

**Vážení obyvatelé našeho domova,**

jen co jsme překonali chřipkovou epidemii (mimořádně našemu domovu se zcela vyhnula), dorazil do Ústí n. L. koronavirus.

Určitě není na místě nebezpečí touto nákazou podceňovat, ale zcela jistě není nutné podléhat hysterii. **Plošný zákaz návštěv u nás zatím nechystáme. Návštěvy však důrazně žádáme, aby za příbuznými do domova nechodili, pokud byli na dovolené někde, kde jsou známá ohniska nákazy a v případech, že se necítí dobře, pozorují na sobě příznaky chřipky.** Dbejte na důkladné mytí rukou, zbytečně nenavštěvujte hromadné akce. Pracovníci našeho domova mají k dispozici dostatek dezinfekčních prostředků na ruce, na podlahy, na otírání povrchů, otírání madel atd. Také je zbytečné si dělat větší zásoby potravin, jídla je a bude v obchodech dostatek. Pevně věřím, že hrozba brzy pomine a společnost bude fungovat tak jako dříve, bez obav z nákazy. **Pokud by došlo v našem domově ke změnám v opatřeních ohledně koronavirusu, budeme Vás ihned informovat.**

Určitě jste si všimli, že **v budově Orlická 1 již byla ukončena přestavba vrátnice a vznikl nám zde pěkný vstupní prostor. K dispozici je zde několik míst k posezení, dále WC s umyvadlem, automat na kávu.** Klienty Orlické 1 bych chtěla upozornit, že dochází ke změně systému příjmu pošty. **Nebudou zde již umístěny dřevěné poštovní schránky. Pošta pro klienty bude přímo předávána pracovníkovi vrátnice, který ji roztrídí. Klienti, kteří nemají zdravotní problémy a mohou si pro poštu sami dojít, si budou poštu vyzvedávat přímo u pracovníka vrátnice. Klientům s omezenou pohyblivostí či nemocným bude poštu donášet sociální pracovníce nebo pečovatelka.** Rádi bychom zrealizovali i přestavbu vrátnice v budově Orlická 3. Nejprve však musíme zadat projekt, poté mít zajištěné finanční prostředky. Ukončenou přestavbu vrátnice pro náš domov zaplatil náš zřizovatel, Statutární město Ústí nad Labem. V současné době nedokážeme sdělit, kdy a zda se nám to podaří.

V tomto měsíci se bude konat setkání s náměstkem primátora Mgr. Tomášem Vlachem a to 19.března od 13:30 hodin v kulturní místnosti ve 12.poschodí. Bude to beseda nad problémy a úspěchy našeho města, o tom, co se chystá v sociální oblasti pro seniory. Vy budete mít možnost se zeptat na to, co Vás zajímá či Vás trápí. Využijte této možnosti a přijďte na toto setkání.

Přeji Vám mnoho zdraví, myslíte pozitivně, buďte veselí, nepodléhejte stresu a panice. Přeji Vám krásné jarní dny.

**Jarmila Nováková, ředitelka DS a AD Orlická**

**DÍLNA:**

- každé pondělí od 9:45 a středu od 13:00 na O1 ve 12. p.
- každé úterý od 9:45 a středu od 13:00 na O3, 1. p.

**KONDIČNÍ CVIČENÍ:**

- každé pondělí od 9:00 na O1, 12. p.
- každé úterý a čtvrtek od 9:00 h na O3 v tělocvičně za vrátnicí

**REHABILITAČNÍ CVIČENÍ:**

- každé úterý a čtvrtek od 9:00 na O1, 12. p.
- každé pondělí a středu od 9:00 h na O3 v tělocvičně za vrátnicí

**TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI:**

- každé úterý od 9:00 h na O1, 12. patro
- každá středa od 9:00 na O3, 1. patro jídelna

**ZPÍVÁME SI PRO RADOST:**

každé úterý od 13:30 h na O1, 12. p.

**TANEČKY:**

každou středu od 10:00 na O1, 12. p.

