

Ledax NOVINY

č. 57

září - listopad 2023

téma: A léta běží, vážení



Josef Maršálek:

„Vším, čím jsem,
jsem rád.“

strana 2

Focení v domovech

strana 5 - 7

Křížovka o dárkový koš

strana 8

Týden sociálních služeb

strana 12

A léta běží, vážení

Čas nezastavíš, tak si ho užijej. Přesně to mi říkávala moje babička Justýna, když měla pocit, že se snažím něco uchvátat. A ukazovala mi na přesýpacích malých hodinách, jak se písek z horní strany přesunuje do dolní. Tenkrát jsem tomu příliš nerozuměla, dnes už vím, co mi chtěla naznačit. Ano, každá hodina má stále šedesát minut a minuta zase jen šedesát vteřin.

Nedávno jsem si ale přečetla, že je opravdu vědecky dokázána přímá úměra s vnímáním času a počtem našich nových vzpomínek. Jak stárneme, stále nás prý obklopuje víc a víc rutinních povinností, takže ty náš mozek jako nové nevyhodnotí a my máme pocit, že léta běží čím dál rychleji. Zkusme se tedy zamyslet nad tím, co nového do svého dne zařadit. Třeba vydat se na procházku novou trasou, přečíst si zajímavou knihu nebo vyzkoušet netradiční moučník podle receptu z časopisu. Prostě začněme dělat něco, co nám přinese nové zážitky. A tedy i nové vzpomínky.

Ano, čas sice nezastavíme, ale můžeme ho začít využívat ve svůj prospěch. Tak s chutí do toho!

Mirka Nezvalová

Vším, čím jsem, jsem rád

Říká v rozhovoru cukrář Josef Maršálek a dodává, že by jednou chtěl, aby o něm říkali, že byl především člověk. Usměvavý muž s rozcuchanými kudrnatými vlasy mi připomíná postavu z nějakého renesančního obrazu. Možná ho znáte jako porotce z televizní soutěže Peče celá země, pořadu Buchty po ránu nebo máte doma některou z jeho knižních kuchařek. A na podzim už ho budete potkávat na obrazovkách jako tanečníka soutěže Star Dance. Nic vás ale nepřipraví na jeho bezprostřednost, s níž vytáhne z ledničky moučník, připraví vám kávu podle vašeho přání, navíc se kouzelně usměje a je ochoten vám odpovídat na cokoliv.

Kdy jste vlastně poprvé poznal, že budete cukrářem?

Mám fotku, kdy sedím na starém otomanu, na klíně ořechový dort s čokoládovou polevou od tety Viktorky se třemi svíčkami k mým narozeninám a nevnímám to fotografování, ale především ten úžasný dort. To je ve mně jako první impuls. Bohužel rodina moji vášeň pro cukrařinu nesdílela. Učil jsem se natolik dobře, že máma „zatlačila na pilu“ a já musel na gymnázium. Protože jsem hrál na akordeon, tak jsem dokonce na té základní umělecké škole rok učil. Po složitém domácím vyjednávání jsem si nakonec sbalil portfolio fotek s mými cukrářskými výtvy a vlastně utekl do Prahy.

Vlak do Prahy byla ta vytoužená cesta ke svobodě?

Ano. Rychlík z Hranic na Moravě jel víc než čtyři hodiny a já po úžasné euforii svobody zažil po vystoupení tvrdý střet s realitou. Kde budu bydlet? Koupil jsem si v trafice noviny

Annonce a dvě hodiny obvolával nabídky k bydlení. V batohu jsem měl knížky, dva kuchařské rondony a pár kousků oblečení. Nakonec jsem byl úspěšný. Bydlení jsem sice měl, ale ne práci. To byla zrovna ta velká povodeň, kdy se provozovny zavíraly. Naštěstí hned na druhé adrese v Lucemburské ulici 13 jsem narazil na podnik Miroslava Šika. Mimochodem, to je táta známého fotbalisty Patrika a modelky Kristýny. Viděl mé portfolio a dal mi šanci v provozovně pro zakázkovou výrobu.

Který vlak Vás nakonec dovezl do Londýna?

To je taky zajímavá historka. Já jsem na gymnáziu panu magistru Mlčochovi slíbil, že když mi dá dvojku z angličtiny a nezkaží vyznamenání, tak nikdy už s tímhle jazykem nebudu mít nic společného. Ale po třech letech u Šiků přišla spolužačka Markéta s tím, že můžeme jet do Skotska trhat maliny a vydělat si spoustu peněz. Já váhal, protože v Praze už jsem se upsal ke studiu kuchařské školy, a dokonce jsem začal dálkově

studovat i vysokou školu hotelovou. Všechny soukromé a drahé. Tehdy, v roce 2005, jsem měl za 180 hodin práce u Šiků 9 610 korun hrubého měsíčně. K tomu navíc ještě brigádu u Roberta Chejna, mimochodem dnešního provozovatele známého hotelu Château Kotěra. Nikam se mi proto jet nechťelo. V té době mě oslovila na jedné cukrářské soutěži agentura Asendia a nabídla mi zprostředkování práce v Anglii. Nakonec mi vyšperkovali životopis tak skvěle, že já, triadvacetiletý cukrář Josef, jsem dostal za pár dnů hned dvě nabídky. Jednu do pětihvězdičkového hotelu v lázeňském městě Bath a jednu do tříhvězdičkového v Birminghamu. Tak jsem kývnul na to jediné místo s horkými termálními prameny a 17. července 2007 tam odletěl.

