

PRO MĚ JSOU STAŘÍ LIDÉ DODNES ZDROJEM VELKÉHO OBDIVU, RESPEKTU A ÚCTY

Říká v rozhovoru zpěvačka Bára Basiková, která uvede svůj adventní benefiční komorní recitál 30. listopadu 2021 od 20 hodin ve Společenském sále Metropol v Českých Budějovicích. 90 % výtěžku z benefičního koncertu půjde do veřejné sbírky na podporu Domáčího hospice Ledax.

Zpěvačka, herečka, spisovatelka, to všechno jste ...

Především jsem v první řadě máma tří dětí. To si myslím, že je moje nejdůležitější, nejzásadnější a nejkrásnější životní role a na ni jsem pyšná.

Vy máte také svůj blog, tedy místo, kde se můžete vypsat ze všech radostí, starostí, podělit se o Vaše názory s ostatními.

Ano, začala jsem ho psát vloni na jaře. Já jsem se psaní věnovala od malička, snad ještě dřív, než jsem šla do školy. Byla jsem totiž zvědavá a tak dlouho jsem asi otravovala tatínka, až mě naučil psát. Pak jsem sepisovala různé povídky, fejetony, psala jsem básničky a v devatenácti letech jsem dokonce napsala román *Rozhovory s útekem*, který byl trochu kontroverzní a vyjít vlastně mohl až po listopadové revoluci. Pak jsem se věnovala psaní nejrůznějších článků a glos do časopisů a taky písňovým textům. Jak šel ale čas, měla jsem nejvíce práce se zpíváním, věnovala se dětem a rodině a na psaní se vlastně vykašlala. A když se vloni na jaře vinou pandemie vlastně zastavil svět, tak jsem najednou byla zaskočená, co s tím časem budu dělat. A dcery mi připomněly, že nastala ta správná chvíle, abych se k psaní vrátila. Tak mi založily blog a já zase měla svůj prostor k vyjadřování. Jmenuje se „Když skočíš, já taky“, a dokonce 18. listopadu půjde jako knížka mezi čtenáře. Už se těším, jak s ní budu jezdit po republice, dělat autogramiády a povídat si s lidmi.

Vy jste taky skočila, a to hodně odvážně. Přímo do domova pro seniory, kde jste pomáhala.

Psaní pro mě byla sice skvělá seberealizace, ale nikdy jsem nebyla ten typ šetřilka,

který pamatuje na zadní kolečka. Bylo třeba vydělávat, umělecký svět byl úplně utlučený, takže jsem si řekla, že je to skvělá příležitost vyzkoušet si úplně jinou práci. Podobně na tom byla řada mých kolegů, ale i všichni zaměstnanci divadel, kulturních domů a řada dalších. Taky jsem ale chtěla pomáhat a být užitečná, takže jsem půl roku pracovala v domově seniorů a letos na jaře zase v dětském domově. Víím, že mě obě tyto pozice bavily a taky nesmírně obohatily a v životě posunuly o hodně, hodně dál.

Co pro Vás osobně ten čas v domově seniorů znamenal?

Já si odjakživa nesmírně vážím starých lidí. Měla jsem to už jako dítě v době, kdy ne všichni vnímají ty starší jako moudřejší a chytřejší. Dítě totiž často bere dospělé jako ty, co ho neustále otravují a pořád po něm něco chtějí. Neuvědomuje si, že ho vlastně formují a vychovávají. Já jsem si vždycky starých lidí vážila, protože mě okouzlovali asi tím, co už mají za sebou. Říkala jsem si, že

i oni byli kdysi dětmi, běhali bosí po louce, pak vyrostli, měli svoje první lásky, pak se vdávali, ženili, narodily se jim děti, prostě takový koloběh. Věděla jsem, že oni vždycky budou napřed, protože to mají odžito. Vždycky jsem ráda poslouchala vyprávění dědečka i babičky o tom, jaké to bylo dřív. A víím, že třeba děti v mém věku to nesnášely, to vyprávění, jaké to bylo za války a jak byli chudí... Mě ale ta historie fascinovala. Moudrost těch lidí, čím vším si museli projít, co všechno museli překonávat. Prostě pro mě jsou staří lidé dodnes zdrojem velkého obdivu, respektu a úcty. Vždycky je mi líto, když vidím, jak se stáří na člověku podepisuje. Že vždycky není jen veselé a šťastné. Doprovází ho nemoci, chátrání jak duševní, tak fyzické, a že je to vlastně strašně nespravedlivé a smutné.

