

2019

**Dům seniorů Mladá Boleslav
NOVINY a NOVINKY**



Číslo 13, květen

Vážení přátelé,

jaro se pomalu blíží k létu, poměrně studený máj jistě prospěl přírodě, ale my se už těšíme na sluníčko a delší pobyt venku. Věřím, že byť je naše zahrada malá, využijete krásné dny k posezení venku i k aktivnímu vyžití u fitnessových/cvičebních prvků či při hře v kuželky. V plánu je po francouzském vzoru zřízení i tzv. petangového hřiště, jednoduchá hra spočívající v házení koulí s cílem přiblížit se k první středové kouli jistě všechny jednoduchostí i zábavou zaujme.

Krásné dny přeje

Vaše

Ing. Světlana Kubíková, ředitelka

OBSAH

Události

Novinky z provozu

Upozornění

Zajímavosti

UDÁLOSTI



Rok uběhl jako voda a nás tu zase přivítal „**Čarodějnický rej**“. Musíme uznat, že slet byl tento rok hojný a pevně věřím, že se Vám líbil. Čarodějnice u nás proletěly dne 29. 4. 2019 za doprovodu pana Hartmana, který jejich rej doprovázel svým hudebním vystoupením. Jako sladká tečka nás čekaly špekáčky, které byly dělané jak jinak než na ohni a jejich chuť byla vynikající, takže děkujeme panu Ulmanovi a Hrdinovi, za skvělé grilovací umění.

NOVINKY V PROVOZU

V současné době máme nově aktualizované Standardy kvality sociálních služeb, které jsou k nahlédnutí u sociální pracovnice. Dále je pak na našich webových stránkách umístěn „Veřejný závazek“ s posláním našeho zařízení. Tento rok dále plánujeme aktualizovat pracovní postupy, abychom zkvalitnili poskytované sociální služby.

UPOZORNĚNÍ

Jen malé připomenutí z Domovního řádu, které se týká: „Pravidelných volnočasových aktivit“, „Doby vydávání jídel“ a „Denního režimu poskytované péče“. Také bychom Vás rádi pozvali do fitness parku na naší zahradě nebo Vám přiblížili připravovaný jídelníček, který jste si domluvili s naší výživovou poradkyní, ale to vše se dočtete níže.

PRAVIDELNÉ VOLNOČASOVÉ AKTIVITY

Volnočasové aktivity	Termíny
Rehabilitační cvičení (3. patro)	PO – PÁ (8:00 – 9:30)
Cvičení na židlích (3. patro)	ST (9:30 – 10:00)
Fitness venku – (dle počasí)	ČT (9:30 – 10:00)
Dílna I. – rukodělné práce (přízemí)	PO – ČT (8:00 – 11:00) PÁ (dle individuální domluvy)
Drobné opravy prádla (pro uživatele)	PÁ (9:00 – 15:00) dle potřeby
Dílna II. – klub Slunečnice „třénování paměti“ (přízemí)	ÚT, ČT (9:30 – 11:00)
Tréninky paměti – individuální (na pokoji)	ST dle individuální domluvy na pokoji s uživateli
Domácí kino (3. patro)	ÚT 14:00 – 15:30
Sportovní hry	ČT 14:00 – 15:00 (1 x 14 dní)
Zpívánky (přízemí)	ST 14:00 – 15:00 (sudý týden)
Mše svatá (knihovna 1. patro)	ČT 14:00 – 14:45 (sudý týden)
Klávesy s panem Jonášem (jídelna)	PO 13:00 – 14:00 (1 x měsíčně)
Taneční s p. Veletou (jídelna)	dle dohody – čtvrtletně

Doba vydávání jídel pro uživatele.

Snídaně	07:30 – 08:00 hodin
Dopolední svačina	vydávána se snídaní
Oběd	11:30 – 12:00 hodin
Odpolední svačina	14:00 – 14:30 hodin
Večeře	16:30 – 17:00 hodin
Dia večeře	19:30 – 20:00 hodin

Denní režim poskytované služby.

