

Zpravodaj Domova Vesna

# DOMOV VESNA

LEDEN 2026



## Zpravodaj Domova Vesna

---

### Obsah:

Úvodní slovo ředitele

Živé tradice

Informace:

-zdravotní úsek

-technický úsek

-sociální úsek

Okénko vedoucí stravovacího  
úseku a nutriční terapeutky

Úspěchy Domova Vesna

Ohlédnutí za uplynulými akcemi

Plánované akce

Báseň

---

### Milí čtenáři,

Vítejte v novém roce! Leden je jako čisté plátno, ideální čas na nová rozhodnutí a (nejen) novoroční předsevzetí, která často brzy zapomeneme. Proto jsme si pro Vás připravili úvodní slovo p. ředitele, živé tradice, novinky na úsecích, úspěchy organizace a ohlédnutí za uplynulými akcemi.

Přeji Vám, aby rok 2026 byl pro Vás plný pohody, úsměvů, zábavy a lásky.

Mgr. Lenka Mockovčiaková

**„Leden je měsíc, kdy dobrým přátelům přednášíme svá přání, ostatní jsou měsíce, kdy nebývají splněna.“**

**Georg Christoph Lichtenberg (1742–1799)  
německý vědec, satirik**

## Zpravodaj Domova Vesna

### Úvodní slovo ředitele

Vážení a milí klienti, drazí kolegové a přátelé Domova Vesna, dostává se vám do rukou nové číslo našeho časopisu, které je ideální příležitostí k malému ohlédnutí. Rok 2025 je za námi a já musím s hrdostí říci, že to byl rok naplněný důležitými změnami i krásnými společnými zážitky. Mé první a největší poděkování patří našim zaměstnancům. Právě vaše obětavá práce, trpělivost a lidský přístup jsou pilíři, na kterých náš domov stojí, a velmi si vážím toho, jak skvěle jste uplynulých dvanáct měsíců zvládli.



V uplynulém roce jsme se soustředili na to, aby se vám u nás bydlelo zase o něco lépe a pohodlněji. Podařilo se nám zrealizovat rekonstrukci malého výtahu a pořídit moderní sprchovací křeslo, což jsou kroky, které výrazně usnadňují každodenní péči a pohyb v budově. Naše zahrada dostala nový plot, který jí dodal důstojnější tvář, a velkou radost mi udělalo zavedení pravidelné služby odvozu do centra Orlové. Tato novinka vám umožnila zůstat v kontaktu s městem a vyřídit si vše potřebné.

Když se ohlédnu za nejpříjemnějšími momenty roku 2025, vybaví se mi především naše zahradní slavnosti. Atmosféra plná hudby, smíchu a setkávání s vašimi blízkými byla přesně tím, co dodává naší práci smysl. Mohu vám slíbit, že v pořádání těchto kulturních a společenských akcí budeme se stejným nadšením pokračovat i v roce nadcházejícím, protože tyto společné chvíle jsou pro nás všechny nenahraditelné.

## Zpravodaj Domova Vesna

Do roku 2026 hledíme s dalšími smělými plány. V naší zahradě přibude nová funkční branka, která nám otevře přímou cestu pro vycházky a výlety směrem k letnímu kinu, což jistě oceníte v jarních a letních měsících. Velkou prioritou je pro nás také vybudování nové denní místnosti pro klienty v režimu zvláštní péče, která nabídne moderní a klidné zázemí pro odpočinek i společné aktivity.

Rád bych požádal ty z Vás, kteří mají zájem se více zapojit do práce našeho domova, aby se stali členy Rady seniorů, se kterou se pravidelně setkávám a řeším vše co s našim domovem souvisí.

Závěrem mi dovolu,te, abych vám všem popřál do nového roku především pevné zdraví, které je tím nejcennějším darem. Přeji vám mnoho důvodů k úsměvu, spokojenost v duši a dny naplněné pohodou v kruhu přátel, které zde v Domově Vesna máte. Těším se na vše, co nás v novém roce společně čeká.

