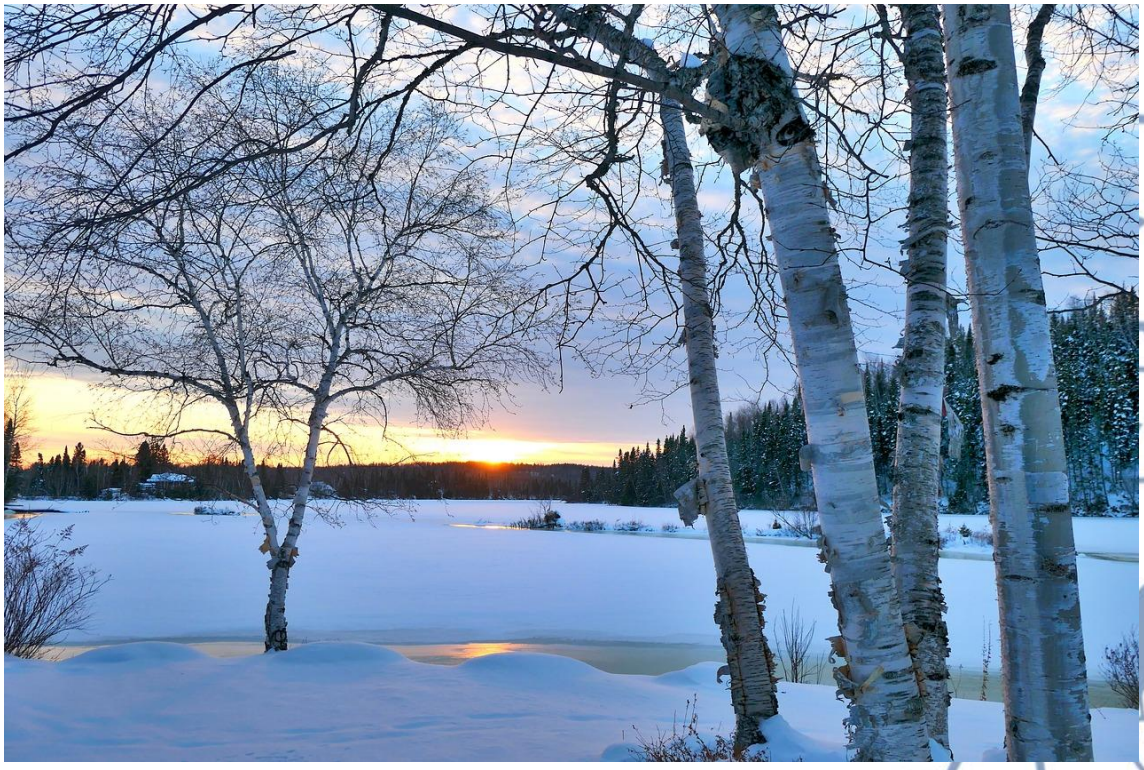
Domov Korýtko
příspěvková organizace

Ročník 22. 2/2021

Zpravodaj Korýtko



OSTRAVA!!!

Vážení a milí čtenáři Zpravodaje Korýtko!

V dnešním úvodníku bych chtěl vzdát hold všem pracovníkům Domova Korýtko. Všichni tady totiž pracují na pokraji svých sil, s vysokým nasazením. Co všecko musí překonávat, to je skutečně obdivuhodné!

V neposlední řadě musím také obdivovat klienty domova, protože se musí podrobit přísnějšímu režimu. Nesmíme totiž opouštět domov, tak jak bychom chtěli. Také návštěvy jsou v omezeném režimu. Společenské akce se pořád nemohou konat, některým z nás to moc chybí.

Pokud máte možnost, nechte se očkovat proti Covidu - 19. Očkování představuje naši naději. Naději na kvalitnější život a na naši svobodu.

Přeji vám hodně zdraví a štěstí.

Mgr. Petr Chlebovský,
šéfredaktor Zpravodaje Korýtko

Úhrady služeb

S účinností od 1.2.2021 se, obdobně jako každý rok, zvyšují úhrady služeb. Důvodem jsou rostoucí ceny potravin a energií.