Vy jste si tam ale vymohl docela zajímavou smlouvu.

Dálkově jsem pořád studoval v Praze na vysoké hotelové škole, dokonce jsem se upsal na magisterské studium, takže jsem vždycky tři ►



Josef Maršálek na křestu knihy „Sexy dorty“ s Lucií Bílou a Simonou Stašovou

„Celý život jsem byl obklopen lidmi nejméně o jednu generaci staršími a vždycky to pro mě byly obrovské autority.“

Josef Maršálek

týdny pracoval a týden měl na školní povinnosti. Podobně jsem si to pak nastavil v Harrods v Londýně.

Prý jste pekl zákusky pro samotnou královnu Alžbětu.

Je strašně zvláštní, že jednou někde řeknete, že jste týden pekl v Buckinghamském paláci, a už se mě na to ptají pokaždé. Ano, šest dní jsem tam od rána do večera pekl takové speciální anglické vdolky, které se podávají k odpolednímu čaji. Strašně mě to nebavilo, ale bral jsem to jako zkušenost, protože je velké privilegium dostat se tak blízko do instituce, která funguje po staletí. Ale zjistil jsem, že královna místo toho, aby je baštila sama k tomu čaji, tak je drobí těm svým velšským corgiům. Usoudil jsem, že tohle už nikdy, a protože to byla práce přes agenturu, tak jsem rychle upaloval pryč.

A agentura Vás poslala na třítydenní práci do Harrods.

Ano, Harrods v Londýně je jeden z nejluxusnějších a nejproslulejších obchodních domů na světě. Když mi po těch třech týdnech nabídli trvalý pracovní poměr, tak jsem počítal, že tam zůstanu tři roky. Nakonec z toho bylo sedm a půl roku. Tehdy jsem si oficiálně vybral roční neplacenou dovolenou s tím, že se vrátím na svou pozici. Odjel jsem do Indie za kamarádem, s nímž jsem dřív pracoval a kterému jsem pomohl nastartovat expanzi jeho maličké cukrárny. To se opravdu povedlo. Tehdy tam pracoval s manželkou a dalšími čtyřmi zaměstnanci. Dnes má jeho firma 450 zaměstnanců a těší mě, že jsem součástí tohoto příběhu. Moje skici upečených výrobků tam dodnes používají jako část interiérového designu.

Josefe, Vy jste se ale do Harrods už nevrátil, ačkoliv Vám nabídli vstup po červeném koberci...

Čekal jsem tehdy v pátek večer v listopadu 2014 na letišti v Hajdarábu na svůj ranní let do Londýna a kama-

rád mi přeposílal fotky z každoročního ceremoniálu v Harrods, kdy se rozdávaly ceny pro nejlepší zaměstnance na různých pozicích. Já získal cenu Manažer roku, cenu pro tým a ještě cenu Kuchaře roku, což tam poprvé v historii získal cukrář. A na tom letišti jsem si řekl, že mé dny v Londýně jsou sečteny. Ano, nabídli mi velké povýšení se spoustou úžasných benefitů, ale já chtěl dál dělat práci svých snů – cestovat po světě, ochutnávat, sosat atmosféru a přinášet nové výrobky. Tak jsem odmítl a myslím, že mi to nikdy neodpustili. Je ale pravda, že práci, kterou jsem tam dělal já, tak dnes dělají tři lidi.

Nezahodil jste svou životní šanci?

Harrods miluju. Je to multikulturní společnost. Tam tenkrát pracovalo 127 národností, pět a půl tisíce zaměstnanců, z toho jen 650 dělalo jídlo a pití ve 32 restauracích. Já měl na starosti s týmem vytváření nových výrobků a uvádění je do oběhu. Musely přinášet zisk a mít příběh. Pracovalo se tam s těmi nejluxusnějšími ingrediencemi. Pro představu – když si cukrář koupí knížečku s plátkovým zlatem tak se 30 lístky, váží jeden gram. Stojí asi 1 500 korun. My ho tehdy spotřebovali až 300 gramů týdně. Vanilky, která vyjde na kilo cenově jako stříbro, se spotřebovala kila. Pro mě byl Harrods obrovská škola, kdy jsem se naučil přestat počítat pětikoruny a začal počítat v tisícikorunách. A přestal jsem se bát velkých rozhodnutí a velkých čísel. Když totiž chcete v životě něčeho v jakémkoliv oboru dosáhnout, nesmíte se bát experimentů. Prostě musíte zkoušet.



Pořad Peče celá země

Bez toho nikdy nezjistíte, jestli to funguje.

Byl to velký experiment, vrátit se z Londýna do Čech?

Bez toho návratu by nebylo nabídky z České televize, která získala anglickou licenci BBC k pořadu Peče celá země, tedy tam Bake off. Zavolał mi tehdy Petr Míl z televize, že jsme se sice nikdy neviděli, ale když si zadal do Googlu cukráře v Česku, tak jsem mu tam vypadl taky já. Zažil jsem, jak se Anglie vysíláním tohoto pořadu obrovsky změnila. Tak jsem poslechl svou intuici a okamžitě dohodl schůzku na další den. Věděl jsem totiž, že přesně tohle je ten okamžik, kdy jde okolo vás štěstí a vy musíte hned natáhnout ruku a chytit ho za vlasy a přitáhnout k sobě. Mám okolo sebe pár lidí, kteří jsou mi hodně blízcí, a vím, že takový okamžik promeškali.

