

Z LUKOVSKÉHO PODHRADÍ
ČÍSLO 3/2024

Čtvrtletník DS LUKov, vychází v počtu 150 ks, neprodejné



AKTUALITY V LUKOVSKÉM PODHRADÍ



Probíhající rekonstrukce v domově



Určitě jste všichni zaznamenali stavební ruch v našem domově a to v dopoledních i odpoledních hodinách. Hluk sbíječek se nese celým objektem a zřejmě vám znepříjemňuje pobyt. Rámus by měl ustát již v průběhu příštích týdnů. Dělníci jsou instruováni, aby byli co nejohleduplnější k provozu domova a zejména k vám, uživatelům. Omlouváme se za tyto dočasné nepříjemnosti.

Budujeme nové jídelny na bloku A na všech třech odděleních. Ze stávajících koupelen budou vytvořeny dvě kuchyňky – jedna pro personál, pro přípravu stravy klientům a druhá bude výlučně pro klienty. Stávající aktivizační místnosti budou upraveny na nové jídelny. Obě kuchyně budou s jídelnou propojeny dveřmi. Zmizí tak stoly z chodeb.

K těmto úpravám jsme byli nuceni přistoupit zejména z důvodu požadavku hasičů. Na chodbách nesmí být umístěny žádné předměty, tedy ani jídelní stoly a židle. Únikové cesty (chodby) musí zůstat volné. Také jsme chtěli přispět k určitému soukromí při stravování za zavřenými dveřmi.

V místnostech budou vyměněna okna, podlahové krytiny, obklady a zařizovací předměty. Kuchyně budou vybaveny novými linkami a elektrickými spotřebiči. Do jídelen budou umístěny velkoformátové televize.

Věříme, že tyto úpravy přispějí k lepšímu prostředí a že se budete ve svém domově cítit příjemněji. Celá akce by měla skončit v měsíci říjnu. Do té doby prosíme o trpělivost.

Děkujeme za vstřícnost.

Ing. Hana Zarembová

CERTIFIKACE DOMOVA

Vážení obyvatelé,
v závěru prvního pololetí letošního roku proběhlo v zařízení kontrolní šetření zaměřené na poskytování stravovacích služeb a nutriční péče jako takové. Dne 27.6.2024 přijely do domova dvě specialistky (auditorky) – nutriční terapeutky z Prahy, jejichž úkolem bylo posoudit nastavený systém nutriční péče. Samotné šetření mělo široký záběr. Zmíněné auditorky zaměřily svou pozornost na zabezpečení stravování v našem domově, na systemizaci nutriční péče, včetně vedení kompletní dokumentace uvedeného a v neposlední řadě navštívily také osobně kuchyni, kde mimo jiné zkontrolovaly sklady potravin a zajištění nezbytných hygienických podmínek souvisejících s přípravou a výdejem stravy z kuchyně. Nedílnou a velmi důležitou součástí jejich šetření bylo také zjistit, zda poskytovaná nutriční péče v našem domově je poskytována multidisciplinárně, tedy zda se na ní podílí a spolupracují všechny dotčené pracovní úseky, nejen stravovací. Pro úplnost uvádím, že nelze zajistit kvalitní nutriční péči bez aktivní spolupráce mezi jednotlivými úseky. Jak úsek stravovací, tak úsek přímé péče či zdravotní péče mají v nastaveném systému svou důležitou roli a jen díky kvalitní vzájemné spolupráci může systém fungovat.