Sazebník úhrad platný od 1.2.2021:

Se stravou	Denní úhrada			Měsíční úhrada (vše v Kč)			
	ubytování	strava	celkem	28 dní	29 dní	30 dní	31 dní
2 lůžkový pokoj	178,-	170,-	**348,-**	9744,-	10.092,-	10.440,-	10.788,-
1 lůžkový pokoj se sdíleným příslušenstvím	193,-	170,-	**363,-**	10.164,-	10.527,-	10.890,-	11.253,-
1 lůžkový pokoj se samostatným příslušenstvím	200,-	170,-	**370,-**	10.360,-	10.730,-	11.100,-	11.470,-

Strava zahrnuje snídani, přesnídávku, oběd, svačinu, večeři. Podle potřeby klientů může být upravena na ½ porce s doplněním nutriční podpory nebo upravena pro klienty s potřebou častější konzumace menších porcí s druhou večeří. Náklady na potraviny jsou stanoveny ve výši 108,- Kč denně, provozní náklady související s přípravou stravy činí 62,- Kč denně.

S ohledem na klienty, jejichž stravovací potřeby jsou uspokojovány pomocí tzv. klinické enterální výživy (např. sondou, PEG, plný sipping), jsou stanoveny úhrady bez stravy.

Bez stravy	Denní úhrada			Měsíční úhrada (vše v Kč)			
	ubytování	strava	celkem	28 dní	29 dní	30 dní	31 dní
2 lůžkový pokoj	178,-	0,-	**178,-**	4.984,-	5.162,-	5.340,-	5.518,-
1 lůžkový pokoj se sdíleným příslušenstvím	193,-	0,-	**193,-**	5.404,-	5.597,-	5.790,-	5.983,-
1 lůžkový pokoj se samostatným příslušenstvím	200,-	0,-	**200,-**	5.600,-	5.800,-	6.000,-	6.200,-

Úhrady služeb

V návaznosti na změnu úhrad byl aktualizován také sazebník tzv. vratek za stravu:

STRAVA	základní	½ porce	2. večeře
snídaně	25,00 Kč	25,00 Kč	23,00 Kč
přesnídávka	8,00 Kč	8,00 Kč	8,00 Kč
oběd	34,00 Kč	18,00 Kč	32,00 Kč
svačina	11,00 Kč	11,00 Kč	11,00 Kč
večeře	30,00 Kč	30,00 Kč	28,00 Kč
2. večeře	-	-	6,00 Kč
nutriční podpora	-	16,00 Kč	-
CELKEM	**108,- Kč**	**108,- Kč**	**108,- Kč**

Úhrady za stravu jsou nyní stanoveny v maximální možné výši, tj. 170,- Kč denně (62,- Kč náklady související s přípravou stravy, které nejsou součástí vratky a 108,- Kč denně náklady na potraviny).

Pokud se nezmění platná legislativa, nebude moci domov úhradu za stravu zvyšovat, a to ani v případě, kdy se budou zvyšovat náklady na potraviny.

S klienty projednávaly smlouvy a dodatky ke smlouvám sociální pracovnice. Pokud máte dotazy, nebo potřebujete informace upřesnit, obraťte se na sociální pracovnice na svých patrech nebo na sociální pracovnici paní Janu Šimkovou v přízemí budovy B.

Kristýna Slaná

Srovnej ceny potravin

Pamatujete ceny potravin před 40 lety? Jaká je jejich cena dnes?

CHLÉB

CUKR KOSTKOVÝ

OLEJ

BRAMBORY

MÁSLO

RUM

Srovnej ceny

Pamatujete ceny potravin před 40 lety? Jaká je jejich cena dnes?

POTRAVINY	Jednotka	1953	1980	2021
CHLÉB	kg	2,8	4,4	40
OLEJ	l	34	25,4	32
MÁSLO	kg	44	40	160
CUKR KOSTKOVÝ	kg	14	8	35
BRAMBORY	kg	0,6	1,6	8,5
RUM	l	68	83	300

Pamatujete ceny služeb?