Vít Macháček

ředitel

## Zpravodaj Domova Vesna

### ŽIVÉ TRADICE: Lidový rok v pranostikách – jak prožívali leden naši předkové, zajímavosti z kalendáře

**Původ českého názvu prvního měsíce v roce není žádnou hádankou. Ačkoliv letos tomu zatím nic nenaznačuje, dlouhodobé průměry mluví jasně – leden je měsícem plným ledu a sněhu, dobou, kdy příroda i lidská obydlí dřímají přikryta tlustou bílou peřinou a jednomu je nejlépe v pelíšku nebo u kamen.**

Ve východní Evropě byl leden dříve označován jako měsíc vlka. Možná proto, že na vrcholu zimy je obživa těžká i pro tyto zdatné lovce a šmejdivy kteří, hnáni hladem, překonávají svou typickou plachost a často zavítají i do blízkosti lidských obydlí.

Pro velkou část národů dnes první den měsíce ledna představuje začátek nového roku. Toto datum bylo zavedeno roku 45 př. n. l. Juliem Caesarem a platí jak pro juliánský, tak i pro gregoriánský kalendář. Do té doby však leden v římském kalendáři figuroval jako měsíc předposlední, jedenáctý, a nový rok tak začínal mnohem intuitivněji, počátkem jara, a tudíž v březnu. V životním rytmu našich agrárně orientovaných předků představoval tento měsíc období odpočinku. To ovšem neznamenalo, že by celé dny polehávali za pecí nebo seděli s rukama v klíně. Na poli se sice pracovat nedalo, ale domácnost (během vegetačního období tak trochu opomíjená) si žádala své. Dokud vše nebylo pod sněhem, spravovala se stavení i hospodářské a řemeslné náčiní. Jakmile uhodily tuhé mrazy, život se přesunul do světnice. Zde se muži, ženy i děti sesedli u teplých kamen, vyprávěli si příběhy, pověsti a pohádky, zpívali, klevetili a drbali. Ale ani tehdy jim ruce nestály. Kromě vyspravování prádla a drobných domácích nástrojů se pokračovalo i v předení, draní peří a tkaní. V některých domácnostech se také vyráběly různé řemeslné výrobky určené pro další prodej. Zdobily se kraslice, vyřezávaly se figurky a kuchyňské náčiní, pletlo se, vyšívalo a paličkovalo, vyráběly se dřevěné pantofle, hrábě a košťata, pletly se koše a ošatky, štípaly se šindele a tak dále a tak podobně.

## Zpravodaj Domova Vesna

Ač odpočívající, své si v lednu žádá také zahrádka. Choulostivé rostlinky je třeba přikrýt chvojím, aby byly chráněny před mrazem, větrem i ostrým zimním sluncem. Pokud hodně sněží, musíme setřásat sníh z větví stromů i keřů, aby se pod jeho vahou nezlomily. Kmeny mladých stromků je potřeba chránit i před zvěří, která by je jinak z nedostatku jiné potravy nemilosrdně okousala. Zároveň bychom však měli zvířátkům dopřát nějakou náhradu – seno, mrkev, jablka – protože hlad umí být uprostřed zimy obzvlášť krutý. Můžeme už také vybírat a plánovat sadbu pro další sezónu a konzumovat odolnou zeleninu, kterou jsme si ještě nechali na záhonech (růžičková kapusta, pórek, kadeřávek). Občas také zajdeme do sklepa zkontrolovat brambory, jablka, hlízy okrasných rostlin a další poklady. Všechny nahnílé, plesnivé či jinak poškozené okamžitě vyhadujeme, aby se od nich nenakazily i ty ostatní. Máme-li na zahradě jezírko s rybičkami, musíme jim také pravidelně prorážet díru do ledu, aby mohly dýchat. To samé můžeme udělat i v případě jezírka, které se nenachází na našem pozemku, pokud se k tomu nikdo jiný nemá. Rybičky to určitě ocení.

**Lednové svátky:** Zjevení Páně, Tři králové (6.1.), začátek Masopustu (7.1.), sv. Fabián a Šebestián (20.1.), Obrácení sv. Pavla (25.1.)

