



NÁŠ DOMOV

Časopis obyvatel

Domova pro seniory Luxor

č. 1/2025

Vážení a milí přátelé,
v úvodním slovu k dnešnímu vydání
našeho časopisu Vás musím
pochválit za to, jak aktivně
naplňujete obsah našich hesel:

„Tělo sice může zestárnout, ale naše
srdce jen tehdy, když mu to sami
dovolíme“ a současně „Veselá mysl
půl zdraví.“



Snažme se s nadcházejícími dny co nejvíce potěšit z probouzející
se přírody, ze zpěvu ptáků, krásy rozkvétajících květín a po těle
i duši hladících slunečních paprsků.

A hlavně nezapomínejme na dobré vzájemné soužití, mějme jeden
pro druhého pochopení, vlídné slovo a úsměv na tváři. Myslete
i sami na sebe, vynasnažte se co nejčastěji využívat široké
nabídky našich aktivit, ať již při společném posezení při kávě
a písničkách na přání, pečení, křesel pro hosta či Univerzitě
třetího věku.

Za celý kolektiv pracovníků Luxoru Vám přeji příjemné, a ve
zdraví a spokojenosti prožité nadcházející jarní, dny.

Za celý kolektiv pracovníků Luxoru

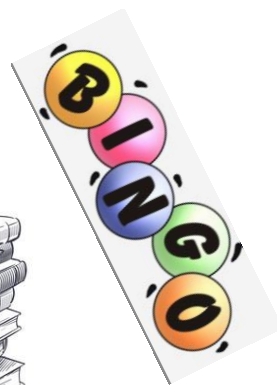
Váš Jaromír Novák

PRAVIDELNÉ AKTIVITY

Vyberte si, co by Vás mohlo bavit:



- **INDIVIDUÁLNÍ REHABILITACE**
- **KONDIČNÍ CVIČENÍ S ERGOTERAPEUTKOU
(PONDĚLÍ + STŘEDA + PÁTEK)**
- **CVIČENÍ S FYZIOTERAPEUTEM (ÚTERÝ + ČTVRTEK)**
- **LITERÁRNÍ KLUB (STŘEDA)**
- **POSEZENÍ S PANEM ŘEDITELEM PŘI HUDBĚ
(ÚTERÝ)**
- **TURNAJ V BINGU (PONDĚLÍ)**
- **INDIVIDUÁLNÍ TRÉNINK PAMĚTI**
- **KROUŽEK PEČENÍ (STŘEDA)**
- **POSLECH DECHOVKY S KÁVOU DEZERTEM
(ČTVRTEK)**
- **UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU S PANEM ŘEDITELEM
(PÁTEK)**
- **KŘESLO PRO HOSTA (PÁTEK)**
- **MUZIKOHRANÍ**
- **KLUB PŘÁTEL VÁŽNÉ HUDBY**
- **KAVÁRNIČKA**
- **NÁVŠTĚVY DOBROVOLNÍKŮ**



Zajímavé společenské akce

Vystoupení se zvířaty

Přivítali jsme na jídelně zvířecí návštěvníky. Klienti měli možnost se seznámit se zajímavými zvířaty a některé i pohladit. Viděli jsme např. kosmana bělovousého, vakoveverka, papouška, nejmenšího holoubka na světě, králíka a také čivavu. Na tvářích klientů se objevily krásné úsměvy, když si mohli zvířátko pohladit a dozvěděli se i něco z jeho života. (04. 10. 2024)



V říjnu jsme měli možnost tvořit podzimní výzdobu s žáky žákovského parlamentu ZŠ T.G. Masaryka Poděbrady, s dětmi z MŠ T. G. Masaryka



Hudební vystoupení – Jiří Slavík s partnerkou

První listopadový den jsme přivítali hosty z Moravy, kteří nám nabídli své hudební vystoupení. Pan Jiří Slavík zahrál našim klientům na akordeon a spolu s partnerkou nám zazpívali krásné a známé písničky. Naši hosté dali posluchačům i možnost volby písniček na přání, které si rádi společně zazpívali. (01. 11. 2024)