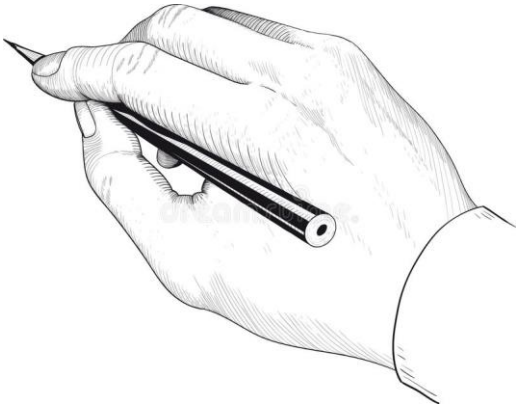
SLUŽBA	Jednotka	1953	1980	2021
Stříhání vlasů	úkon	2	5	150

Pamatujete, jak vypadaly mince, když se platilo Kčs?

Kristýna Slaná

Chvilka poezie

ÚNOR



Tesklivé nebe země zdejší,
v únoru ještě tesklivější,
svou šedí k obzoru se druží
a padá mlčky do kaluží.

Sněženku chladnou tiskneš k spánku,
říkáš si veršík o skřivánku,
zatímco kluci nasedají
už na koně a jedou k máji.

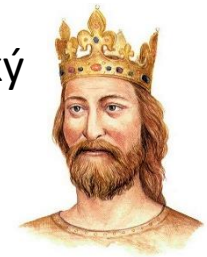
Přes bláto ovšem, přes kaluže,
a vidí v dálce kvésti růže.

Jaroslav Seifert

Historické okénko

ANEB VÝZNAMNÉ UDÁLOSTI, KTERÉ SE ODEHRÁLY V ÚNORU

1311 Jan Lucemburský byl v Praze korunován na českého krále



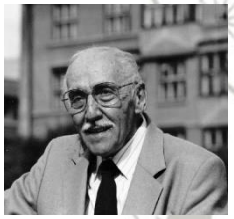
1921 Proběhlo první sčítání lidu v historii Československa

1926 Oficiálně začalo vystupovat Osvobozené divadlo

1948 Ministři tří nekomunistických stran podali demisi, čímž začala vládní krize v Československu

1991 Privatizace: v Československu byl přijat zákon o převodu majetku na soukromé osoby

1996 Zemřel český herec Miloš Kopecký



2003 Českým prezidentem zvolen Václav Klaus

Lenka Kokešová

Hromnice na C1

Hromnice je označení svátku slaveného 2. února, kterému v křesťanství odpovídá svátek Uvedení Páně do chrámu.

V lidovém křesťanství se Hromnice staly důležitou oslavou přicházejícího jara. Svátek byl také spojen s ochranou před ohněm, bouří a bleskem. Nejznámějším příkladem této víry je svěcení svící, takzvaných hromniček, prováděné v tento den. K Hromnicím se v českém prostředí váže nejvíce pranostik, kolem čtyřiceti. Nejznámější pranostika „Na Hromnice o hodinu více“ říká, že den je o hodinu delší než v době zimního slunovratu. Ve skutečnosti tento rozdíl činí na území České republiky hodinu a 20 minut. Na Hromnice se tradičně sklízel betlém a někde také vánoční stromek.

A i my na středisku C1 jsme si tento svátek připomněli. Společně jsme si přečetli několik zajímavostí, které se pojí k tomuto svátku. A následně si pustili Mši svatou z Valašských Klobouků.

Kolektiv C1

Vaření vlastnoručně naloženého zelí C1

Vloni na podzim jsme si na středisku C1 a C2 vlastnoručně nakrouhali zelí, které jsme následně naložili do soudku. A teď přišel ten správný čas na to, jej zužitkovat. Už s týdenním předstihem jsme si vyrobili domácí sádlo a škvarky, ať máme do zelí co přidat. A bychom ho nejedli jen tak samotné, podávalo se s domácími brambory a jitrnicemi od pana řezníka, které donesla naše paní vedoucí. Do přípravy jídla se nás zapojilo dost, takže nám šla práce pěkně od ruky a bylo pořádně veselo. ☺