# Zpravodaj Domova Vesna

## Informace

### Zdravotní úsek

V lednu došlo ke stěhování kanceláří. Vedoucí zdravotního úseku je nyní na 11. patře.

Zdravotní sestry se nachází na 2. patře a 8. patře.

**Vedoucí zdravotního úseku - Veronika Břímková**

### Technický úsek

- Každou středu je možnost se vyvést automobilem na parkoviště u hypernovy. Odjíždí se vždy v 9:00 hod.

**Vedoucí technického úseku – Jiří Janík**

### Sociální úsek

I na tomto úseku došlo k přestěhování sociální pracovnice Mgr. Jany Mašlonkové, DiS. na 5. patro.

## Zpravodaj Domova Vesna

Od 1.1.2026 dochází ke zvýšení úhrad za ubytování a stravování:

<b>Vnitřní předpis úhrad</b>	
<b>1. ÚHRADY ZA UBYTOVÁNÍ</b>	
<b>Pokoj</b>	<b>Stanovení úhrady za bydlení v Kč/den</b>
1 lůžkový	<b>335,-</b>

<b>2. ÚHRADA ZA STRAVU</b>	
<b>Druh stravy</b>	<b>Úhrada v Kč za den</b>
Normální (racionální), šetřící	<b>260,-</b>
Diabetická, diabetická šetřící	<b>260,-</b>
Geriatrická	<b>260,-</b>

Stravování

<b>Druh jídla</b>	<b>cena potravin</b>	<b>cena režie</b>	<b>cena celkem</b>
	<b>Kč/den</b>	<b>Kč/den</b>	<b>Kč/den</b>
Snídaně	41,00	19,00	60,00
Oběd	55,00	65,00	120,00
Večeře	55,00	25,00	80,00
<b>Celkem</b>	<b>151,00</b>	<b>109,00</b>	<b>260,00</b>

<b>3. ÚHRADA ZA FAKULTATIVNÍ SLUŽBY</b>	
<b>Kopírování:</b>	
- formát A 4 jednostranně	2,- Kč / list
- formát A 4 oboustranně	4,- Kč / list
- barevná kopie A4 jednostranně	3,- Kč / list
- barevná kopie A4 oboustranně	6,- Kč / list
<b>Laminování textu, fotografie</b>	4,- Kč / 1 list A 4

## Zpravodaj Domova Vesna

### Okénko vedoucí stravovacího provozu a nutriční terapeutky

- Novinky ve stravování:

Milí klienti a věrní strávníci. Ráda bych vás informovala o dalších novinkách. Doba jde stále kupředu a my zařazujeme do jídelního lístku dvě nové potraviny na trhu. Bude to vietnamská rýže a celozrnné těstoviny. Obě potraviny patří mezi potraviny zdravé, bohaté energeticky i biologicky. Vietnamská rýže je v indické a japonské kuchyni nejoblíbenější. Je to odrůda, která se suší na slunci a je to tzv čerstvá rýže, která krásně voní. Má příjemnou lehce oříškovou chuť. Celozrnné těstoviny jsou bohaté pro vlákninu, která je pro lidský organismus velmi důležitá.

Věřím, že obě potraviny budou přínosem pro zpestření jídelníčku, a také pro zdraví

a vitalitu 😊 .

- V minulém čísle jsem se zmínila, že vám ukážu jídelníček před lety a nyní. Což také plním.

Jídelní lístek prošel za osm let velkými změnami. Dnes splňuje energetickou a biologickou hodnotu, dostatek vlákniny i vitamínů.

Zelenina a ovoce je denně v podobě salátů, přízdoby, oblohy, šťávy. Nápoje jsou ke snídani vždy dva druhy, včetně celodenního pitného režimu, který je k dispozici v jídelně a na stanicích. Pečivo a chléb se střídá, včetně celozrnných a cereálních druhů. Luštěniny každý týden, otruby každý týden. Ryby každý týden, nyní podáváme sedm druhů ryb (sardinky, tuňák, losos, makrela, treska, tylapie, štika). Každý týden se objeví na jídelníčku zákusek 😊 .

