

# Zámecké noviny



## Informační magazín Domova Na Zámku Lysá nad Labem říjen - prosinec

Vážení a milí,

dostává se Vám do rukou poslední číslo Zámeckých novin za rok 2024. Jaký ten uplynulý rok byl? Z mého pohledu plný rekonstrukcí a zvelebování našeho domova. Rád bych Vám všem ještě jednou poděkoval za Vaši shovívavost, vzájemnou ohleduplnost a spolupráci během oprav. Některé budou však pokračovat i v roce, který „zaklepal na dveře“. Doufám, že oceníte krásně opravené pokoje v přízemí, nové podlahy, především na 1. patře východního křídla, nová krásně těsnící a ovladatelná okna. Opravy jsou nekonečným příběhem, ale až bude vše hotové, bude to velká krása 😊.

V tom novém roce bychom rádi vymalovali a to především naše rozsáhlé společné prostory jako jsou chodby, schodiště apod. Rádi bychom pořídili nový velký automobil, upravili plochu u odpadu, vyměnili historické dveře ve východním křídle, upravili vstupní vestibul. Budeme také připravovat dokumentaci k potřebné opravě druhé centrální koupelny na 2. patře .... A další pro život v domově nezbytné věci. Také na to všechno musíme sehnat finanční prostředky 😊.

Když budeme držet společný provaz, vše zvládneme. Věřím tomu!

Podzim minulého roku byl také velice pestrý v oblasti kultury a společenského života. O tom se v těchto novinách také dočtete a připomenete si.

Závěrem mi ještě jednou dovoluji nám všem popřát v novém roce 2025 pevné zdraví, kolem sebe milé přátele, které máme rádi. Bystrou paměť a jen samé dobré myšlenky.

Mgr. Jiří Hendrich, ředitel

# Říjen

## NYMBURK

Nymburk a jeho pivovar proslavil Bohumil Hrabal ve svých Postřižinách. Projděte se kolem malebných gotických hradeb a romantickými uličkami Velké a Malé Valy, prohlédněte si anglický park na Ostrově, secesní vodárnu a figurku na oltáři gotického kostela sv. Jiljí, která má obě nohy levé.



Pokud si chcete užít Nymburk aktivně, navštivte Sportovní centrum na Ostrově nebo Zimní stadion, toho času v rekonstrukci, případně si vyjeďte na kole nebo in-linech po stezce podél břehů Labe.



Celá řada zajímavostí tu čeká také na rodiny s dětmi – skvělé letní koupání nabízí pískovna u Sadské, jen kousek od Nymburka v Ostré objevíte historickou vesnici umění a řemesel Botanicus, lákavá je i zoologická zahrada Chleby. Kuriozitou je rozhledna Romanka u Hrubého Jeseníku, jedna z nejnižše položených rozhleden v Česku.



# Týden sociálních služeb probíhal od 7.-13. října

Sociální služby se v jakékoli podobě dotýkají životů každého z nás. Sociální služby jsou poskytovány jednotlivcům, rodinám i skupinám obyvatel, nejčastěji seniorům, osobám se zdravotním postižením, ale i lidem, kteří jsou ohroženi sociálním vyloučením apod. Sociální služby pomáhají lidem žít běžným životem - mohou pracovat, nakupovat, navštěvovat školy, aktivně trávit volný čas, starat se sami o sebe, svou domácnost apod. Sociální služby umožňují zachování co nejvyšší kvality a důstojnosti života uživatelů.

Pondělí bylo ve znamení společenských her, přednášek o Pražském hradu a státním zámku Hluboká nad Vltavou a také podzimního tvoření.