Stal jste se televizní celebritou, takže odtud byl už jen krůček k účasti v pořadu Star Dance.

To byla ještě hodně dlouhá cesta. Pořad Peče celá země má před uvedením třetí řady a mezitím jsme s Terezkou Bebarovou natočili dalších dvacet dílů nedělního seriálu Buchty po ránu. Myslím, že sledovanost překvapila i samotnou Českou televizi. Když si to totiž ►

Josef Maršálek (41)

Cukrář, který z malé moravské vísky odešel sbírat zkušenosti do světa. Absolvoval i vysokou hotelovou školu. Je autorem šesti knih (Péct, milovat a žít, Moderní česká cukrařina, Sexy dorty, Moje sváteční pečení, Kynuté a Čas na pečení – Tereza a Josef). Je rovněž porotce v už natočené 3. řadě soutěže Peče celá země a s Terezou Bebarovou natáčí další díly nedělního televizního seriálu Buchty po ránu. Se svým partnerem Petrem Tejmlem žije v Dubném u Českých Budějovic.



Josef Maršálek a Tereza Bebarová

pusť v neděli v půl deváté ráno skoro půl miliónu lidí, tak to už o něčem svědčí. A k tomu tancování? Kývnul jsem na nabídku v Karlových Varech na jedné párty asi po třech skleničkách prosecca. Předtím mě nadřizená producenta pořadu Peče celá země Lucka Kapounová přijela přemlouvat do zákulisí natáčení a já odmítal a odmítal. Říkal jsem, že chci svoje máslo, cukr, mouku, čokoládu a pro to jsem se narodil. Proč to nenabídnou někomu, kdo by pro takovou šanci vraždil? Bohužel mi znovu zavolala ve chvíli, kdy jsem byl lehce ovíněn a já jsem tedy řekl, že to беру.

Uplácíte při trénincích svou taneční partnerku Adrianu Maškovou sladkostmi?

To zásadně nikdy nedělám. Myslím, že jsme si lidsky úžasně sedli. Nedávno jsem jí řekl, že když se ptali Michelangela, jak vlastně tu sochu Davida udělal, že tak vystihl ty svaly, tak odpověděl, že David v tom kamenném kvádru vždycky byl. Stačilo jen odstranit přebytečné kousky. Doporučil jsem proto Adrianě, že teď musí ona odstranit ty přebytečné kousky ze mě, aby tam objevila toho tanečníka.

Uděláte z téhle tanečnice a studentky architektury také cukrářku?

Vzal jsem ji v červnu na jeden svůj kurs v Gourmet akademii. Myslela si, že bude okukovat, ale dostala zástěru, recepty a po čtyřech hodinách si odnášela krabici s tartaletkami. Každý umíme něco. A i když nejsem tanečník, tak беру Star Dance jako prestižní záležitost. Nemám žádné ambice, chci si to jen užít a nepokazit práci těm lidem, kteří na projektu pracují.

Za lásku k cukrařině vlastně vděčíte také svým babičkám.

Ano, jedné bylo 83, druhé bude 80 napřesrok. Obě žijí v mé rodné moravské vesnici Kyžlířově, a i když už nemají tu energii jako kdysi, zase ji dokážou získávat od svých blízkých. Celý život jsem byl obklopen lidmi nejméně o jednu generaci staršími a vždycky to pro mě byly obrovské autority. Všichni jednoho dne budeme senioři a budeme rádi, když k nám okolí bude mít úctu. To je přesně to, co chci, až zestárnu.

Děkuji za rozhovor.**Mirka Nezvalová****Mýma očima**

Báječný společník pro rozhovor tak dlouhý, že se na naše stránky nemohl celý vejít. Tak ve stručnosti: po nastěhování přesvědčil svého partnera Petra, že na zahradě rozhodně nemůže být jen trávník. Jejich vysoké záhony jim tak nabídnou víc než 30 druhů rajčat, a to nemluvíme o všem dalším. Na zahradě jsou v domečku želvy, které na zimu stěhují do sklem ohrazeného prostoru v obýváku. Tomu vévodí obrovské akvárium, na rybičky jsem se ani nestihla zeptat. Vyprávěl mi ale o své párty svatbě s Petrem, který na Jihočeské univerzitě přednáší o chovu drobných zvířat a taky etologii, což je nauka o chování zvířat. Doufá, že jejich nynější snubní prstýnek je jen příslibem pro svatbu skutečnou, až ji české zákony umožní. Rozhodně se nechtějí jen registrovat jako nějaké auto... Oba sní o tom, že si v okolí pronajmou tak hektar pole, aby tam pěstovali další rostliny, zeleninu a ovoce a byli ještě víc soběstační. Moučník Earl Grey, který mi nabídl, jsem si nakonec vychutnala až doma. Byl fakt úžasný.

Centrum sociálních služeb Domus

Místo, kde se dobře žije...