Smažení škvarků na C2

Protože letos nemohly být „Vepřové hody“ připomněly jsem si je smažením škvarků. Uživatelky si sádlo samy nakrájely a usmažily. A také jsme konečně vyzkoušely nový indukční vařič. Zapojila se i naše nová uživatelka, což nás moc potěšilo. Co nás moc potrápilo, to jsou naše nože, které jsou velmi tupé a špatně se nám s nimi krájelo, pro příští vaření to musíme napravit, buď nabroušením, pokud to pomůže, nebo koupením nových. ☺

Mgr. Šárka Menšíková

Svátek svatého Valentýna 14. 2.

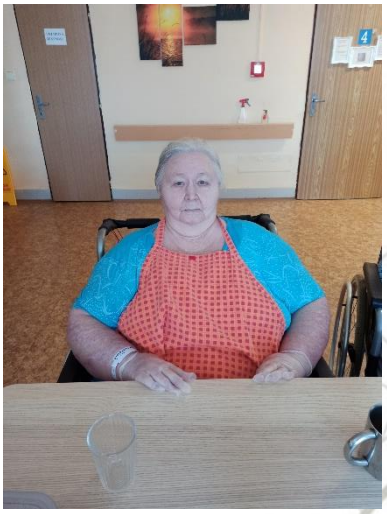
Den svatého Valentýna, pro který se vžilo jen zkrácené označení Valentýn případně sv. Valentýn, je označován jako svátek lásky respektive zamilovaných. V tento den si partneři posílají dárky, květiny či sladkosti případně zamilované dopisy a pohlednice. Nejčastěji ve tvaru srdce jako symbolu lásky. Podle legendy se tento svátek slaví na počest kněze Valentina. Ten údajně za zády císaře oddával zamilované páry, kterým bylo bráněno ve sňatku. Když se jeho tajné praktiky provalily, byl zatčen a popraven. Jeho poprava měla proběhnout 14. února a na Valentýnovu počest připadá na tento den svátek zamilovaných. A jak jsme svátek sv. Valentýna oslavili na C2 posuďte sami v následujícím článku.

Zdroj: http://www.svatek.org/udalosti/svatek-sv-valentyna-detail

Mgr. Šárka Menšíková

Svátek sv. Valentýna na C2

Na svátek sv. Valentýna jsme upekly bábovku ve tvaru srdce. Byla jsem mile překvapená, že uživatelky znaly historii tohoto svátku.



Mgr. Šárka Menšíková

Vaření na C2

Oddělení C1 nám umožnilo podílet se na nakládání zelí a teď nastal čas, abychom zelí uvařily. Uživatelky oškrábaly brambory, jelítka jsme upekly v nové troubě, kterou dostala paní Vlastička z projektu „Strom splněných přání“. A na zelí jsme použily sádlo se škvarky. Nabídly jsme všem na oddělení, kdo o tuto dobrotku projevil zájem.

Mgr. Šárka Menšíková

Přípravy na Valentýna na B4

Starší generace budou jistě souhlasit, že naším tradičním svátkem lásky je první máj, který je spojován s básníkem Karlem Hynkem Máchou. Avšak mezi mladými lidmi se čím dál populárnějším stává svátek sv. Valentýna. Abychom ani my tento svátek neopomněli, rozhodli jsme se, že si upečeme perníčky ve tvaru srdce.

RELAXAČNÍ ODPOLEDNE

Není nad to zavřít oči a 50 minut nedělat nic jiného než jen poslouchat relaxační hudbu v podání Lea Rojase, na píšťalu hrajícího Indiána. A poté se v myšlenkách přenést do přírody, kde slyšíme jen švitoření ptáčků a šumění vodopádů.