Křeslo pro hosta – PaedDr. Zdeněk Souček



Pozvání v rámci aktivity Křeslo pro hosta přijal pan PaedDr. Zdeněk Souček, který pracoval jako ředitel Základní školy v Libici nad Cidlinou. Naším klientům ale přišel především povídat o své velké vášni, což je fotografování a pozorování přírody, čímž se zabývá už od

studentských let. Mnoho let se věnuje především fotografováním ptáků v jejich přirozeném prostředí a svými snímky se snaží podávat svědectví o způsobu jejich života. Za fotografováním se vydává i do světa, ale nejčastěji fotí ptáky u nás, hlavně na břehu Cidliny pořizuje s oblibou fotky ledňáčků. (08. 11. 2024)

Oslavy svatého Martina



Oslava svátku svatého Martina pokračovala i odpoledne za přítomnosti kapely Veleňanka. Ta nám hrála a zpívala ke svátečnímu dni plném hodování.

Klienti si po vydatném obědě, kdy si pochutnali na svatomartinské huse s knedlíkem a zelím, připili svatomartinským vínem. Dále ochutnávali slané i sladké občerstvení a velmi dobře se bavili. Posezení se všem líbilo a budeme na příjemnou atmosféru rádi vzpomínat. (11. 11. 2024)



Křeslo pro hosta – Michal Karban



Pozvání přijal již poněkolkáté další vzácný host pan Michal Karban, manažer obchodu rodinného vinařství Vinné sklepy Kutná Hora s.r.o, který poutavě vyprávěl o vzniku vinařství a o výrobě vína. Zajímavostí je, že

jako jediné vinařství v Čechách jsou držiteli respektované biodynamické certifikace DEMETER. Vinařství je výjimečné tím, že nepoužívá žádnou chemii ke zpracování vína a téměř ve všech činnostech je zastoupeno ručními pracemi. Náš host zaujal nejen svým zajímavým vyprávěním, ale také tím, že přivezl na ochutnávku několik druhů vín. (02. 12. 2024)

V prosinci nás navštívily s vánočním vystoupením děti ze ZŠ T.G. Masaryka Poděbrady, dále děti z MŠ Mozaika a MŠ Proftova i žáci ze ZUŠ Poděbrady



MIKULÁŠSKÁ ZÁBAVA

Také k nám 5. prosince zavítal Mikuláš s andělem a čertem! Nejdříve se čert snažil ve společenské místnosti získat nějaké „hříšné duše“, které byly zapsány v „Knize hříchů“. To se mu ale nepodařilo ani na společném obcházení všech pokojů Domova, a tak se čert snažil klienty aspoň trochu



postrašit :). Každý klient byl obdarován balíčkem plným „pekelných“ dobrot. K výbornému občerstvení a skvělé zábavě nám zahrála oblíbená kapela Poděbradka. (05. 12. 2024)



Vystoupení ZUŠ s harfou

Klienti strávili dopoledne ve společnosti dětí ze ZUŠ Poděbrady a Praha. Všechny vystupující děti melodicky zahrály na háčkovou harfu krásné vánoční i další převážně irské písničky. (06. 12. 2024)



Vystoupení s cimbálem

Začátek dalšího týdne nám zpříjemnila svým hudebním vystoupením cimbalistka paní Vladka Křenková, která nás poprvé navštívila o letních prázdninách. Dnes nám zahrála především krásné vánoční písničky z různých známých pohádek, ale neopomněla i lidové a populární. Atmosféra byla opět velice příjemná, klienti si mohli zkusit na cimbál i zahrát. (09. 12. 2024)



Vystoupení country tanců Poděbrady

Mezi pravidelné předvánoční akce patří vystoupení Tanečního souboru country tanců Poděbrady pod vedením paní Evy Volejníkové, na který se naši klienti v adventní čas velmi těší. Soubor je úspěšný, na festivalech country tanců s mezinárodní účastí zahajovali a tančili na úvod hlavní soutěže. Taneční soubor je složen z velmi aktivních seniorů, kteří jsou se svými vystoupeními motivací nejen pro své vrstevníky, ale i pro mnohem mladší ročníky! (10. 12. 2024)