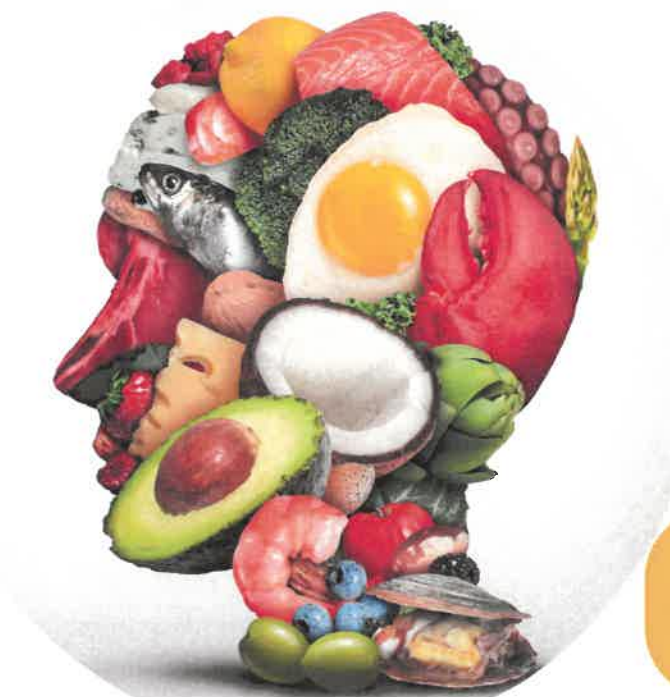
CERTIFIKACE DOMOVA

S potěšením vám nyní mohu sdělit, že na základě kontrolního šetření nám byl udělen Certifikát Standardizace nutriční péče, který potvrzuje, že naše zařízení poskytuje klientům vysoce kvalifikovanou nutriční péči v souladu s platnými právními předpisy a dokumenty. Tento Certifikát samozřejmě není na věky, byl nám udělen na dva roky a poté budeme muset opět prokázat, že kvalita stravovacích služeb a nutriční péče je i nadále na vysoké úrovni.

Závěrem bych chtěla uvést, že získání Certifikátu je pro nás sice důležité, nicméně neméně důležitá je především spokojenost všech našich strávníků. Velmi oceňujeme, že nám aktivně sdělujete průběžně své podněty a připomínky, neboť i vaše slova a postřehy mohou přispět ke zkvalitňování poskytovaných služeb a spokojenosti strávníků.

Věřím, že tomu bude tak i nadále a za celý kolektiv pracovníků vám přeji pěkné nadcházející podzimní dny a vždy dobrou chuť.

Miroslava Chromá
nutriční terapeut



NEJZNAMĚJŠÍ KULTURNÍ PAMÁTKY NAŠEHO OKOLÍ

Turistická sezóna nám pomalu bude končit. Připomeňme si oblíbené turistické cíle našeho okolí. V oblibě jsou zejména hrady a zámky, ale i rozhledny, naučné stezky.

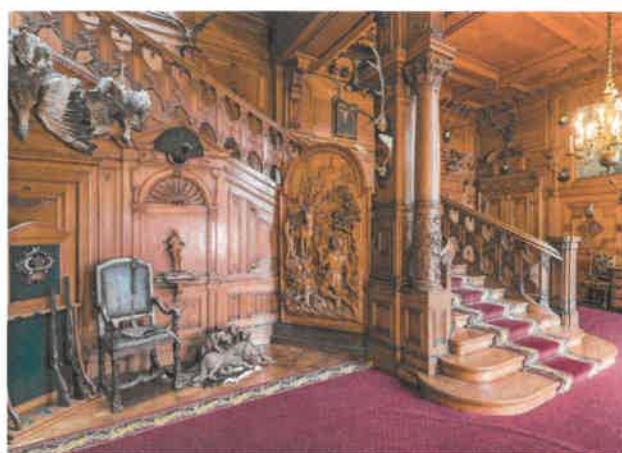
V těsné blízkosti domova pro seniory v Lukově máme zámek ZOO Zlín - Lešná, který se nachází uvnitř areálu Zoo. Zámek byl vybudován rodem Seilernů. Původní majitelé zámku, hrabata Seilernové, si nechali v letech 1887 – 1893 vystavět přepychové sídlo vybavené vším komfortem své doby, včetně vodovodu, ústředního topení, domácího telefonu, prostorných koupelen a splachovacích toalet. Největší místností zámku je Sál předků, ve kterém probíhají také svatební obřady.



Zámek Zlín - Lešná



Zámek Zlín - Lešná
Sál předků



Zámek Holešov



Jedním z nejhonosnějších sídel našeho regionu je holešovský zámek. Čtyři křídla barokního zámku se prolínají s parkem, který dává tušit, že se jedná o velkolepé dílo zahradní architektury. Francouzská zahrada s nevídanými vodními plochami vypadá jako maličké hanácké Versailles. O rozvoj holešovského zámku se zasloužil rod hrabat z Rottalu. Zámek byl sídlem, který měl reprezentovat jejich postavení na Moravě. Jan hrabě z Rottalu zámek koupil v 17. století jako ruinu vydrancovanou švédskými vojsky a pustil se do raně barokní přestavby. Zámek dostal elegantní francouzský park s vodními prvky a zahradami. Starší lidé si ještě pamatují poslední šlechtické majitele zámku z rodu Vrbnů, kterým zámek patřil dlouho po Rottalech..