**Druhý den Týdne sociálních služeb k nám do domova zavítali příslušníci PČR s přednáškou o bezpečnosti a prevenci kriminality a nedílnou součástí jejich návštěvy byl i služební pes, který předvedl poslušnost a ostražitost.**

### **Každodenní práce a úkoly policejních psů.**

Každý den policejního psa je naplněn různorodými a náročnými úkoly. Policejní psi jsou trénováni na patrolování, vyhledávání drog a záchranu osob. Jejich den začíná brzkým ranním tréninkem, kde se udržují v kondici a opakují základní dovednosti. Poté následuje nasazení do akce, kde spolupracují se svými psovody na různých úkolech. Například při patrolování ulic jsou psi schopni rychle identifikovat podezřelé osoby nebo předměty, což výrazně zvyšuje efektivitu policejní práce.

Klíčová je spolupráce mezi psem a psovodem. Psi jsou trénováni, aby reagovali na specifické povely a signály svého psovoda, což umožňuje rychlou a efektivní reakci v krizových situacích. Pravidelný trénink je nezbytný nejen pro udržení fyzické kondice, ale také pro posilování vzájemného vztahu a důvěry. Experti doporučují pravidelné cvičení a simulace reálných situací, aby byli psi připraveni na jakoukoli výzvu. Například v jednom konkrétním případě policejní pes dokázal najít ztracené dítě v hustém lese během několika hodin, což by bylo pro lidské pátrače téměř nemožné.



Potkávat pana ředitele je vždy pro klienty našeho domova milé zpestření dne, protože má vždy plné ruce práce, ale třetí den týdne sociálních služeb si čas udělal a vzpomínali jsme na společně prožitý čas v tomto roce. Vše bylo doplněno promítáním fotografií z akcí, které jsme pořádali a videosnímky. Zmíněn byl Valentýnský ples, MDŽ, Den otců nebo Lyský pětiboj. V kuchyni nám k tomu povídání udělali vynikající kávu a pohoštění, protože člověk má vnímat radost všemi smysly. Tento den byl však výjimečný ještě tím, že Domov Na Zámku byl otevřen veřejnosti, která si mohla prohlédnou zákoutí Šporkovského zámku i s komentovanou prohlídkou. Také jste si mohli zakoupit výrobky, které vyrábějí s dopomocí personálu naši klienti.



**Čtvrtý den Týdne sociálních služeb nás čekalo tradiční opékání buřtů s dobrovolníky z realitních služeb Mireas a i když to celé proběhlo ve vnitřních prostotách domova, protože počasí nebylo hezké a pršelo, nám to nevadilo a dobře jsme se bavili. Hudba hrála, pivo a limo teklo a buřtů, které opekli zaměstnanci kuchyně, bylo dostatek a nikdo nepřišel zkrátka a za to jim patří veliké díky .**



Konec Týdne sociálních služeb by měl být klidný a potěšit tělo i ducha. To se nám povedlo. Dopřáli jsme našim klientům na velkém plátně promítání jako v kině, legendárního snímku Adéla ještě nevečeřela.

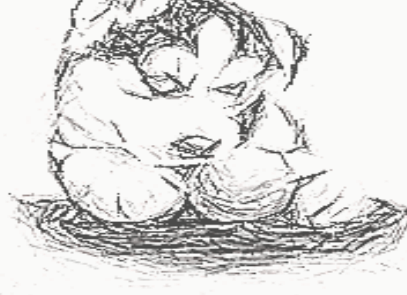
*Adéla ještě nevečeřela je česká filmová komedie natočená v roce 1977 ve Filmovém studiu Barrandov Oldřichem Lipským, jako parodie na filmy o neohrožených detektivech a jejich všehoschopných protivnících. V roce 1980 obdržela cenu Saturn pro nejlepší zahraniční film.*