**RELAXACE S HUDBOU:**

každý čtvrtek od 10:00 na O3, 1. p.

**ČTENÍ NA POKRAČOVÁNÍ:**

každý čtvrtek od 13:00 na O3, 1. p.

**SPOLEČENSKÉ HRY:**

každý pátek od 9:00 h na O3, 1. p. - jídelna

V druhé polovině února se u nás v Domově pro seniory Orlická konal tradiční - již „19. Ples DS Orlická“. Pro všechny zúčastněné byl připraven kulturní program, tombola, živá hudba i dobré občerstvení. K poslechu i k tanci nám hrál "Mikeš band" a o kulturní vystoupení se postarali zaměstnanci

Domova. Kdo chtěl, mohl si vzít na sebe masku, jako symbol masopustního období. Dále se jen tančilo, zpívalo, dobře jedlo i pilo a všichni účastníci plesu vyhráli krásné dary v tombole. Na našem „19. Plese“ vládla milá atmosféra, kterou jsme si všichni moc užili.



Na konci měsíce února byla u nás v Domově uspořádaná preventivní přednáška na téma: „Prevence kriminality páchané na seniorech“. Přednášející byla paní por. Mgr. Bc. Veronika Hyšplerová - preventivní pracovník a tisková mluvčí Policie ČR – KŘP Ústeckého kraje. Paní Hyšplerová uvedla mnoho příkladů ze své praxe jaké trestné činy se na

seniorech pachatelé dopouštějí a jak se jim může osoba bránit. Cílem této besedy je zvýšená ochrana seniorů našeho města před trestnou činností a zvyšování pocitu bezpečí seniorů. Tématem této přednášky byla ochrana majetku i zdraví, finanční gramotnost a ochrana vlastní osoby. Přednáška byla zakončena diskusí a výměnou bohatých životních zkušeností našich obyvatelů Domova v Orlické.

### **Pozvánka na divadelní představení v Severočeském divadle opery a baletu**

Balet **Labutí jezero** se koná dne 4. 3. 2020 od 19:00 hod. Výběr z operního díla **Richarda Wagnera** se koná dne 8. 3. 2020 od 17:00 hod. Přihlaste se co nejdříve u sociální pracovnice, vstupenka stojí 50,- Kč; dopravu si musíte zajistit sami.

### **Pozvánka na setkání s náměstkem primátora Mgr. T. Vlachem**

Setkání se koná dne 19. 3. 2020 od 13:30 hod na O1 ve 12. p. Všichni jste srdečně zváni, info viz plakátky.

### **RELAXACE S ARMALAMPOU:**

každý pátek od 13:00 h na O3, 1. p.

### **ŠŮLE:**

2. 3. od 13:30 hod na O1, 12. p.

### **DOBRÁ TREFA:**

5. 3. od 13:30 hod na O1, 12. p.

### **BINGO:**

6. a 27. 3. od 9:00 hod na O1, 12. p.

### **KUŽELKY:**

9. 3. od 13:30 hod na O1, 12. p.

### **FLORBAL:**

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

### **KAVÁRNA:**

16. 3. od 13:30 hod na O1, 12. p.

### **KOULE:**

19. 3. od 13:30; O1,12.p.

### **Poslech vážné hudby:**

20. 3. od 9:00; O1, 12.p.

### **KULIČKY:**

23. 3. od 13:30; O1,12.p.

### **ŠÍPKY:**

26. 3. od 13:30; O1,12.p.

### **NAROZENINOVÁ**

### **KAVÁRNA:**

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

### **Pulsní magnetoterapie:**

- objednání u ergoterap. na O3 v 1. p.; cena: 25,-

### **MASÁŽE ZDARMA:**

- objednání u ergoterap. na O3 v 1. p.

### **PARAFÍN:**

- objednání u ergoterapeutky na O3 v 1. p.; cena: 25,- Kč

### **BOHOSLUŽBA:**

20. 3. od 16:00 hod na O1, 12. p., med. míst.

### **Prodej cukrovinek:**

- viz plakátek

### **Prodej oděvů:**

- viz plakátek