Vystoupení studentů ze Střední zemědělské školy a SOŠ

Dopoledne našim klientům přišli zazpívat a zarecitovat studenti 3. ročníku ze Střední zemědělské školy a Střední odborné školy v Poděbradech. Připravili si mnoho krásných vánočních koled, které za doprovodu elektronických varhan a paní učitelky zazpívali. (17. 12. 2024)



VYSTOUPENÍ STÁTNÍ OPERY PRAHA



Do Domova zavítali velmi vzácní hosté, členové Státní Opery Praha. Postarali se o nevšední a nádherný zážitek při vystoupení s Českou mší vánoční, česky psanou církevní skladbou Jakuba Jana Ryby. Česká mše vánoční má ryze pastorální ráz, je

zasazená do českého prostředí. Pro svou prostotu i radostnou a svěží atmosféru byla a stále je srozumitelná a přístupná širokému obecenstvu. V současnosti představuje Státní opera nejlepší operní scénu v Praze a jednu z nejlepších ve střední Evropě. To dokázali i u nás v Domově, kde vystoupení sklidilo velký úspěch a děkujeme všem vystupujícím členům za výjimečný předvánoční zážitek. (18. 12. 2024)

Živý Betlém dětí z MŠ T.G. Masaryka



Posledním vánočním dětským vystoupením v roce 2024 nás přišly potěšit děti z MŠ T. G. Masaryka v doprovodu paních učitelek. Všechny děti se převlékly do krásných kostýmů, kde každá postava byla součástí živého Betlému a našim klientům sehrály příběh zrození Ježíška. (19. 12. 2024)

24. 12. 2024 - ŠTĚDRÝ DEN

„Štědrý večer nastal.....“ Naši klienti se již nemohou dočkat slavnostní večeře s panem ředitelem, kterému patřilo úvodní sváteční slovo, společná modlitba a vzpomínka na ty, kteří nejsou již mezi námi. Štědrovečerní večeře proběhla tradičně po společném slavnostním přípitku, na připravené sváteční tabuli byl servírován smažený kapr a řízek



s bramborovým salátem. Večer proběhl v klidném, rodinném duchu, senioři si popovídali, ochutnávali různé druhy cukroví a nechyběly ani vánoční dárečky. Štědrý večer byl vydařený, klienti odcházeli domů s výbornou náladou a plni dojmů!

Křeslo pro hosta – Ing. Jaroslav Němec

Letošním prvním hostem v rámci aktivity Křeslo pro hosta byl Ing. Jaroslav Němec. V minulém roce nám povídal při svých besedách o zajímavých zemích, které v rámci svých pracovních cest navštívil. Tentokrát vyprávěl na téma „Co daly Čechy světu aneb objevy a vynálezy z českých zemí“. (17. 01. 2025)



Setkání s dětmi z MŠ TGM

Ve čtvrtek dopoledne za námi přišly děti z blízké Mateřské školky TGM. Tentokrát jsme si tvořili z modelíny a procvičili při tom i jemnou motoriku. Výrobky nám zdobí naši jídelnu. Na závěr setkání nám děti řekly pěkné básničky tematické k zimnímu období. (30. 01. 2025)



Křeslo pro hosta – Luboš Vaněk

Pozvání v rámci aktivity Křeslo pro hosta přijal již poněkolikáté pan Luboš Vaněk ze Záchranné stanice Huslík v Poděbradech. Areál ekocentra najdeme v bývalé Klicperově hájovně a funguje společně se Záchrannou stanicí pro zraněné živočichy. Je přístupný v otevírací době návštěvníkům, kteří zde mohou vidět různá zvířata, především ptáky, srnky, krávy, kozy, jelena a ostatní.



Náš host klientům poutavě vyprávěl o činnostech záchranné stanice, o zvířatech, ale hlavně se s námi podílel o příběhy ze života zachráněných zvířat. Přinesl s sebou hada, ježka, zajíce a orla, které si většina klientů pohladila. (21. 02. 2025)



(Zpracovaly: Marcela Kadlecová, Dana Mašindová – sociální pracovnice)

Zdroj obrázků: Archiv fotografií DS Luxor Poděbrady, p.s.s.