Zámek Holešov a zámecká zahrada

O posledním hraběti je známý příběh velké lásky. „Jako šlechtic sice poslední hrabě z Vrbnů nemusel na vojnu, ale přesto narukoval, byl zraněn a v polním lazaretu ho ošetřovala krásná dívka, do které se zamiloval. Protože to však byla obyčejná žena, nepřipadal jejich sňatek v úvahu. Už proto, že jeho otec byl hrabě a matka bavorská princezna. Jejich vztah trval dlouhých patnáct let a vzít se mohli teprve po smrti starého pana hraběte, který by na to za svého života ale nikdy nepřistoupil.

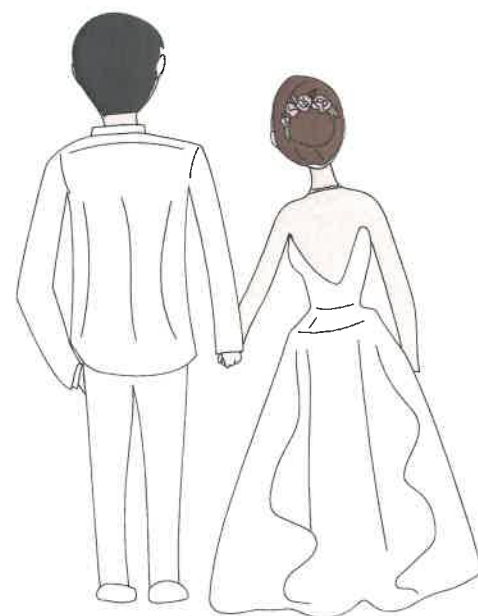
Od jejich sňatku uběhlo 6 let, když se jednou v neděli hrabě jel projet a ze svých stájí si vybral mladého hřebce. Divoký kůň se ho snažil setřást, ale jako zkušený jezdec si s ním hrabě snadno poradil. Kůň se ale převrhl na záda a hraběte rozdrtil.“

Za války pak hraběnce zámek zabrali nacisté, po nich přišel socialismus a ze zámecké paní se stala osamělá stařenka, která bydlela ve dvou malých místnostech. Když ji pak odsoudili za údajné spiritistické praktiky, její majetek se prodával na holešovském náměstí. Řada lidí nakoupila nábytek nebo oblečení proto, aby je mohli hraběnce přinést, až se jednou z vězení vrátí.

Po revoluci se zámek vrátil rodině hraběnky, která se časem rozhodla zámek prodat. Zámek koupilo město a dnes je z něj opět místo, kam se chodí za skvělými výstavami, jedinečnými koncerty, na plesy a svatby. Konají se tu letní festivaly a slavnosti, holešovské zámecké výstavy jsou vyhlášené po celém kraji, Zámek je možné si prohlédnout s průvodcem,



Velký sál



Zámek Holešov



Arcibiskupský zámek Kroměříž



V centru města Kroměříže na východní Moravě se rozkládá rozlehlý zámek, zapsaný na seznam UNESCO. Arcibiskupský zámek Kroměříž byl na místě původního hradu vystavěn ve druhé polovině 17. století a byl letním sídlem olomouckých arcibiskupů. Návštěvníci se mohou těšit na prohlídku reprezentačních a obytných prostor, které patří mezi jedny z nejcennějších v celé střední Evropě a které jsou zařízené nábytkem a předměty především ze 2. poloviny 18. století. Velmi cenná je obrazárna se vzácnými díly slavných evropských malířů 15. - 18. století a také zámecká knihovna, která se může pochlubit 88 tisíci svazky a 6 tisíci barokními hudebními skladbami. Arcidiecézní muzeum nabízí zajímavé výstavy, které se pravidelně obměňují.



Okolí a interiér
Arcibiskupského
zámku Kroměříž



Ohlédnutí za společenským životem v domově

Připomeňme si návštěvu tanečního a swingového orchestru Big Band vynikajícího saxofonisty Lubomíra Morávka, který je současně i zakladatelem orchestru. Hudební vystoupení proběhlo jako překvapení k jeho narozeninám, ale koncert jsme si vychutnali všichni. Vystoupení orchestru bylo nezapomenutelné.



Setkání s dětmi z Mateřské školy ve Fryštáku.