Léto jsme si užívali, jak se říká, plnými doušky. Sluníčko nás letos nezklamalo, hodně času jsme trávili venku na terase, kde i pečujeme o květiny, nebo pod pergolou. A těch činností, co zvládneme udělat: cvičíme jemnou motoriku, trénujeme paměť, každý měsíc slavíme narozeniny, hrajeme Bingo, stolní hry, skládáme puzzle, malujeme, proběhlo také první svaté přijímání našeho klienta. Někdy si jen tak povídáme u kávy. Chodíme na procházky do Bělského

lesa, a když je hodně teplé počasí, tak se nezapomeneme osvěžit zmrzlinou. Náš fyzioterapeut Ján Valalík se nám hodně věnuje a společně s virtuální realitou s námi dělá divy. Ale hlavně se společně hodně nasmějeme a všechno, co děláme, děláme s chutí. Pokračuje canisterapie a zooterapie, navštěvuje nás paní Pavla Dejová, majitelka nedaleké farmy, návštěvy bývají veselé a její svěřenci jsou úžasní.

Jak nám to jde, můžete posoudit na našem novém webu www.ledax.cz. Najdete tam krásné fotografie. A protože nový web si zaslouží i nová foto, tak jsme zorganizovali velké focení. Všichni jsme si to báječně užívali. Bylo skvělé, že měli čas i majitelé farmy a fotograf Dan Kopečný nám udělal krásné fotky i se zvířátky. Máme velkou radost, že na focení přišla i sestra Beáta.

Přejeme všem krásné babí léto.

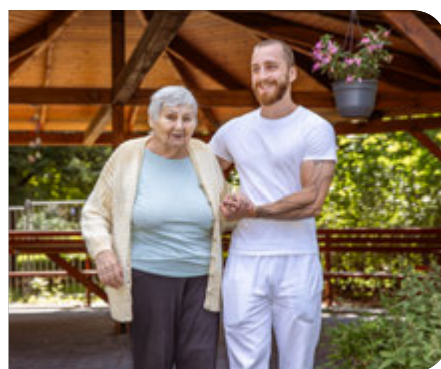
Jana Mrázková



Pečujeme o zdraví klientů



Relaxační místnost



Procházka s fyzioterapeutem



Venkovní kuželky



Setkání se sestrou Beátou



Virtuální realita



Pečujeme o květiny



Zooterapie

Centrum sociálních služeb Emausy

Péče s dobrou adresou...

Ve čtvrtek 22. června se konala tradiční zahradní slavnost, kterou zahájila Martina Primaková, ředitelka CSS Emausy. Slavnosti se účastnili nejen klienti, ale i rodinní příslušníci, o zábavu se postarali šansoNOVÍ reBRELOVÉ Jana Nepomuka Piskače, kteří předvedli nezapomenutelný RESUSCITÁL světového šansonu. Zahráli jak původní skladby od Jacquese Brela, G. Brassense, V. Vysockého, B. Okudžavy a dalších, tak i autorské přebásnění Jana Nepomuka Piskače. Jeho komentáře k jednotlivým skladbám byly velmi zábavné. Celé vystoupení bylo

úžasným zážitkem. Počasí nám opravdu přálo a pochutnali jsme si na ne skutečně dobrém občerstvení.

Naše dny jsou naplněny spoustou činností. Zpíváme si pro radost, společně slavíme každý měsíc narozeniny. V červnu nás potěšili svou návštěvou studenti Česko-anglického gymnázia v Českých Budějovicích. Velmi rádi si vyprávíme u šálku kávy nebo čaje. Probíhají různé terapie jako např. arteterapie, ergoterapie, aromaterapie, zooterapie. Naši pracovníci nás někdy vezmou na procházku, ta se zastáv-

kou v cukrárně patří mezi obzvlášť oblíbené.

Určitě jste zaznamenali, že máme nové webové stránky. Nový web potřeboval nové fotografie, které s námi nafotila v červenci fotografka Nela Pazourková. Před samotným focením probíhaly velké přípravy. Hodně jsme se nasmáli, všichni jsme si to skvěle užili a výsledek posuďte sami na našem novém webu www.ledax.cz nebo níže ve fotoreportáži.

Martina Primaková



Zooterapie



Ranní rozcvička



Procházka s fyzioterapeutkou



Posezení u kávy



Bereme život s úsměvem



Posezení v zahradě



Posezení u kávy

Domov pro seniory Vysoké Mýto

Místo, kde je vždy někdo na blízku...

Užíváme si letní pohodu. V létě díky sluníčku děláme vše s větší lehkostí a radostí. Před odchodem na prázdniny se s námi přišly rozloučit děti z mateřské školy Pod Smrkem. Připravily si pro nás cvičení z logopedie i rozcvičku na unavené svaly. Poděkovali jsme jim za jejich návštěvy, popřáli krásné prázdniny a budoucím prvňáčkům hodně úspěchů ve škole.