Gratulace k narozeninám

Gratulujeme k narozeninám následujícím klientům a přejeme mnoho zdraví a štěstí v dalších letech.

LEDEN

Paní Zdeňka Převrátilová, pan Jaroslav Váňa, paní Věra Nováková, paní Zdenka Stehlíková, paní Marie Bubeníčková, paní Vladislava Ohrazdová, paní Věra Dubnová

ÚNOR

Paní Miroslava Marečková, paní Emílie Veselá

BŘEZEN

Paní Jana Brunerová, pan Zdeněk Jambor, pan Josef Pavel, pan Milan Čapek

DUBEN

Paní Jana Jirásková, paní Petra Pátá, paní Věra Janoušková, paní Ludmila Karásková, paní Marie Siřínková



S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

ŘÍJEN 2024 – BŘEZEN 2025

Štrobachová Marie	08. 10. 2024
MUDr. Moc Ladislav	18. 10. 2024
Beranová Libuše	23. 12. 2024
Pourová Marie	06. 01. 2025
Mgr. Pešková Ivana	01. 02. 2025
Lejnarová Miloslava	08. 02. 2025



Noví klienti našeho Domova

ŘÍJEN 2024 – BŘEZEN 2025

Weissová Olga	17. 10. 2024
Ing. Čapek Milan	24. 10. 2024
Šmahelová Jiřina	13. 02. 2025
Vokálová Jana	05. 03. 2025



Přejeme všem příjemný pobyt.

Zdroje použitých obrázků:

<https://www.hvp.cz/aktuality/detail/oznameni-o-umrti/>
<https://www.istockphoto.com/cs/fotky/jaro-fotky>
<https://www.ireceptar.cz/vareni-a-recepty/jarni-dorty-30000414.html>
<https://blog.frutiko.cz/proc-je-jaro-nejlepsi-rocni-obdobi/>
<https://zahradnictvinymburk.cz/produkt-1026-cervene-tulipany>
<https://www.placatky-levne.cz/Kava-pro-gravirnika-d2056.htm>
<https://www.asenior.cz/v-sade-skvi-se-jara-kvet/>

Představujeme nové klienty

Helena Řeháčková



Jmenuji se Helena a je mi 73 let a jsem vdova. Žila jsem v Rožďalovicích. Pracovala jsem v Domově důchodců v Rožďalovicích v prádelně a na úklidu. Měla jsem tři syny, nejstarší Jaroslav již bohužel nežije. Další dva synové jsou František a Petr, se kterými mám dobrý vztah i s jejich přítelkyněmi. Před nástupem mi chodili pomáhat a doprovázeli mě k lékaři. Bohužel, již se mi špatně chodí, tak už se sama nikam nepustím. Dříve jsem ráda chodila na setkávání seniorů.

V Domově jsem již od února 2024.

Věra Nováková

Narodila jsem se v roce 1932 v Sojovicích. Vdala jsem se za Jaroslava Nováka a žili jsme v Ostré u Lysé nad Labem. V roce 1956 se nám narodila dvojčata – dcera Alena a syn Jaroslav. Dcera již bohužel nežije a manžel zemřel v roce 2023.

Ráda jsem pletla, šila, vařila a starala se o zahrádku. Chovali jsme slepice, holubi a králíky. V současné době luštím křížovky a čtu. V Domově jsem od dubna 2024.



Zdenka HROBSKÁ

Narodila jsem se v Libici nad Cidlinou v roce 1933. Zde jsem chodila na základní školu do 9. třídy. Po škole jsem se chtěla učit švadlenou, ale ze zdravotních důvodů jsem šla do továrny Tesla Kolín, kde jsem rovnou pracovala a vyráběla a kompletovala součástky k telefonům.