## Zpravodaj Domova Vesna

Obohatily se snídaně a večeře, přibyly ranní přesnídávky a svačinky odpolední nejsou jednotvárné, ale kromě ovoce se podávají i jiné potraviny například buchty, listové dobroty, nebo se tvoří se dezerty a další... . Obědy se zaměřili na českou kuchyni, která je velmi oblíbená a připravována s láskou naší celou partou kuchyně.

### Ukázka před osmi lety- Jídelní lístek rok 2017 srpen:

Den	Snídaně	Oběd	Večeře
Po 28.8.	3, PEČIVO (Obsahuje: 1a, 3, 7), MÁSLO (Obsahuje: 7), VEJCE NA TVRDO (Obsahuje: 3), ČAJ (Obsahuje: 12)	<b>SANITÁRNÍ DEN</b> <b>Varianta 1</b> 3 VEPŘOVÝ GULÁŠ DEBRECÍNSKÝ [PEČIVO (Obsahuje: 1a, 3, 7, 12), VÝŽIVA]	<b>Varianta 2</b> <b>DNES SE VARIANTA 2 NEVAŘÍ</b> 3 PEČIVO (Obsahuje: 1a, 3, 7, 12), RAMA (Obsahuje: 7), SALÁM VYSOČINA (Obsahuje: 12) <b>Svačina: OVOCE</b>
Út 29.8.	3 ŠÁTEČEK (Obsahuje: 1a, 3, 7), KÁVA BÍLÁ (Obsahuje: 7, 12), ČAJ (Obsahuje: 12)	<b>Varianta 1</b> 3 POL. MRKVOVÁ S BRAMBOREM (Obsahuje: 7, 9, 12), ČOČKOVÝ NÁKYP (Obsahuje: 1a, 3, 7, 12), BRAMBOROVÁ KAŠE (Obsahuje: 7), SALÁT	<b>Varianta 2</b> 3, <b>ZAM, Ciz</b> POL. PÓRKOVÁ S BRAMBOREM (Obsahuje: 7, 9, 12), HOVĚZÍ MASO NÁMORNICKÉ TĚSTOVINY PŘÍLOHOVĚ (Obsahuje: 1a, 3)
St 30.8.	3 PEČIVO (Obsahuje: 1a, 3, 7), POM. SYŘOVÁ (Obsahuje: 7), ČAJ (Obsahuje: 12)	<b>Varianta 1</b> 3 POL. PÓRKOVÁ (Obsahuje: 1a, 9, 12), BULGUR S VEPŘ. MASEM A ZELENINOU [OKURKA STERILOVANÁ (9 - OKURKA STERILOVANÁ DIA)]	<b>Varianta 2</b> 3, <b>ZAM, Ciz</b> POL. PÓRKOVÁ (Obsahuje: 1a, 9, 12), ZAPEČENÁ CUKETA S MLETÝM MASEM (Obsahuje: 7), PEČIVO (Obsahuje: 1a, 3, 7, 11)
Čt 31.8.	3 PEČIVO (Obsahuje: 1a, 3, 7), MÁSLO (Obsahuje: 7), DŽEM (Obsahuje: 12), ČAJ (Obsahuje: 12)	<b>Varianta 1</b> 3, 9, <b>ZAM, Ciz</b> POL. SLEPIČÍ S RÝŽÍ (Obsahuje: 9, 12), KUŘE PEČENÉ NA ZELÍ (Obsahuje: 12), BRAMBORY VAŘENÉ (Obsahuje: 12)	<b>Varianta 2</b> 3, <b>ZAM, Ciz</b> POL. SLEPIČÍ S RÝŽÍ (Obsahuje: 9, 12), HOVĚZÍ SMĚS MEXICKÁ S RÝŽÍ [SALÁT]
Pá 1.9.	3 PEČIVO (Obsahuje: 1a), PÁRKY VIDĚNSKÉ, HOŘČICE (Obsahuje: 10), ČAJ (Obsahuje: 12)	<b>Varianta 1</b> 3 POL. BORŠČ (Obsahuje: 1a, 7, 9, 12), DUKÁTOVÉ BUCHTIČKY S KREMEM (Obsahuje: 1a, 3, 6, 7, 12), OVOCE	<b>Varianta 2</b> 3 POL. BORŠČ (Obsahuje: 1a, 7, 9, 12), VEPŘOVÉ MASO PO ČÍNSKU [1a], HRANOLKY (Obsahuje: 12)
So 2.9.	3 PEČIVO (Obsahuje: 1a, 3, 7), POM. RYBÍ (Obsahuje: 4, 7, 10), ČAJ (Obsahuje: 12)	<b>Varianta 1</b> 3, POL. KVĚTÁKOVÁ (Obsahuje: 1a, 3, 7, 9, 12), ZAPEKANÉ TĚST. SE SAL. (Obsahuje: 1a, 3, 7, 12), KOMPOT (Obsahuje: 12)	<b>Varianta 2</b> 3, <b>ZAM, Ciz</b> POL. KVĚTÁKOVÁ (Obsahuje: 1a, 3, 7, 9, 12), VALAŠSKÝ KONTRABAŠ SALÁT
Ne 3.9.	3, 2 MAZANEC (Obsahuje: 1a, 3, 7), MÁSLO (Obsahuje: 7), KAKAO (Obsahuje: 7, 12), ČAJ (Obsahuje: 12)	<b>Varianta 1</b> 3, POL. HOVĚZÍ S TĚSTOVINAMI (Obsahuje: 1a, 3, 9, 12), VEPŘOVÁ KYTA HAMBURSKÁ [KNEDLÍK HOUSKOVÝ (Obsahuje: 1a, 3, 7)	<b>Varianta 2</b> 3, <b>ZAM, Ciz</b> POL. HOVĚZÍ S TĚSTOVINAMI (Obsahuje: 1a, 3, 9, 12), GULÁŠ BRAMBOROVÝ SE SALÁMEM (Obsahuje: 1a, 12), PEČIVO (Obsahuje: 1a)

