časy, kdy jsem byl mladý kluk a s kamarády jsme jezdili tábořit. Nejraději jsme měli táboráky u řeky. Komáři kolem nás létali, štípanců jsme měli spoustu, ale nám to vůbec nevadilo. Hlavní bylo, že jsme byli spolu a užívali si krásné chvíle. A pak někdo z kamarádů vytáhl kytaru. Začalo se hrát, zpívat a hned bylo veseleji. Na tyhle chvíle člověk jen tak nezapomene. A právě proto mám opékání špekáčků tak rád. Nejde jen o dobré jídlo, ale hlavně o společnost, pohodu a vzpomínky, které se člověku vracejí i po mnoha letech.

Sousedské setkání v Rudné očima klientky a její dcery

Autoři článku: paní Dobromila V. (90 let) s dcerou paní Irenou D.

V sobotu 12. září 2026 nás hned od rána vítalo sluníčko a už tehdy bylo jasné, že nás čeká krásné odpoledne. Maminka celý život ráda plete, a proto se s radostí zapojila do prezentace Domova seniorů Rudná, kde představila své vlastnoručně vyrobené výrobky. Sousedské setkání se konalo v místním parku na Havlíčkově náměstí, kde se pravidelně pořádají zajímavé společenské akce.

Celé odpoledne se neslo v příjemné atmosféře. Zaujala nás především zvířátka a také fotografie zachycující staré Dušníky a Hořelice, které nám připomněly, jak se naše okolí v průběhu let proměňovalo. Maminka měla radost, že se mohla setkat se sousedy a známými, popovídat si s nimi a zároveň ukázat, co ji celý život baví. Její pletené čelenky a teplé ponožky byly součástí prezentace Domova seniorů Rudná a krásně ukázaly, kolik šikovnosti, trpělivosti a radosti se skrývá v ruční tvorbě. Obě jsme si odnesly krásné zážitky. Bylo to odpoledne plné inspirace, milých setkání a pohody. Myslíme si, že se akce velmi vydařila a že Domov seniorů Rudná díky svým výrobkům skvěle reprezentovala. Děkujeme za příjemně strávený čas a těšíme se na další podobná setkání!



Exotická návštěva našima očima – dva příběhy plné zážitků

Autor článku: pan Bořivoj B. (85 let)

V polovině září navštívila Domov seniorů Rudná chovatelka, která s sebou přivezla přibližně sedm papoušků pocházejících z Austrálie a Nového Zélandu. Doprovázeli ji tři pomocníci. Dopolední program vzbudil mezi klienty velký zájem a přinesl mnoho zajímavých zážitků.

Samotnému představení papoušků předcházela krátká přednáška, během níž se klienti dozvěděli, jak ptáci žijí ve své domovině, čím se živí ve volné přírodě a jaké jsou možnosti jejich chovu ve střední Evropě. Velmi pozitivně byla přijata informace, že papoušci nejsou drženi v klecích, ale mají k dispozici voliéru. Po úvodním povídání následoval prostor pro dotazy. Klienti se mohli zeptat na vše, co je o životě a chovu papoušků zajímalo. Největší radost jim však přinesla možnost dostat si papouška do náruče, pohladit si ho, a dokonce si ho i pochovat.

Návštěva papoušků měla u klientů velmi pozitivní ohlas. Kromě nových informací a nevšedního zážitku přinesla také milé vzpomínky na setkání se zvířaty v jejich mládí. Dopoledne se tak neslo v příjemné atmosféře, plné zájmu, radosti a osobních vzpomínek.

Autorka článku: paní Jana Š. (80 let)

V srpnu nás potěšila návštěva chovatelů papoušků z Ameriky a Afriky. Přivezli s sebou dva krásné papoušky – aru a žaka. Ara nás zaujal nádherným modrým peřím se žlutými barvami a dlouhým ocasem. Může dorůst až 80 cm a dožívá se 50 až 80 let. Žako je většinou šedý papoušek. Ten náš měl černobíle proužkované peří a červený ocas, který byl krásně vidět, když roztáhl křídla. Překvapilo nás, jak byli oba papoušci ochočení. Dokonce jsme si je mohli vzít na ruku! Jeden z nich mi z ramene opatrně přešel po ruce až k dlani, kde jsem měla oříšky připravené od chovatelky. Jeho silný zobák vypadal trochu nebezpečně, ale oříšek si vzal tak jemně, že jsem se nemusela vůbec bát. Byl to pro mě opravdu krásný a neobyčejný zážitek, na který jen tak nezapomenu. Díky vyprávění chovatelů jsme se také dozvěděli, jak se papoušci chovají a jak o ně pečovat už od jejich nejútlejšího věku. Toto milé zpestření našich společných aktivit jsme přivítali s velkým zájmem a nadšením. Setkání s tak nádhernými a přátelskými ptáky nám přineslo mnoho radosti a nových poznatků.