Mezigenerační setkání s dětmi z Mateřské školy ve Fryštáku. Děti nám představily své taneční vystoupení a "Milé babičky a dědečkové, my vám teď zahrajeme pohádky". Jejich besídka byla moc krásná, dětem se vše vydařilo a naši klienti tímto dostali pěkný dárek od srdce ❤️ Děkujeme dětem, paním učitelkám a paní ředitelce, že za námi přijely a potěšily naše klienty.



Pečení a vaření



Ani v letních měsících nezahálíme a snažíme se zužitkovat své kuchařské zkušenosti. Zpracovávali jsme hlavně sezónní suroviny. V oblibě jsou zejména cuketové placky, langoše, ovocné koláče.



TURNAJ V PETANQUE V DS BUREŠOV

Turnaj v Pétanque na DS Burešov. Náš tým přivezl zpět do domova zlatou medaili za 1. místo! Prožili jsme přátelsky a sportovně nabitě dopoledne. Počasí nám celou dobu přálo. Z počátku panovala mírná nervozita, ale náš sportovní tým nám vybojoval zlatý pohár, na který jsme náležitě hrdí. Děkujeme týmu za reprezentaci.



Mezigenerační setkání

Mezigenerační setkání se studenty SZŠ VOŠZ Zlín. Proběhlo velmi příjemné dopoledne, které si studenti připravili pro klienty domova. Společně jsme soutěžili, tvořili, nebo si povídali.



Návštěva dětí ze ZŠ Kašava. Společně jsme si zahráli deskové hry a prožili krásné dopoledne.



Další tradiční oslava jubilantů

Našim oslavencům poblahopřála paní ředitelka i zástupci města Zlín a obce Lukov, kteří si s nimi připili na zdraví. Jubilanti si pochutnali na drobném občerstvení a odnesli si malý dárek. Oslava jubilantů patří k příjemným společenským událostem.



Hudební vystoupení

Panova flétna u nás v domově. . Měli jsme příležitost zažít netradiční hudební odpoledne při poslechu nejstaršího hudebního nástroje Panovy flétny v podání Petra Tomečka. Slyšeli jsme nejkrásnější melodie z filmů Tenkrát na západě, Forrest Gump, Titanic a mnoho dalších.



Přednáška Island



Cestovatelskou přednášku si pro klienty tentokrát připravila naše aktivizační pracovnice Terežka, která v "zemi ohně a ledu" žila a pracovala několik měsíců. O Islandu jsme se dozvěděli spoustu zajímavých informací a viděli jsme krásně zpracované videa, která nás "vtáhla" do krás této země.



Další společné aktivity



Společné posezení u vzpomínání na dobu žní, tradice, a vzpomínky. Vzpomínali jsme na sklizeň obilí, na kterém se klienti v mládí podíleli.



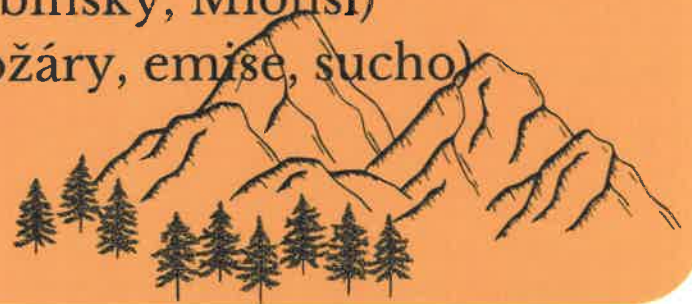
Aromaterapie - wellness den

Pro naše klientky jsme uspořádali voňavé wellness dopoledne. V rámci aromaterapie jsme si vyzkoušeli koupel a masáž rukou s esenciálními oleji, také masáž obličeje a pleťové masky. Pro velký úspěch a spokojenost klientek jsme se usnesli, že si to brzy zopakujeme.



Lesy plíce planety - vědomostní přednáška, na které jsme se mohli podívat na Tropické deštné pralesy, do Tundry, tajgay, lesostepi

- Pralesy světa – nejvýznamnější národní parky
- Lesy v ČR (Lesy ČR, Vojenské lesy a statky, církevní, obecní)
- Chráněná území (národní parky, chráněné krajinné oblasti – Šumava, Krkonoše, Podyjí, Bílé Karpaty, Křivoklátsko, Litovelské Pomoraví, Pálava, Poodří)
- Pralesy ČR (Žofínský, Boubínský, Mionší)
- Škůdci lesů (hmyz, vítr, požáry, emise, sucho)
- Živočichové a zvěř lesů



Den vodního melounu



Meloun – slovo pochází z řečtiny a znamená „zralé jablko“ běžně bývají plody se sladkou dužinou řazeny mezi ovoce. Na světě se pěstuje mnoho druhů melounů, jež mají různou barvu i tvar. Melouny se dělí na dvě hlavní skupiny, a to vodní meloun a cukrový meloun. Meloun cukrový se řadí do rodu Cucumis společně s okurkou setou .