Každý měsíc se společně radujeme při oslavě narozenin. Rádi zpíváme, někdy i na zahradě, náš zpěv doprovází na kytaru naše Adélka. Chodíme na procházky, a když je teplo, tak se osvě-

žíme třeba zmrzlinou. Při grilování si skvěle pochutnáváme na grilovaných specialitách. Rádi relaxujeme v našem Snoezelenu. Milým překvapením pro nás bylo vystoupení papoušků. To byste nevěřili, co všechno se dokážou naučit! Velkou událostí byla návštěva paní Okáčové z Blanska. Přivezla nám ukázat svoje lamy a pejsky vycvičené k terapii. Lamy jsme nakrmili, pohladili a došlo i na polibek. Povídání paní Okáčové o lamách a o životě na farmě bylo velmi zajímavé. Za návštěvu moc děkujeme.

A protože máme nové webové stránky, tak jsme potřebovali nové fotografie. Focení proběhlo začátkem srpna s fotografem Radkem Štěpánem. Skvěle jsme se bavili. Práce modelek není opravdu lehká. Poslední focení proběhlo před dvěma lety a náš králík Piškot byl tenkrát velmi nevrlý a svou nelibost dával najevo. Tentokrát byl velmi milý, někdy jsme měli pocit, že si focení užívá stejně jako my. Naše fotografie jsou již na novém webu www.ledax.cz. Prohlédněte si krátkou reportáž na této straně.

Bohdana Turková



Péče o květiny



Ranní rozcvička



Hurá na procházku



Lamy na návštěvě u klientů



Člověče, nezlob se! pod pergolou



Někdy stačí pohlázení

VILA MARIE VYSOKÉ MÝTO

Denní stacionář je otevřen, naše služby poskytujeme lidem z Pardubického kraje od 55 let věku, kteří žijí doma s rodinou a neobejdou se bez neustálé pomoci jiné osoby z důvodu věku nebo zdravotního postižení (vhodné pro lidi s Alzheimerovou chorobou a ostatními typy demencí). **Díky naší péči mohou naši klienti aktivně strávit den ve společnosti svých vrstevníků.** Pečující rodina může i nadále chodit do práce či se věnovat jiným aktivitám. Velmi rádi přivítáme nové klienty. Jakékoliv dotazy vám ráda zodpoví naše sociální pracovnice. **Pronájem zdravotnických pomůcek** je v provozu, v případě zájmu nás, prosím, kontaktujte telefonicky nebo e-mailem. **Senior Point** je veřejnosti k dispozici, můžete využít i bezplatného právního poradenství prostřednictvím e-mailu či telefonicky.

Kontakt:

Jitka Vincencová, vedoucí denního stacionáře, telefon: 724 009 603, e-mail: vilamarie@ledax.cz
Komenského 199, 566 01 Vysoké Mýto, www.ledax.cz