Lenka Kokešová

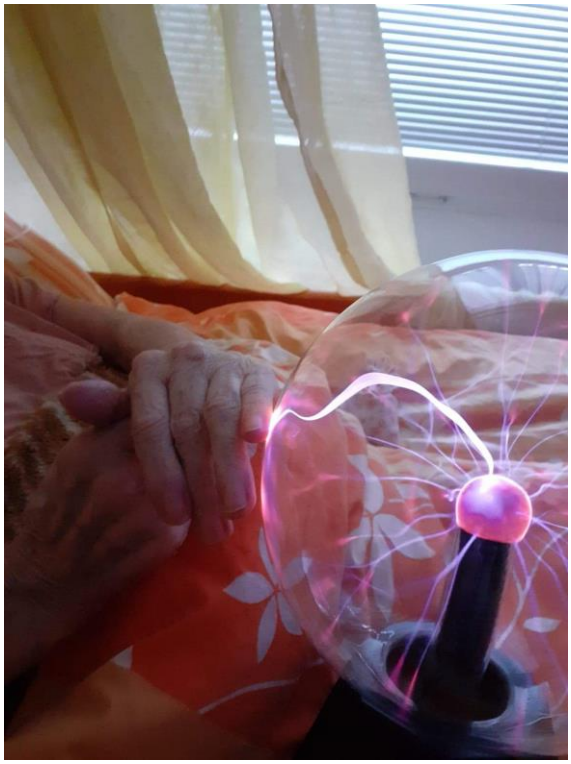
Snoezelen

Snozelen je definován jako terapeutický, vědecký koncept na pomezí speciální pedagogiky a psychologie, který prokazatelně zlepšuje zdravotní stav klientů. Podmínkou je zvláštní prostředí, ve kterém je nabízeno velké množství smyslových stimulů a kompetentní a vzdělaný terapeut společně s klientem. Snoezelen využíváme ve fototerapeutické místnosti nebo přímo u lůžka uživatelů.

Zdroj: FILATOVA, Renáta. Snoezelen-MSE. [Frýdek-Místek]: Kleinwächter Josef, 2014. ISBN 978-80-90-5419-3-1.

Mgr. Šárka Menšíková

Snoezelen – použití u lůžka



Mgr. Šárka Menšíková

Popeleční středa na C1

Popeleční středou vstupují křesťané do čtyřicetidenního postního období, které je přípravou na oslavu Velikonoc. Datum Popeleční středy je tedy pohyblivé jako i datum Velikonoc. Z časového hlediska Popeleční středa připadá na 46. den před Velikonoční nedělí.

Popeleční středa je jedním z dvou dnů přísného postu (společně s Velkým pátkem) a připomínkou pomíjivosti pozemského života. Znamenání popelem, tzv. popelec, doprovází udělovatel slovy: *„Čiňte pokání a věřte evangeliu“* nebo *„Pamatuj, že jsi prach a v prach se navrátíš.“*

U nás na středisku C1 jsme si o Popeleční středě popovídali a shlédli mši svatou z překrásného Chrámu sv. Barbory z Kutné Hory.

Kolektiv C1

Bramborové placky se zelím na C1

Středa 17.2. patřila u nás na C1 vaření a hlavně smažení. Podávaly se bramboráky, které jsme vylepšily domácím zelím a slaninou. Práci jsme si rovnoměrně rozdělili, šikovní uživatelé připravili všechny suroviny a pořádně zamíchali. Paní vedoucí se s paní sociální pak jen placičky usmažily. A výsledek? Pochutnali jsme si stejně jako vždy. ☺

Kolektiv C1

Relaxační křeslo

Relaxační křeslo využíváme při práci s lidmi s neklidem pro příjemný pocit u uživatelů služby. Příjemná, zklidňující, relaxační hudba doplňuje komfort relaxace v křesle. Po vyzkoušení tohoto křesla zjišťujeme, že ne každému uživateli jsou houpavé pohyby příjemné. Toto křeslo se nám osvědčilo a děkujeme vedení Domova za jeho zakoupení.

Poděkování rodinným příslušníkům

Děkujeme paní Libušce za dárek pro naše imobilní uživatele, nebo uživatele, kteří mají teplotu a nemohou se koupat a potřebovali by umýt vlasy.

TENA Shampoo Cap Mycí čepice nabízí pečlivé a pohodlné řešení mytí vlasů v posteli pro osoby upoutané na lůžko, pro oslabené a imobilní pacienty.