.







Rock, emoce a splněné hudební přání

Autor článku: pan Vladimír P. (74 let)

Ahoj přátelé,

dnes nás v domově navštívila hudební skupina The Band. Přiznám se, že jsem si nejprve říkal, co nás asi čeká za hudební žánr. Já totiž dávám přednost modernější a rockovější hudbě, třeba takovému Arakainu. Ale zvědavost mi nedala, a tak jsem se rozhodl, že se na vystoupení půjdu podívat – nebo spíše poslechnout.

Děvčata z aktivizace mi říkala, že účast byla opravdu velká. Já toho kvůli svému zraku moc nevidím, a tak vnímám svět trochu jinak. O to víc naslouchám. A hudba? Ta je pro mě doslova lékem na duši. Děvčata mě proto posadila do první řady, abych si mohl všechno pořádně vychutnat. A udělala moc dobře!

Skupina The Band hrála nejrůznější písničky a soudě podle zpěvu, který se ozýval za mými zády, měly u našich dam velký úspěch. Zpívaly si známé melodie, jako jsou Jó, třešně zrály nebo Pivovar, a nechyběly ani slovenské písničky. Bylo krásné poslouchat, jak si všichni společně užívají hudbu.

A teď přijde to nejlepší! Na závěr se jeden ze zpěváků zeptal, jestli má někdo přání na písničku. No, to víte, že jsem se hned přihlásil! A co myslíte, že jsem si vybral? Skladbu od Ozzyho Osbourna – Mama, I'm Coming Home.

V tu chvíli mě hudba úplně pohltila. Měl jsem slzy v očích a cítil jsem ji od hlavy až k patě. To se nedá ani pořádně popsat. Byl to neskutečný zážitek, který mi připomněl, jak velkou sílu hudba má a kolik emocí v člověku dokáže probudit. Pánové z The Band, moc vám děkuji, že jste mi udělali takovou radost! Přesně tohle je hudba, kterou mám rád. A víte co? Budu moc rád, když se u nás zase někdy zastavíte. Já už budu vědět, na co se těšit!

Mějte se krásně a zase někdy na slyšenou!

Váš Vláďa P.



Přednáška o anestezii a transplantaci

Autorka článku: paní Dagmar N. (92 let)

V červenci, v rámci roku řemesel nás navštívila anesteziologická sestra paní Andrea Hloušková. Velmi poutavě a srozumitelně nám vysvětlovala, co se děje na sále i v zákulisí před různými operačními výkony. Vysvětlila nám historii uspávání a vývoj až do dnešní doby, a také hlavně význam a způsoby anestezie.

Co se s člověkem děje, na co si musí dát pozor a celý průběh předoperačních příprav. Ukázala nám i několik pomůcek, které se při uspávání používají.

Vzhledem k tomu, že paní Hloušková pracovala řadu let na kardiologickém oddělení transplantací srdce u profesora Pirka zmínila nám i několik zajímavostí, které se této oblasti týkaly. Když v závěru přednášky vyprávěla i některé příběhy lidí, kteří transplantací prošli a mluvila i o tom, jak tato práce ji naučila pokoře, neubránili jsme se slzám.







Hudba a tanec, které pohladí po duši

Autorka článku: paní Květoslava Z. (89 let)



V září nás opět potěšil svou návštěvou mistr tance pan Veleta, který u nás letos nebyl poprvé. Znovu nám předvedl, co všechno se dá zvládnout i na vozíku. Obdivuji, kolik má energie, elánu a nápadů, jak nám zpříjemnit společně strávený čas. Při jeho vystoupení tančili snad úplně všichni, dokonce i ti, kteří o sobě tvrdí, že netančí. Takové akce mám opravdu ráda. Člověk přijde na jiné myšlenky, zapomene na každodenní starosti a užívá si přítomný okamžik. A co mě samotnou překvapilo nejvíc? Zjistila jsem, že mi to ještě pořád tančí! Podle úsměvů a výrazů ostatních soudím, že se odpoledne líbilo i jim. Pro mě je ale nejdůležitější, že mi tanec udělal velkou radost.

A to nebyla jediná akce, při které jsme si mohli užít hudbu. O týden později jsme měli možnost zúčastnit se muziky, která pohladí na duši. Přesný název si už bohužel nepamatuji, ale na samotný zážitek jen tak nezapomenu. Tentokrát se

sice netančilo, zato jsem mohla v klidu vnímat každý tón tibetské mísy i bubnu. Bylo to něco úplně jiného, krásného a uklidňujícího. Každý z účastníků si mohl vyzkoušet některý z hudebních nástrojů. Já jsem samozřejmě neváhala a také si jeden vyzkoušela. Moc se mi to líbilo a celé setkání pro mě bylo opravdovým pohlazením po duši.