**Kdo hrál hlavního  
padoucha v tomto  
úžasném filmu?**

**Který světoznámý  
herec měl hrát  
původně hlavní roli  
Nicka Cartera?**

# Canisterapie



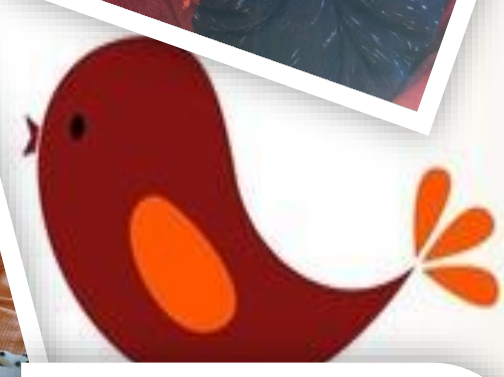
Canisterapie znamená v doslovném překladu „léčení prostřednictvím psa“. Pes svou přítomností a interakcemi klientovi přináší pocit pohody a uvolnění. Současně zvyšuje jeho sebevědomí. Klient si ze svého pohledu se psem hraje – vodí ho, dává mu povely, schovává se mu, učí ho přeskakovat překážky, přitom však rozvíjí své komunikační dovednosti, výslovnost, jemnou i hrubou motoriku, znalost barev, rozvoj prostorové orientace apod. Autorkou termínu canisterapie se stala v roce 1993 Jiřina Lacinová, která byla současně se sdružením Fíliá průkopníkem a osvětovým pracovníkem v tomto oboru. Doktorka Lacinová vytvořila první metodiku léčebných kontaktů handicapovaných dětí se saňovými psy a v roce 1995 ji představila na ženevské konferenci.

*Pes sloužil člověku jako pracovní pomocník, parťák, ale i jako přítel a společník po celá tisíciletí. Již ve starém Babylonu doprovázel lékaře pes, který léčil rány a nemocné svými slinami. V babylonské mytologii měla bohyně lékařství svoji smečku psů, kteří měli schopnost léčit a oživovat.*





A protože se blíží zima i my jsme se připravili a našim pěvcům nachystali výborné lojové koule.  
**Hádanka pro Vás: z čeho byste udělali lojovou kouli vy?**



# Památka zesnulých neboli Dušičky

Modlitba za zemřelé je jedna z nejstarších křesťanských tradic. Dřív lidé věřili, že právě na začátku listopadu se svět živých prolíná se světem zemřelých. Dnes 2. listopadu na Dušičky chodíme na hřbitovy, zdobíme hroby svých blízkých věnci a květinami, zapalujeme svíčky a vzpomínáme.

I my jsme se rozloučili s našimi klienty a společně s jejich rodinami i zavzpomínaly na dobré časy... .



# Vánoční výstava prací klientů zařízení sociálních služeb Středočeského kraje.

I my jsme se zúčastnili s výrobky našich klientů a vše co jsme tam dovezli se do jediného prodalo. Děkujeme zaměstnancům naší kuchyně, že napekli výborné vánočky i našim klientům, kteří vyrobili krásné figurky z keramiky a truhlíky s vánoční výzdobou.

Keramická hlína je velmi dobrým prostředkem k uvolnění stresů, napětí a zároveň působí rehabilitačně. Obnovuje fyzické síly a zdroje, které podporují chuť k životu, přetransformovává nepříjemné pocity, emoce v přirozený běh s následným uvolněním.

## Pozitiva podporující fyzické tělo:

- práce s hlínou procvičuje motoriku rukou a prstů u dětí, tak i u starších lidí,
- zpracování materiálu napomáhá a udržuje přirozeně svaly lidského těla v činnosti, zvláště svaly paží a rukou
- činnost hnětení, zpracovávání hmoty uvolňuje napětí a stres
- točení na hrnčířském kruhu umožňuje přirozené posilování svalů



## Pozitiva podporující psychiku:

- keramická hlína působí relaxačně i terapeuticky
- tvůrčí práce člověka léčí
- zvládnutím úkolu může dojít k otevření zdrojů a přívalu nové energie
- s keramikou můžeme zacílit tvorbu na zlepšení zdravotního stavu a odpoutání od přemýšlení
- keramická hlína přetransformovává nepříjemné pocity, emoce v přirozený běh s následným uvolněním
- práce s materiálem podporuje vlastnosti člověka jako je trpělivost, pečlivost, účastenství na společné věci a ohleduplnost
- keramická tvorba je i o práci ve skupině a vzájemné komunitě



# PePaKuLi

Stále milovaná hudební country skupina PePaKuLi s tradičními písněmi, které potěší všechna srdce, nás obvykle navštěvují o víkendu jednou za půl roku. Děkujeme a už se těšíme na další jarní setkání.