Pak jsem se vdala a měli jsme celkem 3 syny, ale jeden mi, bohužel, v 1 roce zemřel. Dále jsem pracovala u dráhy jako operátorka ve Velkém Oseku nebo v Libici n. C. K synům jsem vychovávala i neteř od bratra, kterému zemřela žena. Manželství nebylo šťastné, a tak jsme se rozvedli. Potkala jsem v lázních druhého manžela a přestěhovala se za ním do Ostravy. Synové již byli dospělí. S druhým manželem jsme si pořídili starší domek a začali ho svépomocí opravovat, pěstovat zeleninu a cestovat. Bohužel náš spokojený život skončil asi po 10 letech, když manžel zemřel. Já se poté přestěhovala k synovi zpátky do Libice a pomáhala mu s domácností a pečovala o vnuky. Když byli vnuci dospělí, rozhodla jsem se podat žádost do domova pro seniory. V červenci 2024 jsem se sem přestěhovala a jsem spokojená. Mezi mé záliby patří četba, aktivity na jídelně a setkávání s kamarádkou, která mě pravidelně v Domově navštěvuje.



Představujeme pracovníky

Fryntová Sandra



Jmenuji se Sandra Fryntová, je mi 32 let a narodila jsem se v Polsku ve Varšavě. Mám 3 děti: Natálce je 12 let, Štěpánkovi 4 roky a Anastázii 2 roky. Děti jsou pro mě celý svět a jsou u mě na prvním místě. Štěpánek má určitý druh zdravotního postižení, vyžaduje více péče a trpělivosti. Za vámi do Luxoru si chodím spíše odpočinout, vypnout a rozdávat pozitivní náladu. Práce mě zde baví a naplňuje. Doufám, že jste s mou péčí spokojeni.

Kutáčová Nikola

Jmenuji se Nikola Kutáčová, je mi 39 let. Narodila jsem se v Kladně a v dnešní době žiji v Žehuni. Jsem vdaná a mám dvě děti. Mám malé hospodářství. Ráda chodím s rodinou na výlety a objevuji nová místa. Ráda pečuji a zkouším nové recepty. Na procházky chodím s mám pejskem a rodinou.





Masopust, lidově **fašank** nebo jen obecně karneval je slavnostní čas mezi postními obdobími Vánoc a Velikonoc. Začíná tedy 7. ledna, ale jeho konec je pohyblivý, protože se uzavírá ve vztahu k Velikonocům – je stanoven na masopustní úterý, v den před Popeleční středou, kdy začíná čtyřicetidenní období půstu. V celém období Masopustu se pořádaly taneční zábavy, zabíjačky a svatby. Bylo to období hodokvasů naplněné muzikou, bálů a lidových tancovaček. Masopust byl slaven všemi, od nejchudších až po krále. Kdo se slávy nezúčastnil, poslala se mu tzv. výslužka. Ta obsahovala huspeninu, klobásy, jelítka, jitrnice, ovar, škvarky.

Průběh masopustu

Počátek masopustního veselí

Přípravou na masopust býval čtvrtek před masopustní nedělí, říká se mu „**tučný čtvrtek**“ tzv. „**tučňák**“. V tento den měl člověk jíst a pít co nejvíce, aby byl celý rok při síle.

Masopustní neděle

Hlavní zábavou se začínalo „masopustní nedělí“. Oběd byl opět bohatý a večer se šlo k muzice.

Masopustní pondělí

Konal se tzv. „mužovský bál“, kde směli být jen ženatí muži a vdané ženy.

Masopustní úterý

V tento den procházely vesnicemi průvody maškar, hrála se masopustní divadelní představení, secvičená obvykle žáky. Masky byly všude pohoštěny – koblihami, pečivem, či masem, pálenkou a pivem. Končilo se obvykle o úterní půlnoci.

Popeleční středa a pytlový čtvrtek

Chodilo se pro tzv. **popelec – křížek** do kostela. Tímto dnem začínalo čtyřicetidenní postní období, s přesně stanovenými postními nedělemi, jichž je dohromady 6. Posledním záchvěvem byl i místy tzv. „**Pytlový čtvrtek**“. Dojídaly se zbytky z masopustních hodů a poté nastal přísný půst.