POMŮCKA: ANKH, ÁSA NA BITE, ODD	SPOLEČEN- SKÝ TANEC	TUJE BOTAN.	TITUL DOKTORA ZKR.	NÁZEV AU- TOBAZARU		INICIÁLY ZPĚVÁKA HEJMY	ZÁVĚREČ- NÁ ČÁST KNIHY	ENZYM SLINNÝCH ŽLÁZ		ZNAČKA LEPENKY	DŘÍVE ZASTAR.	JÍDLO		MASARY- KOVA UNIVERZITA ZKR.	LIČHÝ ANGLICKÝ	KLAVÍR	BEZLISTÝ STONEK
PLAT					ČÁST DNE ZKR.				INICIÁLY RUSKÉHO LÉKÁŘE PAVLOVA				PLEMENO PSA PULKA VEPŘE				
LETADLA ZASTAR.					POVEL VOZKY DOVEDNOST				VYRÚŠT ZE SPÁNKU TAJENKA								
PAN ANGLICKÁ ZKR.			CITOSLOVCE BOLESTI URČITÝ ČAS, USEK			SOUHLASKA SE SUMEM ULTRAFLA- LOVÝ ZKR.								SHLUK LIDÍ JINÝM ZPŮSOBEM ZASTAR.			
CITO- SLOVCE BAFNUTÍ				MIŠENEC ŘEKY						STARÝ TYP SKODY HOV. MOTOROVÉ PLAVIDLO					ANGLICKÝ NESOUHLAS STARÝ ČES- KÝ PENÍZ		
OFOUK- NOUT					ČESKÝ ZPĚVÁK HYDROXID SODNÝ						ASIAT ŠTÁTNĚ ČÍSLO						
	DŮVĚRA	ZNAČKA LIMONÁD POVLAK NEČISTOTY				PŮVODCE NEMOCI JEDEN ZE SMYSLŮ						NAROZEN ZKR. ZKRESLENÝ VJEM				NAPLNĚNÁ	SKUTEČ- NOST
TERMIT							SPOJOVACÍ SOUČÁSTKA VÁHOVÉ JEDNOTKY						AROMATICKÁ BYLINA RÝŽOVÁ PALENKA				
JÍL SLOVEN.			BRIT. HEREC MIT MOŽNOST HOVOR.					NEŠKOVÉ BYVALÝ SLOVENSKÝ PREZIDENT						KŠANDY ROUBENÁ CHATA			
AMERICKÁ HUDEBNÍ SKUPINA				KARIBSKÝ STAT VOZÍK						4. PLANETA SLUN. SOUS. KOUZLO SLOVEN.					POPEVEK POHYB PO LANĚ		
TROPICKÝ ZÁCHVAT					ZAKLINĚNÍ SOUPEŘE V BOXU ZAVAZADLO						VOJENSKÁ HODNOST STŘEDOV. ZBOJNÍK						
	HOŘKÝ ALKO- HOLICKÝ NÁPOJ	CITOSLOVCE ČAKNUTÍ SVAZEK OBILÍ				OBYVATEL SVĚTADILU ŠPIČKA						KOUPÉ KNIŽNĚ ZN. ŠPANĚL- SKÉHO VOZU				VESNICE	VLASTNÍ ZPĚVNĚMU PTÁKU
DRAVÁ RYBA						ČÁST KRAJE OŠKUBAT							NOTES BARVA V KARTÁCH				
NĚMECKÁ PŘEDLOŽKA V			KUDRNATÝ ÚČES ZPĚVÁK JIRÍ ???				DOSAHL LETU VÝŠETŘENÍ MOZKU							TELEVIZNÍ KABELOVÝ KANÁL ZÁVAZEK			
POSLEDNÍ ROZMBERK				KOVBOSKÁ SLAVNOST HUDEBNÍ STYL					SEVERSKÉ MUŽ, JMÉNO V TENTO DEN						SNÍŽENÝ TÓN E VYHNANSTVÍ		
TĚLO- CVIČNÝ PRVEK					SMĚR VÝVOJE NETEČNÝ PLYN						TÝKAJÍCÍ SE MLÁDEŽE KRAVY TAHLE						
	KOKAIN HOVOR.	POVRCHOVÁ VODA NAPUCHLÉ MÍSTO				OBCHODNÍ ZÁSTUPCE SOUČÁST DVEŘÍ							PSACÍ NÁČINÍ ZDE			NEHLUČNÁ MÍSTO	ŘÁJ
POJETÍ							MASO ANGLICKÝ HOSPODÁŘ- SKÉ KRMIVO						KOUSNOUT ANGLICKÝ TĚLO				
OBURNÝ TRANSPOR- TÉR ZKR.			ZVLÁŠTĚ NÁREČNÉ BĚLOUŠ			NEODEJÍT VYZÝVAVÉ								OBYVATEL- STVO NILSKÝ KŘÍŽ ZASTAR.			
PROUTĚNÁ NÁDOBA				JÍMKA FILMOVÁ VYSOKÁ ŠKOLA					ŘEKA V OSTRAVĚ JEDNOTKA SVÍTIVOSTI						REVOLUC. ??? GUEVARA DOUPATA		
SPORTOVNÍ PLAVIDLO					NÁDOBA NA VÁŘENÍ KUCHYŇSKÉ NÁČINÍ						ČIN, ČAJ ŽIDOVSKÝ NÁBOŽEN- SKÝ KODEX						
	STAV BEZ PENĚŽ HOVOR.	VAZAL CIZÍ ZNAČKA KOSMETIKY				PROJEVO- VAT UNAVU UMĚLÝ ČLOVĚK							PR. KOMOR. ORCHESTR INIC. HER. ISSOVÉ			MUŽSKÉ JMÉNO	POLOHA V JOZE
ODMĚNA PRÁVNÍMU ZÁSTUPCI							EMBLÉM ČÁSTI PÁNSKÝCH OBLEKŮ						SEBE- VĚDOMÁ TĚLOVÝCH, JEDNOTA				
INICIÁLY HERCE SOBOTY			NĚMECKÉ JMÉNO KAMARÁDI TÁB. OHNŮ			BYDLET ČASOVÝ USEK								ANO ANGLICKÝ ČÁST ÚST			
ODDĚLENÍ TECHNICKÉ KONTROLY ZKR.				IHNED INICIÁLY SPISOVATE- LE PETIŠKY							INIC. MODER. ROSAKA INIC. HERCE RODENA				CHEM. ZN. SODÍKU CHEM. ZN. LITHIA		
PŘENOSNÝ POČÍTAČ ANGLICKÝ									STŘEDO- VĚKÁ STŘELNÁ ZBRAŇ				PATŘÍČÍ ELE				
ČÁSTI KONVÍ									ÚDAJ NA DOPISE ZKR.				EVROPSKÁ ŘEKA				

Jan Werich: Bejt chytrej, to je jedinej majetek,... (dokončení v tajence) Správné znění posílejte na adresu: Ledax o.p.s., Riegrova 1756/51, 370 01 České Budějovice. Obálku či korespondenční lístek prosím označte heslem „Ledax NOVINY“ a k Vaší adrese připojte i telefonní číslo, nebo pošlete na e-mail: info@ledax.cz, do předmětu napište „Ledax NOVINY“. Správné odpovědi budou slosovány a výherce obdrží **dárkový koš v hodnotě 700 Kč**. Uzávěrka bude 8. 11. 2023.



	7	6		2				
	8		6					
5		2	8					1
3	4							5
		9	7	1	8	3		
6							9	2
1					2	6		8
					3		1	
				4		7	5	

Tajenkou křížovky z 56. čísla Ledax NOVIN byl citát Jeana-Jacquesa Rousseaua: „**Je třeba být si trochu podobní, abychom si rozuměli, ale trochu rozdílní, abychom se milovali.**“

Výherkyní se stala paní **Věra Smirnovová (na fotografii s manželem) z Českých Budějovic.**

Dárkový koš předala paní Petra Kámenová, vedoucí střediska Ledax v Českých Budějovicích. Za Ledax gratulujeme.