Okoř

1. Na Okoř je cesta jako žádná ze sta,  
vroubená je stromama,  
když jdu po ní v létě, samoten na světě,  
sotva pletu nohama,  
na konci té cesty trnité stojí krčma jako  
hrad,  
tam zapadli trampí, hladoví a sešlí,  
začli sobě notovat.

R: Na hradě Okoři světla už nehoří,  
bílá paní šla už dávno spát,  
ta měla ve zvyku podle svého budíku  
o půlnoci chodit strašívát,  
od těch dob, co jsou tam trampové,  
nesmí z hradu pryč,  
a tak dole v podhradí se šerifem dovádí,  
on jí sebral od komůrky klíč.

2. Jednoho dne zrána roznesla se správa,  
že byl Okoř vykraden.  
nikdo neví dodnes, kdo to tenkrát  
vodnes',  
nikdo nebyl dopaden,  
šerif hrál celou noc mariáš s bílou paní v  
kostnici,  
místo aby hlídal, vášnivě jí líbal,  
dostal z toho zimnici.



# Rozsvícení vánočního stromku



Tradiční rozsvícení vánočního stromku těsně před první adventní nedělí doprovázelo deštivé a větrné počasí, ale nás to nerozhodilo a vše co bylo naplánováno proběhlo. Největší úspěch mělo tentokrát divadelní představení „Putování za betlémskou hvězdou“, které v moderním pojetí zahrál DS Jiří z Poděbrad.





**Když Bůh chtěl povolat Mikuláše k sobě, světec Pána prosil, aby pro něj poslal své anděly. A tak se stalo! Mikulášská trojce nám tedy může připomínat, jak to ve světě chodí: Dobro a zlo krácejí spolu. Vedle dobra a štědrosti (Mikuláš), jdou vedle sebe zlo a strach (čert) a dobro (anděl). A u nás na zámku to není jinak, čerti se zde rojí, cinkají v plné zbroji. Hned vedle anděl se nese v celé své kráse a Mikuláš je svatý pán, Bohem k nám povolán...**