Pomáhá zachovat přirozené pH pokožky hlavy. Bez alkoholu a bez mýdla. Bez nutnosti oplachování a sušení.

Mgr. Šárka Menšíková

Úplněk v únoru

Na **druhý letošní úplněk** se můžeme těšit **27. února 2021**. Největší vliv na naše tělo bude mít v těchto oblastech: slinivka, střeva a trávicí ústrojí. Úplněk proběhne ve znamení Panny. **Stejně jako při novu, ani při úplňku byste neměli podstoupit žádné operace!** Pokud se tomu můžete vyhnout, přeložte veškeré zákroky na jakýkoli jiný den v měsíci. Na rozdíl od únorového novoluní byste dnes neměli nadzemní části rostlin stříhat a dokonce ani sušit. Na to bude vhodný čas později. V době úplňku všeobecně platí, že je dobré sbírat kořeny bylin. Mají nejsilnější účinky právě teď! Díky velkému vlivu na trávicí ústrojí je právě tento den vhodný pro půsty a detox trávicího ústrojí.

Zdroj: https://www.rexter.cz/

Pranostiky na únor

Únor bílý – pole sílí.

Sněhový únor – sílí úhor.

Únorová voda – pro pole škoda.

Únor – úmor: kdyby mohl, umořil by v krávě tele a v kobyle hříbě.

Kdyby měl únor tu moc jako leden, nechal by v krávě zmrznout tele.

Netrkne-li únor rohem, šlehne ocasem.

Když v únoru mráz ostro drží, to dlouho již nepodrží.

Když záhy taje, dlouho neroztaje.

Když únor vodu spustí, ledem ji březen zahustí.

Když tě v únoru zašimrá komár za ušima, poběhneš jistě v březnu ke kamnům s ušima.

Leží-li kočka v únoru na slunci, jistě v březnu poleze za kamna.

Jestli únor honí mraky, staví březen sněhuláky.

V únoru sníh a led – v létě nanesou včely med.

Teplý únor – studené jaro, teplé léto.

Co si únor zazelená – březen si hájí; co si duben zazelená – květen mu to spálí.

Mnoho mlh v únoru přivodí mokré léto.

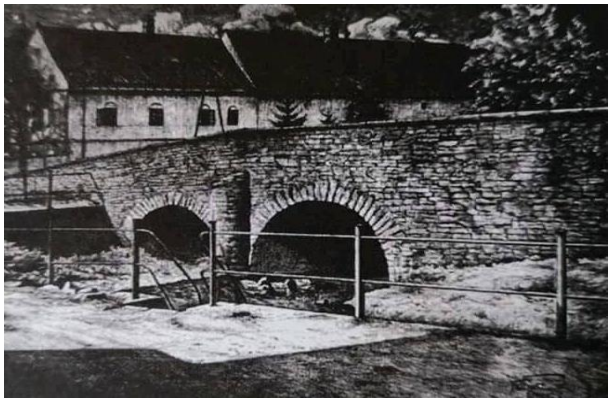
Když větrové na konec února uhodí, moc obilí se na poli neurodí.

Zdroj: https://cs.wikipedia.org/

Mgr. Šárka Menšíková

Nezapomenutá Ostrava

1.



2.

3.

Poznali jste místa na fotografiích? Správné odpovědi naleznete v závěru.

Zdroj: https://www.google.com/

Mgr. Lenka Kokešová

Valentýnská osmisměrka?

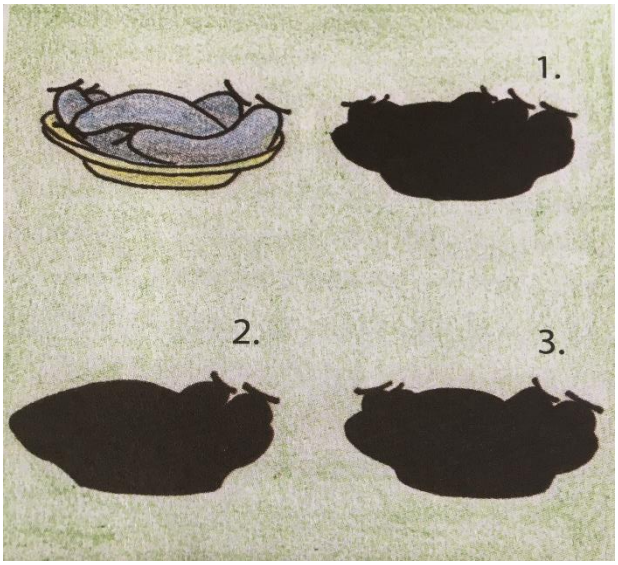
Čínský filozof Konfucius: „Učit se bez přemýšlení je zbytečné. Přemýšlet bez učení je ....“