► (pokračování na straně 2)



Navštívila jsem svou první paní učitelku, která mě učila číst, psát, počítat. Učila mě pouze v první třídě, ale byla nejdůležitější učitelkou v mém životě, velmi ovlivnila mou touhu po vědění a lásku ke knihám. Nikdy jí nemohu dostatečně poděkovat za to, co mi předala.

Jako malá jsem chtěla být jako ona – krásná, moudrá, spravedlivá, noblesní, laskavá. Vzhlížela jsem k ní. Oslavila již 81. narozeniny, ale stále je to ta elegantní dáma, velmi inspirativní, milující vše krásné. Její kresba v mém památníku je jednou z nejlepších.

Stejně pozitivní vliv měla i na stovky dalších dětí, které učila, a jsem si jistá, že právě ona velmi ovlivnila svého nadaného vnuka. Přála bych nám všem takové učitele, kteří nám naslouchají a kterým můžeme naslouchat.

Během návštěvy jsem poslouchala její vyprávění a bylo mi moc hezky. Hovořila o své rodině, o svých přátelích, o filmu *Zátopek*, který den před tím zhlédla v kině. O docela obyčejných událostech, které se dějí v jejím životě.

V našich životech se objevují neustále noví a noví lidé. Někteří s námi ujdou kus cesty, někteří se stanou kometou. Ale jsou lidé, kteří nás provází celým životem. Jsou darem. Važme si jejich zkušeností, jsou nepřenositelné, ale je v nich moudrost. Najděme si čas, který s nimi můžeme prožít. Jednoduše jim naslouchejme. Děkuji Vám, paní učitelko.

Jana Grillová



Ondesla jste si odsud i nějaké poučení pro svůj vlastní život?

Obrovskou zkušenost. Vnímala jsem, že někteří v seniorském domově byli aktivnější, vitálnější, ale i ti, kteří třeba byli odkázáni jen na to své křesílko, tak mě fascinovali svým vyprávěním, a byla jsem nesmírně ráda, že jsem se rozhodla pomáhat tam.

Mnozí lidé v seniorském věku se možná stydí požádat o pomoc a mají pocit, že se to nesluší. Přitom by jim taková podpora mohla úžasně ulehčit život.

Toť otázka. Pokud se ve stáří objeví nějaké problémy s mentálními chorobami, tak tam si to spousta lidí už ani neuvědomuje. Mám teď aktuální osobní zkušenost, kdy se jeden náš blízký rodinný přítel hodně přes devadesát let, který byl úžasně vtipný, vitální a energický, najednou začal duševně velmi zhoršovat. On tu pomoc velmi potřebuje, ale odmítá ji, protože si neuvědomuje, že nechává často zapnutý sporák, otevřenou vodu nebo pouští domů cizí lidi z ulice a některé jeho chování je vlastně nebezpečné. Vypadá to úsměvně, ale je to smutné. Myslím si, že je vždycky důležité, aby stárnoucí člověk měl kolem sebe okolí, které mu dává nějakou lásku a ukazuje mu cestu k pomoci. Přála bych totiž nám všem, aby naše stáří bylo krásné a nebyli jsme na obtíž svému okolí. Ale to se mi to teď mluví...

Nejen mluví, ale už i zpívá, protože zase můžete koncertovat.

To mi opravdu dělá velkou radost. Doufám, že už to tak zůstane a nic dramatického se nepříhodí a nezmění. Opravdu strašně moc přeji všem lidem, kteří při lockdownu přišli o práci nebo museli nějakým způsobem zastavit, tak aby se zase zpátky dostali do starých kolejí. Jistě mám radost z koncertů a divadelních představení, ale zároveň už nemám tak velkou radost ze synovy školy. Zase totiž začínou povinnosti a starosti, protože je už v šesté třídě, takže druhý stupeň, a je mi jasné, že to bude náročné. Ale pokud můžeme všichni žít ve zdraví a dělat to, co máme rádi a mít svoje blízké kolem sebe, tak si myslím, že je to prostě to nejkrásnější a není si na co stěžovat.