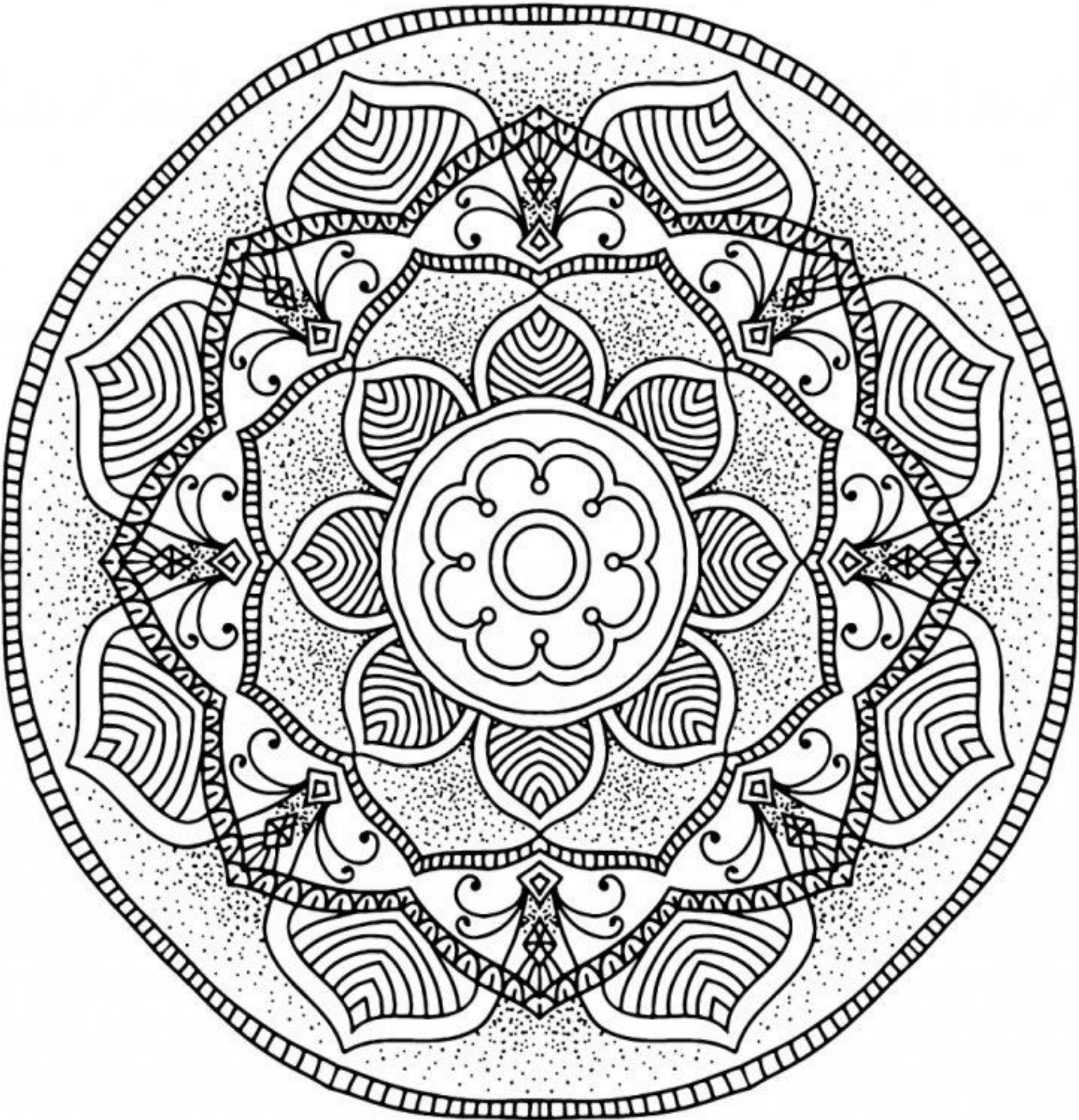
## **Píseň: melodie Měla babka**

**Mikuláš již z dálky mává,  
čert vedle něj kráčí.  
Anděl dětem dárky dává,  
čert se na něho mračí.**

**Potom chytí prázdný pytel,  
děti valí oči, jak ten čertík  
neposeda do pekla zas skočí.**



# Vybarvujte...



# Vánoční pečení

Vánoční cukroví sloužilo k ochraně domu, rodiny a zvířat před temnými silami. Pohané věšeli vánoční cukroví na různá místa na stavení, do chlívů a na ovocné stromy, aby se rodině a zvířectvu dařilo a úroda byla hojná. Rozdávalo se i všem členům rodiny včetně chasy.



## Těsto

- máslo 100 g
- med 2–4 vrchovaté lžíce
- vejce 2 ks
- moučkový cukr 140 g
- hladká mouka 400 g
- jedlá soda 1 lžička
- perníkové koření 2 lžičky
- kakao (holandského typu) 2 lžičky
- mouka (na podsypání)
- vejce (na potření podle chuti) 1

# Tradiční zdobení vánočního stromku

se  
studenty SOŠ  
Čelákovice.

Zdobení na jídelně 1.  
patra probíhalo, jako  
předchozí rok za  
doprovodu vánočních  
koled, vůně dobrého  
jídla a čerstvé kávy a  
čaje. Studenti si  
připravili žonglérské  
představení ale i  
dárky pro naše  
klienty. Krásně  
ozdobili i strom v  
katolické kapli, která  
je nedílnou součástí  
našeho domova.