### Ukázka nyní - Jídelní lístek rok 2026 leden:

	Snídaně	Oběd	Večeře
po 12.1.	3 ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), SALÁM HERKULES - 70 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), ČIŇSKÉ ZELÍ-PRÍZDOBA (12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) <b>PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 kus/9+95-DIA (12)</b>	<b>Varianta 1 (Varianta 1)</b> 3, <b>ZAM, CIZI</b> <b>SANITÁRNÍ DEN</b> , ČOČKA NA KYSELO (1a,9), VEJCE NA TVRDO - 1 kus (3), CHLĚB - 120 g (1a, 3, 12), OKURKA STERILOVANÁ/9 - DIA (12), DŽUS 330ML 100% - 1 ks, OPLATEK/9-DIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12)	<b>Varianta 2</b> <b>ZAM, CIZI</b> <b>DNES SE VARIANTA 2 NEVAŘÍ</b> 3 CHLĚB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), LUČINA - vanička 1KS (7), PAŽITKA-PRÍZDOBA <b>SVAČINA: MLÉČNÝ DEZERT /9+95-DIA(3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)</b>
út 13.1. TEPLÁ VEČEŘE:	3 PEČENÁ BUCHTA – JOGURTOVNÍK (1a, 3, 7, 12), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	<b>Varianta 1 (Varianta 1)</b> 3, <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. KAPUSTOVÁ (1a, 9, 12)</b> , HOVĚZÍ AZU (1a,9, 12), RÝŽE DUŠENÁ <b>ZÁKUSEK / 9-DIA (1,3,6,7,8,12)</b>	<b>Varianta 2</b> <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. KAPUSTOVÁ (1a, 9, 12)</b> , KUŘECÍ PALÍČKY MARINOVANÉ (6, 7, 12), HOŘČICE - 20 g (10, 12), KRĚM, OKURKA STERILOVANÁ (12), CHLĚB - 120 g (1a, 3, 12) <b>ZÁKUSEK (1,3,6,7,8,12)</b>
st 14.1.	3 CHLĚB - 150 g (1a, 3, 12), POM. RYBÍ S TOMATEM (4, 7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) <b>PŘESNÍDÁVKA: DŽUS 100 %-200ML</b>	<b>Varianta 1 (Varianta 1)</b> 3, <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. ČESNEKOVÁ SE SUNKOU A KRUTONÝ (1a, 3, 7, 9, 12)</b> , PLNĚNÝ PAPIKOVÝ LUSK V RAJSKÉ OMÁČCE (1a, 3, 9, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12)	<b>Varianta 2</b> <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. ČESNEKOVÁ SE SUNKOU A KRUTONÝ (1a, 3, 7, 9, 12)</b> , KRUPICOVÁ KAŠE S KAKAEM A PERNÍKOVÝM POSYPEM (1a, 7, 12), OVOCE
čt 15.1. TEPLÁ VEČEŘE:	3 CHLĚB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. KUŘECÍ SNÍDANĚ-DELANÁ (7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	<b>Varianta 1 (Varianta 1)</b> 3, <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. POHANKOVÁ S BRAMBOREM (9, 12)</b> , KUŘE NA MEDU (9,12), RÝŽE DUŠENÁ, SALÁT ČERVENÁ ŘEPA – čerstvá (12)	<b>Varianta 2</b> <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. POHANKOVÁ S BRAMBOREM (9, 12)</b> , VEPŘOVÝ KOTLET PEČENÝ S KOŘENÍM (1, 7, 9, 12), BRAMBORY GURMÁNSKÉ (7), SALÁ ČERVENÁ ŘEPA – čerstvá (12)