Chtěla jste být vždycky zpěvačkou?

Je to možná legrační přiznání, ale já chtěla být zpěvačkou od malička. Podle vyprávění jsem tomu prý propadla asi ve čtyřech letech. Bohužel, moji rodiče nebyli zrovna příznivci těchto mých zájmů a příliš nevěřili tomu, že by se mi to mohlo někdy podařit. Jediný, kdo mi v to pomohl věřit a kdo mě k tomu nějakým způsobem vedl, byl můj dědeček. Právě on můj pěvecký talent skutečně objevil a podporoval mě ve všech mých zájmech a taky vodil na nejrůznější kroužky. A když přišla řada těch překážek, počínaje nezájmem

a nesouhlasem rodičů až po nepřijetí na konzervatoř, tak jsem se nevzdala. Pořád jsem zpívala, protože jsem to milovala a věřila, že jednou to vyjde. Naštěstí vyšlo. Asi jsem se ocitla v pravou chvíli na pravém místě, potkala ty pravé lidi a už jsem jela na vlně. Samozřejmě jsem musela tvrdě pracovat, prošla tvrdou školou života, zpívala ve sboru, s kapelami, učila se a získávala zkušenosti. Možná i proto, že jsem nepolevila, šla za svým cílem s úsilím, dřinou a poctivou prací, tak jsem dnes tam, kde jsem.

Na Vašem blogu jsem se dočetla, že časem Vy tedy rozhodně neplýtváte a že je Vám líto každé minuty, kterou prožijete něčím zbytečným.

Já se snažím s časem vycházet nějak smysluplně a hospodárně. Od různých manažerů, producentů i ředitelů divadel mám dovoleno, že všude můžu chodit na poslední chvíli. Ráda totiž čas, který například trávím se synem, chci naplnit skutečně vrchovatě. Dcerám už bude příští rok třicet, májí dávno své domácnosti a partnery i profese, ale stále jsme spolu v kontaktu a máme nádherný vztah. Theo je už ale v začínající pubertě, nebere mě moc vážně, ale samozřejmě mě musí jako matku a autoritu respektovat. Snažím se pro něj dělat vše, co potřebuje. Díky distanční výuce jsem si prošla tím, co učitelé dělají běžně, a všechny je obdivuji. Já sice ovládám výborně český, německý i anglický jazyk, mohla jsem mu být nápomocná v dějepise či zeměpise, ale matematika je pro mě hodně tvrdým oříškem, tam už jsem skutečně selhávala. Máme ale s bývalým mužem střídavou týdenní péči, takže tam to zase skvěle zvládl on. Tvrdím ovšem, že ten rok a půl školního života, který děti musely vynechat, jim bude chybět ve vnímání kontextů a zkušeností. Vůbec jim nezávidím.

Kde berete energii? Stiháte relaxovat?

Nabíjí mě spánek. Když se totiž můžu alespoň občas pořádně vyspat, tak to má blahodárný vliv nejen na moji psychiku, ale i na hlas. Protože když je odpočatý, tak může fungovat a zvládat určité zátky. Pak moc ráda chodím do přírody. Stačí mi třeba jen na chvíli vypadnout do lesa. A pak strašně ráda čtu. To je prostě činnost, kterou si nenechám vzít. Akorát bych potřebovala víc času, protože zjišťuji, že víc knihy kupuju, než čtu. Vínou toho musím občas dokupovat knihovny, abych měla knížky kam dávat. Opravdu se mi doma hromadí, ale zase si mohu třeba vy-

bírat z dvaceti titulů. Teď, když byl syn na táboře, tak jsem četla opravdu intenzivně.

Váš blog „Když skočíš, tak já taky“ hřívá slovními obraty, ale občas neváháte použít i nějaký ten pepřný výraz.