# Mateřská škola Sluníčko, Pampeliška, Mašinka i Dráček si pro naše klienty připravili besídková představení, plná vánočních koled a dárečků.

## Tradice a zvyky v našich krajích

Zavěšení jmelí. Jmelí platí za posvátné už od dob Keltů.

Vánoční cukroví. Oblíbenou tradicí, kterou dodržují během Vánoc téměř všichni, je pečení cukroví.

Žádné vynášení odpadků.

Zákaz věšení prádla.

Půst.

Štědrovečerní stůl.

Rybí šupiny pod talířem.

Volné místo pro pocestného.

Zákaz vstávání do stolu.

Krájení jablka.

Lodičky v ořechových skořápkách.

Lití olova.

Házení střevícem.

Klepání na kurník.

Půlnoční mše a mnoho dalších...





# Vánoční mše



# Petr Tomeček a čarovná flétna

Panova flétna patří mezi jedny z nejstarších hudebních nástrojů na světě. Pravěcí lovci ji vyráběli z dutých kostí, později byl jako materiál použit bambus, nebo cukrová třtina. Jméno "Panova" získala po bohu Panovi, z řecké mytologie. Podle starořeckých bájí žil v Arkádii, na místě dnešního Řecka, bůh Pan, napůl kozel napůl člověk. Jednoho dne se seznámil se sličnou nymfou Syrinx a bezhlavě se do ní zamiloval. Krásná nymfa ale jeho lásku neopětovala a před Panem se začala skrývat. Čím více se skrývala, tím více po ní Pan toužil. Jeho láska se stala pro nymfu tak nesnesitelnou, že před Panem začala prchat. Jednoho dne se Syrinx dostala na břeh řeky a nemohla dál. Bůh Pan se již blížil a tak nebohá nymfa poprosila vládce všech bohů Dia, aby ji zbavil utrpení a ten ji v mžiku proměnil v rákosí. Pan přišel k řece, právě v okamžiku, kdy se nymfa proměnila a kdy náhlý poryv větru rákosí zlomil. Ze zlomeného konce se proudem zvuku ozval tón a Panovi připomněl ztracenou lásku. Proto si natrhal i ostatní stvoly a vyrobil si z nich flétnu, která mu svým zvukem připomínala ztracenou nymfu.





Rok 2025 je rokem čísla devět. Uzavírá jeden numerologický cyklus a přináší období završování, bilancování a příprav na nové začátky. Kam vás následujících dvanáct měsíců zavede? To vám prozradí vaše osobní životní číslo! Vypočítat si ho není nijak složité.

Proč se jedná právě o rok čísla devět? Stačí jednoduchá numerologická matematika: sečtete všechny číslice letopočtu 2025, dokud nedojdete k jednocifernému číslu:  $2 + 0 + 2 + 5 = 9$ .

### **Energie a význam čísla 9**

- Devítka je v numerologii číslo uzavírání, pochopení, empatie a duchovní moudrosti. Přináší možnost zbavit se starého, uvolnit prostor novému a nalézt hlubší smysl svého života.
- Devítka radí přemýšlet, co si v životě chceme a nechceme ponechat. Nový rok tak přeje těm, kdo se nebojí ukončovat nefunkční věci a s odvahou hledí do budoucnosti. Chcete se zbavit něčeho starého? Jděte do toho! Větší podporu vám už vesmír neposkytne.
- Rok čísla devět je vhodný také pro rozvíjení empatie, pomoci druhým a posílení vnitřní rovnováhy.
- Devítka odkazuje spíše na duchovní hodnoty než na hromadění majetku. Materiální stránka roku 2025 tak může být poněkud proměnlivá. Pokud však budete jednat zodpovědně a věnovat se tomu, co je skutečně důležité, vaše úsilí bude odměněno – nejen finančně, ale především vnitřním klidem a pocitem naplnění.