pá 16.1.	3 CHLĚB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), SYR EIDAM PLATKOVÝ 50 g (7), ŠUNKA - 50 g (12), MÁSLO - 20 g (7), RAUČATA - 100 g, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) <b>PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 kus/9+95-DIA (12)</b>	<b>Varianta 1 (Varianta 1)</b> 3, <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. FAZOLOVÁ S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12)</b> , KYNUTÉ KNEDLÍKY OVOCNÉ S PERNÍKOVOU POSYPKOU, CUKREM A PŘELITÉ MÁSLEM/9-DIA (1, 3, 7, 12)	<b>Varianta 2</b> <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. FAZOLOVÁ S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12)</b> , SMAŽENÝ SYR (1a, 3, 7), DUKÁTKY PLÁTKY (7), OBLOHA čerstvá - 1, Tatarská omáčka - 1 ks (3, 7)
so 17.1.	3 CHLĚB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TVARŮŽEK-1KS (7,12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), PAŽITKA-PRÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	<b>Varianta 1 (Varianta 1)</b> 3, <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM (1a, 3, 7, 9, 12)</b> , VEPŘOVA PANENKA NA KMINĚ 150g (1a,9), MRKEV S HRÁŠKEM (1a, 7, 9, 12), BRAMBORY VAŘ. S MÁSLEM (7, 12)	<b>Varianta 2</b> <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM (1a, 3, 7, 9, 12)</b> , GULÁŠ DANČÍ (1a, 9, 12), CHLĚB - 120 g (1a, 3, 12)
ne 18.1.	3 BÁBOVKA 1/3 (1a, 3, 6, 7, 8, 12), GRANKO (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	<b>Varianta 1 (Varianta 1)</b> 3, <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. SLEPIČÍ S MUŠLÍČKAMI-SLEPICE (1a, 3, 9, 12)</b> , LOSOS NA MÁSLE S BYLINKAMI 150G (4, 7, 12), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), KOMPOT JABLKOVÝ (12)	<b>Varianta 2</b> <b>ZAM, CIZI</b> <b>POL. SLEPIČÍ S MUŠLÍČKAMI-SLEPICE (1a, 3, 9, 12)</b> , HOVĚZÍ ROŠTĚNÁ PŘÍRODNĚ-150 g (1a,9, 12), RÝŽE DUŠENÁ, KOMPOT JABLKOVÝ (12)

## Zpravodaj Domova Vesna

- Tak a pro zvědavost, určitě i vaši, jsem pátrala v minulosti až do roku 1970. A zajímalo mě, jak vypadal jídelníček v domově pro seniory (tenkrát v domově důchodců).