D O CH V P L K K
S R Í N N N A M O E O A
Ř N P Ž R O V T H L Á A Č N N R
Y Á R K O R U N A M R H O L E N Í I E M
T D O N B J Č U A K I L I S A B T T Č C
Ý N U E A O E K E M M P V I P Ě B Ě A V
M E H D S L T N T R A Ť V Ě D O K V E Č
U L A L A M P A Í K D P E K Z R D K P E
A T E P A O A L U A S A K Y Z A I L
K Ý A H L M Ř K Z O L A P N R Y D N
Č O K L B A J Á P O P T Á Ý N I D N
V Á Z A L N E T E A M M I V Á E
O O Ú Ý R I S Š K A V Á R N A
O D P A P N N A L D Í C I B
N A A Í O Í A E O E É I
K K T M D L T N P L
O B R A Z V A S
V A N A Á Í
H Ě Ý Ř
P

ADAM, ALBA, ANNA, BASA, BASILIKA, BICÍ, BOŽÍ, ČINEL, DÁRCE, DĚTI,DUDY, HARMONIE, HEBRON, HOSPODIN, ISLÁM, JABLKO, KALENDÁŘ, KAPESNÍK, KAPITOLA, KAPLAN, KAVÁRNA, KONEC, KORUNA,KRYPTA, KVĚTINA, KYRIE, LAMPA, LEDVINY, MADONA, MAPA, MLHA, MRAK, MRHOLENÍ, OBRAZ, ODĚV, OKNO, OPATRNÝ, OPERA, ORNÁT, PILA, PLANINA, POČÍTAČ, POLŠTÁŘ, POMALÝ, PŘÍSLIB, RAKEV, ROUHAT, RÝMA, SAUL, SNÍDANĚ, SPOJENÍ, TLAK, TRAŤ, TVÁŘ, TVOR, UMÝT, ÚZKÝ, VANA, VÁZA, VCHOD, VIDLE, VIOLA, VNOUČE, VNUK, VODA, ZLATO, ZNÁMKA

Mgr. Lenka Kokešová

Hra se stíny



Který z uvedených stínů odpovídá obrázku?

O jaká slova se jedná?

a) NITRJICE

b) RUKOPY

c) RAVO

d) VŘEP

e) NÍKŘEZ

f) KAČENTLA

Známá přísloví

a) ..... JE NEJLEPŠÍ KUCHAŘ.

b) .....NEJSOU KOLÁČE.

c) CHODÍ KOLEM ..... .

d) ..... HLADOVÉMU NEVĚŘÍ.

e) ..... ROSTE CHUŤ.

f) LÁSKA PROCHÁZÍ ..... .

Šéfredaktor: *Mgr. Petr Chlebovský*
Grafická úprava, editace, příspěvky: *tým pracovníků*
Fotografie z Domova Korýtko: *zaměstnanci Domova Korýtko*

Řešení:

HRA SE STÍNY: obrázek č. 3

O JAKÉ SLOVA SE JEDNÁ:

JITRNICE, KROUPY, OVAR, VEPŘ, ŘEZNÍK, TLAČENKA

ZNÁMÁ PŘÍSLOVÍ:

A) Hlad
B) Bez práce
C) Horké kaše
D) Sytý
E) S jídlem
F) Žaludkem

NEZAPOMENUTÁ OSTRAVA

1. Sýpka ve Svinově
2. Rondel v Hrabůvce
3. Ulice Nádražní u Dolu Jindřich