Rozhovor

Poděkování od rodiny seniora mě vždy potěší

Jaké je to pracovat v domově pro seniory? V krátkém rozhovoru s vrchní sestrou Domova pro seniory Vysoké Mýto Bohdanou Turkovou nahlédnete na péči o seniory z trochu jiného úhlu pohledu, než jste zvyklí.

Kdybyste si znovu vybírala mezi prací v nemocnici a v domově pro seniory, co byste zvolila?

Určitě bych nepřemýšlela ani vteřinu a byl by to domov pro seniory. Ta práce je úplně jiná než v nemocnici. Senioři tady jsou více jako doma, jsou aktivizováni, jezdíme s nimi na výlety, organizujeme pro ně různé akce i narozeninové oslavy. Využíváme také nové technologie jako virtuální realitu, ať při nácviku jemné motoriky, nebo se senioři díky ní podívají do míst, kam už by se nikdy nedostali.

Co Vás na práci nejvíce baví?

Nejvíce mě těší práce se seniory. Když se rodina již není schopna o seniora postarat v domácím prostředí, zejména kvůli jeho zdravotnímu stavu, my jako domov můžeme s péčí o seniora pomoci a zkvalitnit mu život na jeho sklonku. Senior by byl doma i převážně sám, my mu můžeme zajistit i kontakt s jeho vrstevníky. Moc mě potěší, když nám rodina za naši péči o jejich

blízkého poděkuje. To si myslím, že je asi to nejhezčí na naší práci.

Jaké jsou pro Vás benefity práce v Ledaxu?

Je tady zajímavá, stabilní a celkem klidná práce v přátelském kolekti-

vu s možností profesionálního růstu. Sama oceňuji hlavně příjemné a hezké prostředí a také skvělý přístup ze strany vedení.

Děkuji za rozhovor.

Jana Grillová



Bohdana Turková s klientkou při zooterapii

Benefiční akce s názvem Každý gól pomáhá se povedla na výbornou



Na fotografii vidíte tým, který v pátek 23. června „vykopal“ na Srubci výtěžek 50.000 Kč pro nadaci Jihočeské naděje a dalších 50.000 Kč pro náš **Domácí hospic Ledax**! Za tým Domácího hospice Ledax se aktivně zúčastnila fundraiserka Pavlína Čalounová. Děkujeme všem, kteří tuto akci podpořili. Zvláštní poděkování si zaslouží hlavní organizátor akce – pan Josef Škrleta a společnost **OSAM TRADE**. Děkujeme, že nám pomáháte, a již se těšíme na další ročník.

Jan Michl

Domácí hospic Ledax pořídí z daru polohovací pomůcky

Finanční dar ve výši 20 tisíc korun předali Domácímu hospici Ledax v Českých Budějovicích ve čtvrtek 13. července 2023 zástupci **Nadačního fondu Umění doprovázet**.

„Mezi důležitými pomůckami, které v péči o těžce nemocné klienty využíváme, jsou i různé polohovací

pomůcky, které nejen zabraňují vzniku dekubitů u klientů, ale také šetří záda našich pracovníků,“ říká ředitelka společnosti Ing. Eliška Hájková. „Konkrétně se jedná o podložky pro polohování trupu, polohovací klíny pro polohování dolních a horních končetin a další různé antidekubitní podložky,“ upřesňuje paní ředitelka.

„Kromě toho chceme z daru Nadačního fondu Umění doprovázet zakoupit i čtyři kluzné podložky, které používáme zejména pro usnadnění a ulehčení manipulace s nepohyblivými klienty,“ dodává.

Jedním z projektů NF Umění doprovázet je projekt Přístroje a zdravotnické

pomůcky. „Tímto projektem pomáháme hospicům získávat přístroje a zdravotnické pomůcky, které velkou měrou pomáhají odstranit nejen bolest, ale i další symptomy závěrečných stadií těžkých onemocnění,“ říká Hana Haráková, zakladatelka a předsedkyně správní rady nadačního fondu. „Snažíme se získávat finanční prostředky jak pro již fungující hospice, tak pro ty nově vznikající a od roku 2011 jsme svoji pomoc rozšířili i na domácí hospicovou péči, která umožňuje nemocnému prožít poslední dny svého života v domácím prostředí, mezi svými nejbližšími,“ dodává zakladatelka fondu.

Za celý tým Domácího hospice Ledax děkujeme za podporu!

Jan Michl



Uspěli jsme v projektu ČSOB pomáhá regionům

Domácí hospic Ledax se díky úžasné podpoře od veřejnosti umístil na výborném 2. místě v projektu ČSOB pomáhá regionům v rámci Jihočeského kraje.

Na přelomu června a července se uskutečnil celorepublikový projekt - ČSOB pomáhá regionům, ve kterém se Domácí hospic Ledax dostal až do užšího finále. K podpoře od veřejnosti ve výši 73.505 Kč přibude dalších 50.000 Kč od ČSOB jako bonus. **Celková podpora pro domácí hospic činí krásných 123.505 Kč!**

Získané finanční prostředky budou použity k úhradě nákladů spojených s péčí o klienty domácího hospice, k částečné úhradě mzdových nákladů lékařů, sestřiček, pečovatelek a nákupu zdravotnického materiálu.