U vodních melounů je velká část vnitřního tělesa tvořená vodou a může dosahovat 90 až 93 %. Jedná se poměrně o nízkokalorickou potravinu, která obsahuje od 15 do 30 kcal/100 g a vydatné zdroje kyseliny listové, jablečné a citronové. Mimo organických látek obsahují také značné minerální složky jako například železo, či vápník. Nejznámější meloun v Česku je vodní meloun s typicky červenou dužninou, ve které se nachází značné množství semínek. Melouny lze úspěšně pěstovat i na území Česka v teplejších oblastech převážně vinařských oblastí.



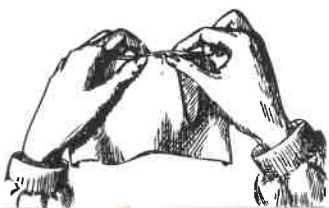
Melouny jsou silně močopudné, což se využívá při léčení ledvinových potíží, kdy je potřeba časté vylučování moči jako například u ledvinových kamenů. Plody mají i vysoký podíl vitamínu A, dále pak vitamíny řady B (B1, B2, PP či P), vitamín C a další minerální prvky. Některé další studie ukazují, že melouny mají blahodárný vliv i na stimulaci krevního oběhu, uklidňuje organismus. Jemná vláknina dužniny pak posiluje stěny střev a současně podporují slabě i vylučování stolice, což pozitivně působí proti zácpě. Díky vysokému obsahu vody pomáhá stabilizovat poměr vody a soli v organismu.

Melouny se sklízí na konci léta v červenci nebo v srpnu; a že je plod již zralý, se pozná podle toho, že stopka u plodu pomalu zasychá a při poklepu prsty zní lehce dutě. Pokud zní silně dutě napovídá to, že meloun je již nejspíše přezrálý. Pokud se zralý meloun stiskne v dlaních, vydává vrzavý zvuk.

V srpnu má meloun svůj svátek, který spadá na 3. 8. a my jsme si na zahradě domova udělali svůj vlastní melounový den, kdy jsme měli možnost ochutnat různé druhy této blahodárně působící zeleniny.



Klavírní koncert ve společenské místnosti



Naše ruční práce a výrobky



Výroba domečku pro hmyz



POZNEJ ŽENU PODLE BOT:

SINGLE



VE VZTAHU



JEDNO
DÍTĚ



DVĚ DĚTI



TŘI DĚTI



ROZVOD



NĚKDY JE TOUHA SILNÁ



ALE MÁMY JSOU SILNĚJŠÍ

„VOLÁM TI, JEN ABYCH TI
ŘEKL, ŽE JSI TO NEJLEPŠÍ
CO MĚ V ŽIVOTĚ POTKALO
A ŽE TĚ MOC MILUJU.“

„PANE, DOVOLAL JSTE SE
DO PIVOVARU!“

„ANO, JÁ VÍM“

ŽÍT V MANŽELSTVÍ
NENÍ ZAS AŽ TAK ZLÉ.



To je furt
„Běž za svým snem!“
„Běž za svým snem!“

Tak jsem si šel lehnout.

„Mami, proč je nevěsta celá bílá?“ ptá se Bětka maminky. „Protože bílá je barva štěstí, nevinnosti a radosti a dnešek je jejím nejradostnějším dnem.“ vysvětluje snaživě maminka.

Po chvíli mudrování se holčička znovu otočí na maminku a ptá se: „A proč je ten ženich celý v černém?“

LUKOVSKÉHO PODHRADÍ vychází v nákladu 150 výtisků pro potřeby obyvatel DS Lukov, Hradská 82 a je neprodejný. Na vydání spolupracují:

Ing. Michaela Procházková - ředitelka DS, Mgr. Eva Bartošová, Bc. Monika Brunová, sociální pracovnice, M.Chromá - nutriční terapeut, Ing. Hana Zarembová.

Použité materiály: Wikipedie, Pinterest, Seznam.cz, Google