



Akce říjen

Vážení klienti,

podzim je již neúprosně zde a s ním počasí, které nás bude spíše držet v pokojích než vybízet k procházkám venku. Budeme se snažit Vám pochmurné podzimní dny zpříjemnit různými společenskými akcemi. Je však jen na Vás, zda je využijete či nikoliv. Budeme velmi rádi, pokud se na nějakou společnou aktivitu přijdou podívat i ti z Vás, kteří jsou u nás ještě krátce nebo nikdy na žádné akci nebyli. Je to ideální příležitost k seznámení s ostatními, příležitost k pobavení, k zahnání chmurných myšlenek. Pokud má někdo problémy s pohyblivostí, ráda ho na akci doprovodí některá z našich pracovnic – pečovatelek.

Od října máte možnost pravidelně každý týden v pondělí využít jednoduché kondiční cvičení s Luckou. Cvičení bude probíhat na židlích v sedě a zvládne ho opravdu každý. Přijďte se podívat a uvidíte sami.

Dne 22. 9. proběhla pravidelná schůzka obyvatel s vedením domova. Pokud jste někdo termín schůzky nestihl, je stručný zápis vyvěšen na nástěnce nebo se můžete informovat u sociální pracovnice. Na této schůzce zaznělo pár připomínek ke stravování. Informovala jsem o těchto problémech dodavatele obědů, který mi slíbil, že budou občas dodávat kompoty, rýže nebude tvrdá a že jsou ochotni zařadit i nová jídla. Prosím všechny, kteří se u nás stravují, aby pracovnícím výdeje stravy sdělili svá přání ohledně jídel, konkrétně co Vám na jídelničku chybí, jaká jídla byste rádi. Pracovnice to zapíše a Vaše požadavky (nápad, návrh) mi předají a já je projednám s dodavatelem obědů. Co se týká jídel o víkendu, je to problematičtější. O víkendech se dodávají jídla chlazená, aby měla větší trvanlivost. Tato jídla se mají ohřívat pomalu a delší dobu. Návod je uveden vždy na obalu. Zkuste postupovat přesně dle návodu a třeba budou jídla chutnější. Pokud budete nespokojeni s kvalitou jídla, je třeba to sdělit hned na místě pracovnícím výdeje stravy, aby to mohlo být hned řešeno. Firma J+V Freshfood se snaží být opravdu vstřícná k našim požadavkům, pokud nějaké máme.

Cílem všech našich pracovníků je, abyste se u nás cítili opravdu spokojeni, jako doma. V případě onemocnění nebo snížení soběstačnosti je však třeba si uvědomit, že není v silách žádného domova pro seniory (ani nemocnice), aby zajistil nepřetržitou péči klientovi po celých 24 hodin. Pečovatelky jsou zde pro Vás po celých 24 hodin, ale nemohou být po celou dobu u jednoho klienta.

Přeji Vám krásné dny a nezapomínejte, že s úsměvem jde všechno lépe.

Jarmila Nováková, ředitelka

Akce k „Svátku seniorů“:

1. 10. 2015

- **Muzeum v Ú. n. L.**

vstup zdarma;

- **ZOO v Ústí n. L.**

vstup zdarma;

„Den otevřených dveří DS Orlická - Týdny pro duševní zdraví“:

5. 10. 2015

13:30 hod - 15:00 hod

na O1, 12. p.

Divadelní představení

„Cikánské kořeny/í“:

18. 10. od 17:00 hod

Divadlo v Ústí n. L.

vstup: 50,- Kč

Prodej cukrovinek:

19. 10. od 13:30 hod

na O1, v jídelně

Komponovaný pořad o Jiřím Šlitrovi -

„Kdo byl doktor klavír, aneb ...“:

20. 10. od 14:00 hod

na O1, 12. patro

„Prodaná nevěsta“:

22. 10. od 19:00 hod

Divadlo v Ústí n. L.

vstup: 50,- Kč

KONDIČNÍ CVIČENÍ:

každé pondělí od 9:30

na O1, 12. patro

V úterý 15. 9. 2015 se konaly před DS Orlická již XIII. Sportovní hry pro seniory. Pro účastníky her byly připraveny různé sportovní disciplíny, hudební program, občerstvení, vystoupení dětí z Azylového domu Orlická a ukázka z výcviku psů ze Základní kynologické org. Ústí nad Labem - Bukov.



Účastníci sportovních her byli rozděleni do šesti družstev (Slunečnice, Berušky, Sovičky, Kopretiny, Želvičky, Panteři). Tato družstva měřila své síly v deseti různých disciplínách (ruské kuželky, šipky, šůle, pétanque, kriket, házení obručí, florbal atd.).

Po sportovním klání byly vyhlášeny výsledky a předány ceny všem soutěžícím. Milými hosty na našich XIII. sportovních hrách byla paní primátorka Ú. n. L. Ing. Věra Nechybová, která letošní sportovní hry zahájila a starostka městského obvodu Severní Terasa paní Mgr. Renata Zrníková.



V polovině měsíce září se konala akce pro domovy seniorů z celého Ústeckého kraje „Dobětické halali“. Tato akce se nesla v duchu lesní a lovecké tematiky, čemuž odpovídaly i dané soutěžní disciplíny. Soutěžilo celkem sedm družstev po třech hráčích, přičemž družstvo z DS Orlická se umístilo na

hezkém pátém místě. Náš „Domov“ reprezentovaly: paní Zdenka Honomichlová, paní Marie Jandová a paní Julia Smetanová.

Informace:

- Dne 28. 10. je státní svátek (Den vzniku samostatné ČSR v r. 1918), proto se v tento den nekonají tyto aktivity: „Dílna“ a „Tanečky“.
- Svoz objemného odpadu v ulici Orlická se bude konat dne 11. 11. 2015.
- V kavárničce pro seniory dne 9. 11. 2015 vystoupí harmonikář pan Pilař.

TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI:

každé úterý
od 09:00 na O1, 12. p.
(nekoná se 15. 9.)

ZPÍVÁME SI PRO RADOST:

každé úterý
od 13:30 na O1, 12. p.
(nekoná se 20. 10.)

TANEČKY:

každou středu
od 10:00 na O1, 12. p.

DÍLNA:

každou středu
od 13:00 na O3, 1. p.

SPOLEČENSKÉ HRY:

každý pátek
9:00 – 11:00 hod
na O3, 1. p. jídelna

HÁDEJ?:

každý pátek
od 13:30 na O1, 12. p.

KUŽELKY:

1. 10. a 22. 10.
od 13:30 na O1, 12. p.

KAVÁRNA:

5. 10. a 26. 10.
od 13:30 na O1, 12. p.

BINGO:

8. 10. a 22. 10.
od 10:00 na O1, 12. p.

ŠIPKY:

8. 10. od 13:30 hod
na O1, 12. p.

KLOBOUKY:

12. 10. od 13:30 hod
na O1, 12. p.

DOBRÁ TREFA:

15. 10. od 13:30 hod
na O1, 12. p.

FLORBAL:

19. 10. od 13:30 hod
na O1, 12. p.

ŠŮLE:

29. 10. od 13:30 hod
12. patro na O1