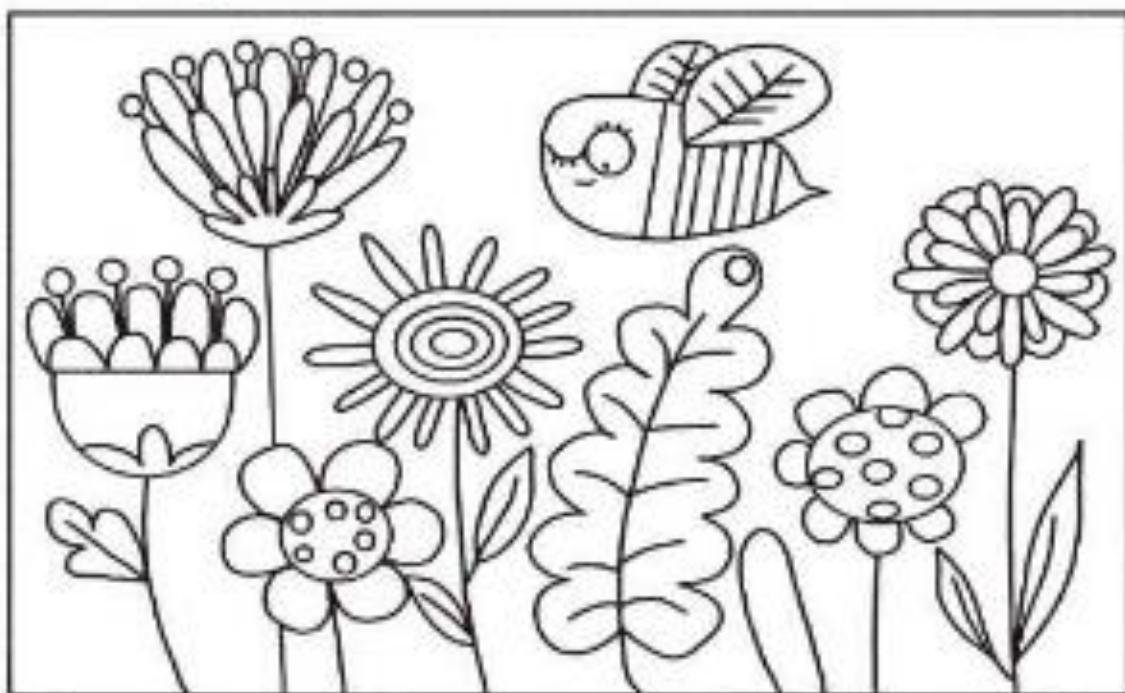


V LUXORU oslavíme masopust ve čtvrtek 13. března od 14:00 hod. i s kapelou PODĚBRADKA!!!

JARNÍ TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI



Najdeš 8 rozdílů?



Vyluštíte jarní přesmyčky?

Písmenka se nám pomíchala, když je dáte správně,
najdete slova, která patří k jaru.

OČKLSNUÍ

ĎALMÁTA

EULBLED

ÉŤDŠ

OEKVIECLNO

PEČÍLKTR

ŽENSĚNAK

KANSASA

KALFIA

PAUPOTA

ČIVATRKA

NAPIŠTE CO NEJVÍCE SLOV **K DANÉMU TÉMATU**

Barvy květin

Růžová, _____

Oblečení na písmeno K

Kravata, _____

Zaměstnání nebo profese končící na písmeno K

Zedník, _____

VZPOMENETE SI NA KONEC DANÉHO PŘÍSLOVÍ?

Sedí na prameni jako

Nechlub se s cizím

Roní krokodýlí

Je jedovatý jako

Mlsný jako

Dočkej času jako

Chod' spát se

Když kocour není doma

Potrefená husa se vždycky

Nechte to koňovi má

Ranní ptáče dál

Vymyslete slova, která začínají na písmeno J

J					
J					
J					
J					

Příjemné chvíle u tréninku paměti, dobrou náladu a pevné zdraví
Vám přeje Jana s Aničkou