06:00 – 06:30	předávání služby
06:30 – 07:30	ranní hygiena, dopomoc s oblékáním, snídaně,
07:30 – 08:30	snídaně, dopomoc s podáváním stravy podávání léků (všeobecná sestra)
08:30 – 11:00	pomoc s každodenní běžnou hygienou (dle rozpisu koupání, převlékání lůžkovin, nebo RHB činnost). Nabídka volnočasových aktivit dle měsíčního plánu
11:00 – 11:30	rozvoz a příprava oběda
11:30 – 12:00	podávání oběda, dopomoc s podáváním stravy, podávání léků (všeobecná sestra)
13:00 – 16:00	pomoc s každodenní běžnou činností, individuální RHB nebo nabídka volnočasových aktivit
16:00 – 16:30	rozvoz a příprava večeře
16:30 – 17:00	podávání večeře, dopomoc s podáváním stravy, podávání léků (všeobecná sestra)
17:00 – 19:00	pomoc s večerní hygienou (do 18:00 hodin vykonává denní směna od 18:00 hodin vykonává noční směna)
17:50 – 18:00	předávání služby
20:00 – 06:00	individuální pomoc v případě potřeby, rozdání II. Dia večeře, pravidelná kontrola jednotlivých pater, podávání léků v nočních hodinách (všeobecná sestra)

Časové rozložení je orientační



Vzhledem k tomu, že se nám již blíží letní období a začíná být čím dál tím více krásnější počasí. Dovolujeme si Vás pozvat do našeho „Fitness parku“ na naší zahradě. **O bezpečnosti Vás poučí naše fyzioterapeutky ve čtvrtek 30. 5. 2019 od 10:00 hodin přímo ve Fitness parku.** Všichni, kdo mají zájem jsou srdečně zváni.

Dne 13. 3. 2019 proběhla beseda o Zdravé výživě, které jste se mohli zúčastnit a mnozí z Vás tak učinili. Již v březnovém vydání našich „Novin a Novinek“, jsme se zmiňovali, že výsledkem besedy je vyzkoušení **tzv. „vzorového jídelníčku seniora“**, který pro Vás vytvoří výživová poradkyně a jež následně budete moci připomínkovat.

K tomuto dojde již brzy a na vzorový jídelníček se můžete těšit v průběhu druhé poloviny června. O přesném datu Vás budeme samozřejmě včas informovat a už teď se těšíme na Vaše připomínky a pochvalné ohlasy.

ZAJÍMAVOSTI – 100 let s korunou

Historie

V listopadu roku 1918 došlo k rozpadu Rakousko-uherské monarchie a vznikly nové státy. Státy Rakousko, Maďarsko, Československo a Polsko se nedohodly na společné měně, a proto se rozhodly nahradit dříve obíhající korunu vlastní měnou. Okamžitá výměna obíhající měny za novou nebyla organizačně proveditelná. Z tohoto důvodu byly bankovky orazítkovány. Tímto způsobem si jednotlivé státy vymezily bankovky – a tím vznikl další sběratelský obor: sbírání orazítkovaných korunových bankovek.

Československý stát jako první nástupnická země po první světové válce zavedl vlastní měnu. Jméno "Koruna" byla převzata z původně společné Rakousko-uherské koruny. Ve hře byly i jiné názvy (sokol, lev, denár, říp, hřivna, frank, rašín nebo řepa). Po právní stránce **vznikla československá koruna od 10. 4. 1919, kdy byl přijat zákon o úpravě a správě platidel.**

V červnu 1953 zažila koruna měnovou reformu a každý občan Československa začal s hotovostí 300 korun. V době kubánské krize v roce 1962 hrozila další výměna peněz. Byly vytištěny kolky s novým státním znakem a utajenou hodnotou podle počátečního písmena číslovky. K reformě naštěstí nedošlo. Nejběžnější mince – 1 koruna podle návrhu Otakara Španiela – byla v oběhu od května 1922 do května 1953, tedy celých 31 let; po válce byla ražena v redukované velikosti a později také z hliníku. Nejdéle obíhající mince u nás, koruna dle návrhu Marie Chytilové – Kučové, byla dána do oběhu po měnové reformě v září 1957 a přestala u nás platit až v roce 1993.

V oběhu pak byla československá koruna až do 8. 2. 1993, kdy došlo k měnové rozluce se Slovenskem. Tímto činem byla zahájena měnová odluka a začal být používán název „koruna česká“, který se používá dodnes.