Chtěla bych poděkovat všem, kteří pro nás obě tato krásná odpoledne připravili. Každé bylo jiné, každé mělo svůj vlastní rytmus a náladu, ale obě nám přinesla radost, příjemné zážitky a něco hezkého do života.



Tvoření, které potěší

Autor článku: pan Čestmír N. (83 let)



Jednou ze zajímavých aktivit, které se v našem domově pro seniory pořádají, bylo tvořivé odpoledne s rodinami. Této akce jsem se zúčastnil jako nový klient domova a na pomoc jsem si přizval svou dceru Mirošku. Společně jsme vytvořili obrázek ze suchých listů, který jsme ozdobili květinou, šneky a ulitami. Tvoření nás bavilo a z výsledku jsem měl velkou radost. Protože se mi obrázek moc líbil, rozhodl jsem se nechat si ho na památku a na ozdobu svého pokoje.

Chtěl bych poděkovat všem, kteří pro nás toto příjemné odpoledne připravili. Byla to krásná příležitost strávit čas se svou dcerou a společně vytvořit něco hezkého.



Do Unhoště za zábavou, soutěžením a novými zážitky

Autorka článku: paní Jaroslava B. (81 let)

Stejně jako minulý rok jsme se i letos zúčastnily sportovního dne v domově seniorů v Unhošti. Tentokrát jsem vyrazila já společně s kamarádkou Danuškou (klientka domova seniorů) a samozřejmě nesměla chybět ani naše pohybová Nella, která se o nás po celou dobu krásně starala. Den začal hned od rána. Po příjezdu do Unhoště nás přivítali milým úsměvem a také moc dobrou snídaní. U kávy a něčeho dobrého na zub jsme si poslechly, co nás během dne čeká a jak bude celé sportovní klání probíhat. A pak už hurá do soutěžení! Čekalo nás přibližně deset disciplín rozmístěných po celém venkovním areálu. Opět jsme tak měly možnost prohlédnout si jinou zahradu, než na jakou jsme zvyklé u nás. A musím říct, že taková změna prostředí vždycky potěší. Některé disciplíny nám daly pořádně zabrat, jiné nás zase rozesmály. Jedna mě ale opravdu pobavila! Na čas jsme totiž musely pověsit prádlo. Ještě teď se směji, když si na to vzpomenu. Kdo by řekl, že i obyčejné věšení prádla může být taková zábava? Další zajímavou disciplínou bylo skládání slovních spojení na čas.

Tam už jsme se trochu zapotily, ale zvládly jsme to, a hlavně jsme si to pořádně užily. Když jsme měly všechny úkoly za sebou, čekal nás zasloužený oběd. A co jiného by mohlo potěšit než pořádný řízek? Ten nám po dopoledním soutěžení opravdu chutnal! Po obědě následovala živá hudba. Ta mě sice příliš neoslovila, protože byla na můj vkus hodně hlasitá, a tak jsme se s naší partou rozhodly raději prozkoumat místní budovu. Bylo moc zajímavé podívat se, jak to mají v jiném domově, načerpat nové nápady a třeba se i něčím inspirovat. Potom jsme se vrátily zpět do jídelny, kde nás čekalo vyhlášení výsledků. A jak myslíte, že jsme dopadly? Rozhodně jsme neodjížděly s prázdnou! Já jsem si odvezla krásné 3. místo v disciplíně Bollo Ballu a moje kamarádka Danuška dokonce 2. místo v jiné soutěži. Takže radost byla veliká! Celý den se mi moc líbil. Bylo příjemné na chvíli změnit prostředí, potkat nové lidi, zasoutěžit si, zasmát se a užít si společný výlet. Vždyť nejde jen o medaile a umístění, ale hlavně o zážitky, které nám zůstanou v paměti. Velké poděkování patří naší Nelle za doprovod, pomoc a podporu při všech disciplínách. Bez ní by to zkrátka nebylo ono!

Tak zase za rok, Unhošti! Už teď se těšíme!



Nahlédněte, jak trénujeme paměť

Dopište rozepsané slovo.



BLÁ _____

MU _____

SK _____

VŘ _____

HL _____

DL _____

NÁ _____

VE _____

VŮ _____

DR _____

A tím se dostáváme na konec dalšího vydání našeho čtvrtletníku. Doufáme, že vám jeho stránky přinesly příjemné chvíle, úsměvy i zajímavé čtení. Než se společně rozloučíme, prozradíme vám, že nás v letošním roce čeká ještě jedno, poslední vydání, na které se už teď moc těšíme.

Velké poděkování patří všem, kteří přispěli svými články, fotografiemi a nápady. Díky vám je náš čtvrtletník pestrý, osobní a plný krásných okamžiků.

Budeme moc rádi, když nám zachováte přízeň a budete se s námi i nadále dělit o své zážitky, vzpomínky, radosti a zajímavé příběhy.

Autorky článku: Kristina, Jitka, Dana – aktivizační pracovnice