Víte, já jsem velká češtinářka, vždycky mě čeština nesmírně bavila a neskutečně trpím, když vidím hrubky v textu. Vadí mi, jak lidé se svým rodným jazykem zachází. Ale pepřné slovo, pokud je použito v určitém kontextu, tak to mi nevadí. Je ale pravda, že když jsem své blogy připravovala s panem redaktorem Albatrosu pro knihu, tak jsme o tom také debatovali. Na blogu se můžu jako autorka uvolnit, popustit uzdu vášním a já hodně reaguju na věci kolem mě. I na současnou společenskou a politickou situaci, je tam spousta emocí. Ale třeba takový Pan spisovatel Bohumil Hrabal, ten se slovy pracoval neuvěřitelně bravurně, svobodně a rozšafně. U něj i ta sprostá slova měla své místo.

Máte nějaká svá tajná přání? Říká se, že aby si je člověk mohl splnit, musí si o ně nahlas říct...

Asi to v dohledné době udělám. Vždycky jsem si totiž přála zahrát ve filmu. Mám sice mnoho kamarádů režisérů, dokonce jsem jim už říkala, jestli by někde nebyla nějaká rolička, ale zatím nic. Miluju český film, je to obrovský fenomén. Ale když to nevyjde, tak se svět taky nezboží. Hrála jsem v divadle, v muzikálech, účinkovala jsem v projektu Tvoje tvář má

známý hlas, kde odvedli neskutečnou práci maskéři a na nás bylo už jen napodobit toho interpreta. Bylo to náročné, já tam byla z té řady nejstarší, poznala jsem, že jsem si vzala opravdu velké sousto, ale pro diváky to byla určitě skvělá show. My zúčastnění jsme si to taky náramně užili. Třeba se ještě nějaké zajímavé filmové role dočkám, když už teď to přání není tajné. Chci ještě vychovat svého syna tak, jak se mi podařilo vychovat dcery. Aby byl slušný, férový a poctivý a lidi ho měli rádi. To je ale asi přání každé mámy.

Děkuji za rozhovor.

Mirka Nezvalová

Bára Basiková (58), zpěvačka, herečka, spisovatelka, máma 3 dětí. Odzpívala tisíce koncertů, odehrála stovky divadelních představení, v nichž ztvárnila hlavní ženské role. Napsala mnoho písňových textů, povídek, fejetonů, básní, román Rozhovory s útekem. 18. listopadu jí vyjde v nakladatelství Albatros nová kniha Když skočíš, já taky. Za své umění získala nejrůznější prestižní ocenění.

CENTRUM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB DOMUS

Místo, kde je vždy někdo na blízku...

Léto bylo kouzelné, užívali jsme si každý den. Probíhaly tradiční aktivizace: trénování paměti, zpívání při kytáře, filmové odpoledne, čtení, tréninky jemné motoriky, nácviky chůze, společenské hry, tvořivé dílny. Velmi oblíbeným se stalo cvičení s naším fyzioterapeutem. Krásně nám rozkvetla naše zahrádka, o kterou se s láskou staráme. Často jsme hráli zahradní kuželky a hru Pétanque, kterou nám daroval Nadační fond Českého rozhlasu a která nám přinesla hodně radosti.

V srpnu bylo velkým zpestřením společné focení. Celým Domovem zněl smích, pan fotograf Daniel Kopečný to s námi opravdu uměl a moc si pochvaloval tým zaměstnanců, který mu skvěle asistoval.

8. září jsme uspořádali již čtvrtou zahradní slavnost. Všechny přivítala generální ředitelka Ledaxu Ing. Irena Lavická. Zahrála nám kapela Lipka. Za skvělý catering děkujeme manželům Horáčkovým.

Všechny informace přinášíme pravidelně ve fotogalerii a v novinkách na www.cssdomus.cz.

Jana Mrázková



Venkovní kuželky



Virtuální realita



Filmový klub



Odpočinek v altánku



Procvičování motorických funkcí



Arteterapie



Zahradní slavnost



Zahradní slavnost

CENTRUM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB EMAUSY

Místo, kde se stále něco děje...