# Silvestrovský ples

Touto velkolepou akcí jsme se rozloučili s rokem 2024. Nechybělo nic, co k silvestrovské zábavě patří - dobroty na stole, tombola, tanec i zábava. Děkujeme hudební skupině Bonus, která zahrála k tanci i poslechu a taneční škole EasyDance 2000 za krásná taneční vystoupení. Přejeme i vám všem spoustu štěstí, zdraví, lásky a úspěchů v novém roce.





# Okénko vedoucí zdravotně sociálního úseku



Vážení klienti Domova Na Zámku,

Podzim k nám přinesl krásné barevné scenérie a střídavé počasí, které vybízelo k procházkám i k útulným setkáním uvnitř domova. Procházky na čerstvém vzduchu při příznivém počasí a pravidelné větrání místností byly a jsou neodmyslitelnou součástí podzimních i zimních dnů.

V tomto ročním období je prioritou péče o zdraví, zejména prevence před nachlazením a jiným respiračním onemocněním. Proto nedílnou a důležitou událostí byla organizace pravidelného očkování proti sezónní chřipce a covidu. Díky osvětě a Vašemu zájmu o ochranu zdraví proběhlo očkování u většiny klientů.

Respirační onemocnění, jako je nachlazení, chřipka nebo onemocnění dýchacích cest způsobené viry a bakteriemi, představuje v zimních měsících častý problém, kdy se tyto nemoci snadno šíří. Správná prevence je zásadní pro udržení zdraví a minimalizaci rizika jejich šíření. Mezi nejúčinnější způsoby prevence patří osvěta a dodržování zásad, které mohou výrazně přispět k ochraně našich klientů i zaměstnanců, zejména to jsou:

**Podpora imunity** - strava bohatá na vitamíny a minerály, zejména vitamín C a D, zajišťuje správnou funkci imunitního systému.

**Pohyb a fyzická aktivita** - s přihlédnutím k možnostem Vás, našich klientů, se snažíme podporovat pravidelný pohyb. Fyzioterapie a jednoduché cvičení zvyšují odolnost organismu proti nemocem a přispívá celkově k lepší kondici.

**Pravidelné mytí rukou** – po kašlání, kýchání, použití toalety nebo před jídlem.

**Kašlání a kýchání** – do jednorázového kapesníku, který následně vyhodíme, nebo do ohybu lokte, aby se minimalizoval přenos kapének do okolí..

**Péče o vzduch** - Vytváření zdravého prostředí v místnostech je další prevencí proti šíření respiračních onemocnění. Pravidelná výměna vzduchu v místnostech, krátké a intenzivní větrání napomáhá omezit množství virů a bakterií v ovzduší.

**Sledování svého zdravotního stavu** pomáhá včas odhalit jakékoli zdravotní problémy, důležité je včas o svém zdravotním stavu informovat všeobecné sestry.

Věřím, že zimní období společně zvládneme ve zdraví. V novém roce 2025 Vám přeji především pevné zdraví, spokojenost a lásku.

S úctou Jana Šimečiková vedoucí ZSÚ

# Okénko aktivizace



Naší klienti Josef a jeho manželka Zdeňka letos sami prokázali, jak dobré srdce mají a nasbírali tolik kaštanů kolem zámku, že bychom je ani nestihli zpracovat, proto jsme je naložili do auta a odvezli do lesa, aby jejich práce nebyla marná a lesní zvířata měla něco na zimu k přilepšení. Moc Vám za to děkujeme.