Zpátky do minulosti rok 1970 😊 :

<i>Jídelníček 1970 domov pro seniory</i>			
Den	Snídaně	Oběd	Večeře
Pondělí	chleba, marmeláda cikorka	bramboracka; hrách	chleba, tvaroh
Úterý	chleba, sádlo, čaj	zelna; veprové na kmíně,brambory	chleba, salam
Středa	chleba, margarín, tvaroh	vyvar; znojenská, rýže	chleba, škvarky
Čtvrtek	chleba, marmeláda	hrach; cocka, vejce	chleba, taveny syr
Pátek	chleba, margarín	brambor; šišky	chleba, zeli
Sobota	chleba, maslo, med	vyvar; pečené maso,brambory	chleba, sunka
Neděle	Chleba, máslo	Vývar, pecené kuře, brambory	Chleba, vejce

## Zpravodaj Domova Vesna

**Takže skoro cca 50 let a stravování je úplně někde jinde a myslím, že opravu rozmanité, bohaté a pestré.**

***Bon appetit 😊***

***Vedoucí stravovacího provozu a nutriční terapeutka Naděžda Škutová  
s celou partou kuchyně***

***A v příštím čísle se rozepíšu o kávičce. A dám recept na oblíbený  
hraběčnin řez.***



## Zpravodaj Domova Vesna

### Úspěchy Domova Vesna

- **Národní cena Pečovatelka roku** – na toto ocenění jsme navrhli p. Magdalénu Venglářovou, která je metodikem bazální stimulace, ale také zaváděla bazální stimulaci v domově.
- **Cena plamen lidskosti 2025** – byl přihlášen v kategorii „Dream team“ – tým koordinátorů Domova Vesna .
- **Rekonstrukce výtahu** – v prosinci byla dokončena rekonstrukce poslední malého výtahu.



## Zpravodaj Domova Vesna

- **Oceňování pracovníků v sociálních službách** - Letošní slavnostní akt proběhl ve středu 8. října v kulturním domě za přítomnosti zástupců měst Orlové a Petřvaldu. Za naší organizaci byly oceněny: p. Karla Blatoňová - koordinátorka přímé péče a p. Radka Fianová - pracovnice přímé péče. Tímto oceněním jim chceme poděkovat za jejich práci a přístup ke klientům.



## Zpravodaj Domova Vesna

### Ohlédnutí za uplynulými akcemi

#### Den otevřených dveří



**Orlovské múzy**



## Zpravodaj Domova Vesna

### Vystoupení Radka Žaluda



### Vystoupení p. Edy s harmonikou



## Zpravodaj Domova Vesna

### Mikuláš



### Vystoupení MŠ Kpt. Jaroše



## Zpravodaj Domova Vesna

### Vystoupení ZŠ U Kapličky



### Vystoupení Křesťanského sdružení Benjamín



## Zpravodaj Domova Vesna

### Štědrovečerní večeře



## Zpravodaj Domova Vesna

### Tři králové



### Adra – Lušťovka



## Zpravodaj Domova Vesna

### Plánované akce:

10.2. a 10.3.2026 Canisterapie

Soutěž v holandském biliardu

Zábavné odpoledne

MDŽ

26.3.2026 Westernový ples

Gratulace

## Zpravodaj Domova Vesna

### Na přání p. Mazurové

Na sklonku života není již robota,  
jen prázdné pokoje s kapičkou naděje.  
Přijdou dnes, nepřijdou – chci mluvit s rodinou!  
Mé ruce prázdné jsou, čekám, co donesou,  
po darech netoužím, já se tu usoužím.  
Když potom do oken vkrádá se noc,  
chci lidský kontakt, je to tak moc?

Kde jste mé děti, haló, slyšíte?  
Kdybyste věděly, jak strašně mi tu chybíte!  
Ráda bych tady měla děti každý den  
a nejen když přijde důchodcovský sen.

Pak ruka pečovatelky se ke mně tiše vine  
a její pohlazení je jiné, i když tak milé.  
Tak jen doufám, že jak přijde každého čas,  
nebude nikdo sám a nepocítí zášť.

Ráda bych lidem řekla, že jediný, kdo při mně vždycky stál,  
Byl Ježíš Kristus, toť můj Pán.

S láskou Vaše Flora