Co se dalo koupit za desetikorunu	
ROK	MOŽNOSTI
1919	8 vajec nebo 200g másla nebo 25kg pohonné hmoty
1929	3l piva nebo 5l mléka nebo 3 l lihobenzínové směsi
1939	700g zadního hovězího nebo 14 vajec
1949	2 bochníky chleba nebo 200g zadního hovězího nebo 2l benzínu
1959	11 vajec nebo 5l benzínu
1969	2,9l benzínu nebo 4,4l piva
1979	300g zadního hovězího nebo 2,3l benzínu
1989	250g másla nebo 1,25l benzínu
1999	1l mléka nebo 0,45l benzínu
2009	1kg brambor nebo 0,35l benzínu
2019	5 rozhlíků nebo 3 vejce nebo 0,3l benzínu



První koruna česká neboli státovka rok 1919

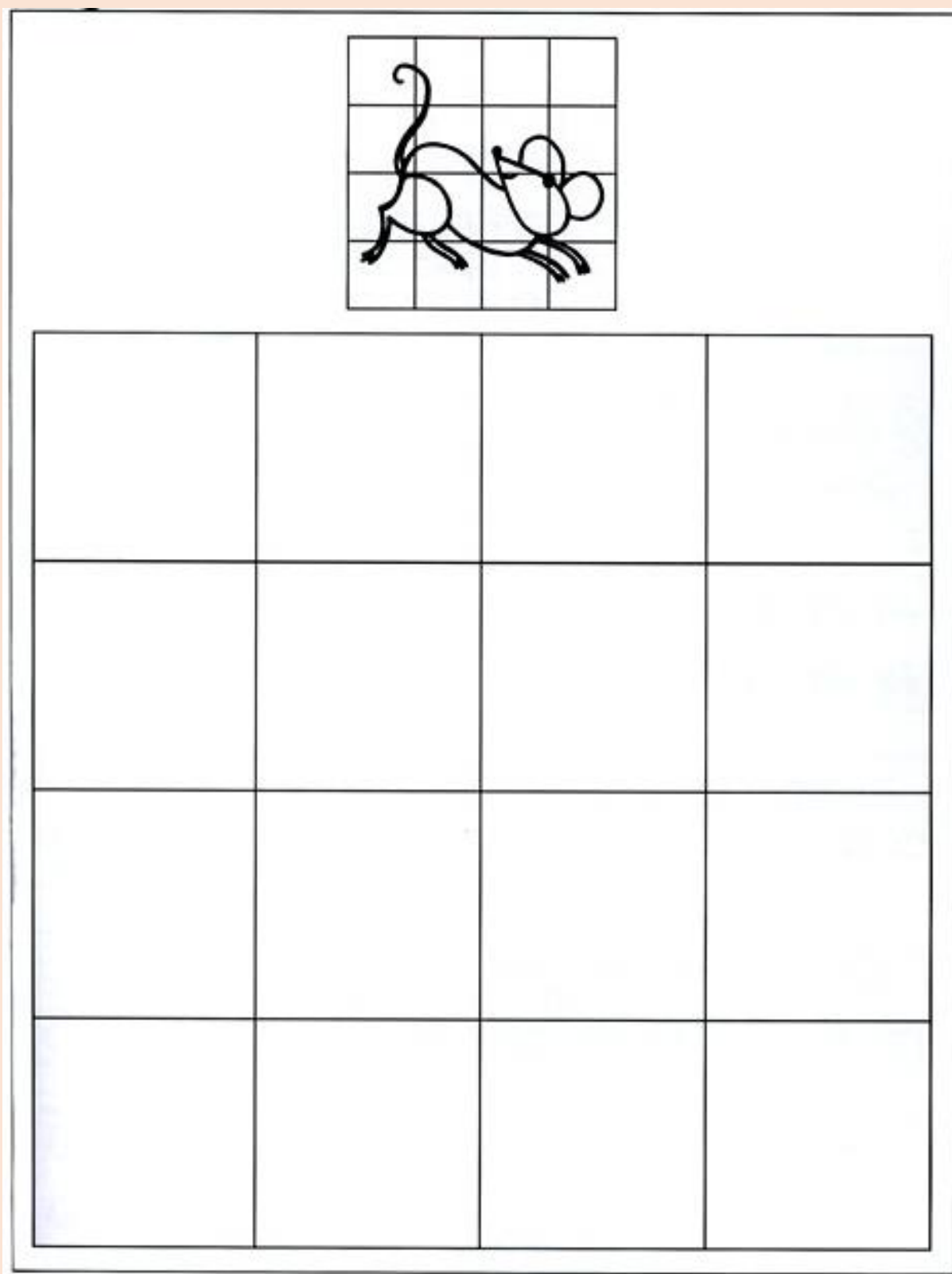


Deset korun měna platná od 1926 – 1939



Bankovky platné od roku 1945 až do roku 1953

TVOŘIVÉ OKÉNKO



**Překreslete myšku do většího čtverečku, dle horního obrázku.
Následně oba obrázky můžete vybarvit.
Přejeme všem příjemnou zábavu.**