Za celý hospicový tým děkujeme za podporu všem dárcům, podporovatelům a ČSOB.

Jan Michl



Informace z terénních sociálních služeb

Ledax na výstavě Šikovné ruce našich seniorů

Ve dnech 15. – 18. 6. 2023 probíhal v Lysé nad Labem již 23. ročník naprosto výjimečné výstavy Šikovné ruce našich seniorů. Více než 3.000 výrobků seniorů z celé republiky, kteří tvoří samostatně nebo s rámci organizací poskytujících sociální služby, zaplnilo celou výstavní halu a bylo opravdu co obdivovat.

Ledax byl tentokrát účastníkem a vystavoval práce seniorů, se kterými na dobrovolné bázi spolupracuje a kteří svými překrásnými rukodělnými výrobky podporují pod značkou Ledax ART Domácí hospic Ledax. Výstava byla soutěžní

a jsme velmi potěšeni, že 3. místo za ručně vyráběné maňásky obdržela paní Libuše Čajková z Českých Budějovic.

Pátek 16. 6. byl zasvěcen vystavujícím seniorům a nesl se v duchu obdivu a děkování všem zúčastněným. Skvělý byl i doprovodný kulturní program v podobě koncertů Kristiána Šebka s písněmi Karla Gotta a Moniky Absolonové.

Velmi tímto děkujeme našim spolupracujícím seniorům, jejichž nezištné práce si velice vážíme.

Kateřina Krchová



Vystoupení dětí ZUŠ Dačice

Vždy je pro nás velkým zážitkem vystoupení dětí ze Základní umělecké školy v Dačicích.

Květa Leitkeřová

Procvičování paměti ve Zlivi

Před prázdninami jsme uspořádali pro naše klienty v klubovně Domu s pečovatelskou službou ve Zlivi procvičování paměti. Celou aktivizaci nás odborně provedla paní Ivana Součková. Všichni byli nadšeni a domluvili jsme si další pokračování na září.

Poděkování

Děkujeme firmě Inovan ze Zlivi, která nám věnovala pro naše klienty přebytky z výroby (jehlice, jehly apod.).

Velice děkujeme.

Naděžda Podhorcová



Informace z terénních sociálních služeb

V rámci týdne sociálních služeb vás srdečně zveme na akce, které jsme pro vás připravili ve střediscích Ledax

Středisko Dačice

- 2. října od 14 hodin** proběhne v Domě s pečovatelskou službou v Dačicích přednáška na téma „Jak nenaletět šmejdům z on-line světa“. Přednáškou vás provede nprap. Věra Mžíková z Krajského ředitelství Policie Jihočeského kraje.
- 4. října od 14 do 16 hodin** se uskuteční v Domě s pečovatelskou službou v Dačicích poslední setkání „Středa s knihou“.
- 4. října od 16 hodin** přivítáme v Domě s pečovatelskou službou v Dačicích v Křesle pro hosta pana starostu Miloše Nováka.

Středisko Trhové Sviny

- 3. října od 15.30 hodin** proběhne v Domě s pečovatelskou službou v Ledenicích „Posezení s hudbou“.

Středisko České Budějovice

- 4. října mezi 9. a 16. hodinou** proběhne „Den otevřených dveří“ v Domě s pečovatelskou službou Plzeňská 42 a Tylova 11 v Českých Budějovicích.

Středisko Jindřichův Hradec

- 4. října od 13 hodin** proběhne přednáška Anděla strážného – SOS tlačítko v Domě s pečovatelskou službou v ulici Větrná 50. SOS tlačítko představí sociální pracovnice Mgr. Zuzana Vodáková.

Středisko Týn nad Vltavou

- 4. října od 14 hodin** proběhne v Klubovně seniorů v Domě s pečovatelskou službou ve Zlivi „Zábavné odpoledne pro seniory při trénování paměti“ s lektorkou.

Středisko Kaplice

- 5. října od 13 hodin** se uskuteční v kanceláři Ledax, Náměstí 70 v Kaplici „Den otevřených dveří“.

Středisko Třeboň

- 6. října od 9 do 17 hodin** se uskuteční v kanceláři Ledax, Táboritská 1288/II v Třeboni „Den otevřených dveří“.

Všichni jste srdečně zváni.



Dostaly se k vám Ledax NOVINY náhodou? Máte zájem o jejich pravidelné zasílání?
Pokud ano, zašlete e-mail na adresu info@ledax.cz anebo zavolejte na 800 221 022.

Ledax NOVINY
ke stažení



Ledax NOVINY - Bulletin společnosti Ledax o.p.s. (Občasník – ročník XIII). MK ČR E 19452.
Vydavatel a redakce: Ledax o.p.s., Riegrova 51, 370 01 České Budějovice
Vedoucí redaktorka: Jana Grillová, redakce: Mirka Nezvalová, Jan Michl, Kateřina Krchová
Foto: archiv Ledax, archiv Josef Maršálek, Nela Pazourková, Radek Štěpán, Dan Kopečný
Grafické zpracování: Daniel Kyncl
Jazykové korektury: Veronika Mrázová
Tisk: Tiskárna PROTISK, České Budějovice

Ledax

Společnost Ledax o.p.s. je
součástí skupiny DfK Group.