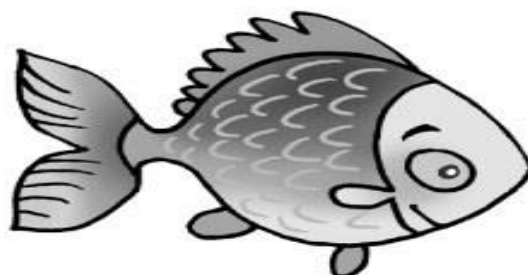
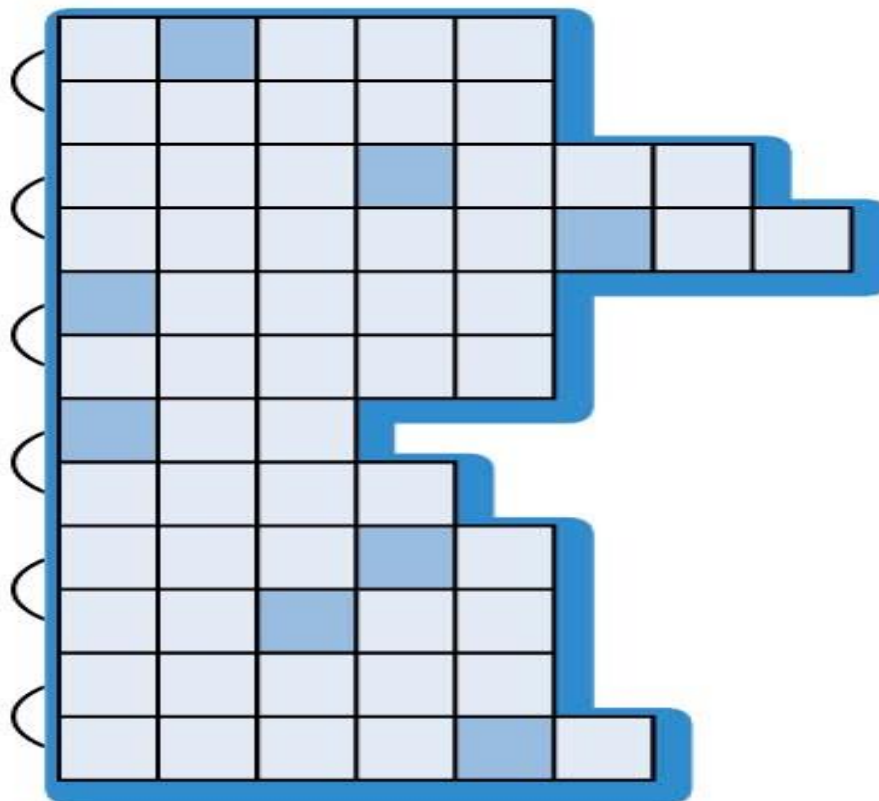


## 1. VÝLOV RYBNÍKA

Blíží se vánoční prázdniny a rodiče jim slíbili, že se pojedou společně podívat na opravdový výlov rybníka. Dosad' správně rýmy a v barevných políčkách si přečti název našeho největšího rybníka.

Náš největší rybník je \_\_\_\_\_.

1. Na louce roste zelená
2. Mléko nám dává
3. Na nohu se navlékne
4. Sto nohou má
5. Malá moucha je
6. Do penálu patří ořezaná
7. Tančit jdou na maškarní
8. Korunu na hlavě nosí
9. K narozeninám ti dám
10. Punťa má rád
11. Přes potok vede
12. Ženské jméno je



R  
o  
ž  
m  
b  
e  
r  
k

57

- Padouch-Miloš Kopecký
- Nick Carter- Robert Redford

**Hádanka o lojových koulích-** Jak se dělají lojové koule?

**Postup výroby lojové koule:**

Rozpusťte tuk a lůj či sádlo ve větším hrnci. ...

Do rozpuštěné směsi vsypte semínka a nadrcený sušený hmyz a vše pořádně zamíchejte.

Nádoby, do kterých budete směs vylévat, vyložte potravinovou fólií, aby šel ztuhlý tuk pohodlně vyklopit. ...

Nechte **lojové koule** ztuhnout.





**Domov Na Zámku**  
*Lysá nad Labem*

příspěvková organizace  
Zámek 1/21  
289 22 Lysá nad Labem  
IČ: 495 34 963

Telefon pro kontakt s pracovníky domova  
je: 325 551 067