Koncem června jsme se setkali na tradiční zahradní slavnosti. V rámci programu vystoupil již podruhé Vojtěch Adamčík, ředitel Hudebního divadla Ze:Mě, hudební skladatel, dirigent, aranžér, klavírista a klavírní pedagog. Druhým hostem byl šéf opery Jihočeského divadla Tomáš Ondřej Pilař. Vyprávěl o opeře a životě s ní. Za skvělé občerstvení děkujeme City Gastru.

Další velkou oslavou pro nás bylo červencové setkání s harmonikou. Děkujeme pánům harmonikářům Janu Novotnému a Přemyslu Šusterovi, kteří naše uživate-

le pravidelně navštěvují a vždy vykouzlí úsměv na jejich tvářích. Na návštěvy k našim uživatelům začali pravidelně docházet „zvířecí přátelé“ z Ateliéru Simon. Jsme velmi rádi, že se můžeme pravidelně setkávat s kočičkami Katy a Ymmou, které pilně pracují jako felinoterapeutky, a také s pejskem Zoyou, díky kterému jsou canisterapie plně zábavy a potěšení. Opět se pravidelně setkáváme s panem farářem a také se Šarlotou Hambergrovou při návštěvách Potmě. Šarlota pro naše uživatele vždy připraví skvělý program a obohatí tak naše společné aktivity. Děkují všem externím spolupracov-

níkům za skvělý a pozitivní přístup a za dodržování všech pravidel, která jsou nastavena. Jen díky tomu mohou aktivity běžet v plném proudu.

Nezapomeňte navštívit naši fotogalerii na www.cssemausy.cz, kde uvidíte obrazkovou kroniku z našich aktivitací.

A na co se moc těšíme? Nový školní rok nám přinesl dobrou zprávu, připravují se návštěvy našich milých studentů Česko-anglického gymnázia v Českých Budějovicích. Už se nemůžeme dočkat.

Mgr. Martina Primaková



Fyzioterapie



Keramika



Pečení



Felinoterapie



Posezení s harmonikou



Odpočinek



Posezení s harmonikou



Posezení s harmonikou

DOMOV SENIORŮ VYSOKÉ MÝTO

Péče s dobrou adresou...

V létě jsme si užívali sluníčka, trávili jsme co nejvíce času venku při čaji a kávě v pergole, trhali jsme rybíz... Naše aktivizační pracovnice nás rozhodně nenechaly zahálet, neustále pro nás vymýšlely nové aktivity.

V srpnu proběhlo v Domově také focení. Skvělý fotograf Radek Štěpán byl velmi kreativní, statečně mu asistovali všichni, kteří se pohybovali v jeho dosahu. Jedi-

ný, komu se focení opravdu nelíbilo, byl náš terapeutický králík Piškot. Zato canisterapeutický pes George si canisterapii vysloveně užíval.

Moc se těšíme na naše pravidelné setkávání s dětmi z mateřské školy Pod Smrkem, které probíhá v rámci projektu Mezi námi.

Bohdana Turková



Jdeme na procházku



Muzikoterapie



Muzikoterapie



Tvoření



Fyzioterapie



Bubnování



Virtuální realita



Canisterapie s Georgem



Canisterapie s Georgem



Pet terapie



Pet terapie

VILA MARIE VYSOKÉ MÝTO

Denní stacionář je otevřen, velmi rádi přivítáme nové uživatele. Jakékoliv dotazy vám ráda zodpoví naše sociální pracovnice.

Pronájem zdravotnických pomůcek je v provozu, v případě zájmu nás kontaktujte, prosím, telefonicky nebo e-mailem.

Senior Point je veřejnosti k dispozici, můžete si zažádat o Senior pas, ale lze se obrátit i na naše bezplatné právní poradenství po telefonické či e-mailové domluvě.

Volnočasové aktivity jsou s ohledem na bezpečí uživatelů Denního stacionáře přerušeny.

Kontakt:

Telefon: 724 009 603

E-mail: vilamarie@ledax.cz

Bohdana Turková

POMŮCKA: EA, ICI, NEC, RSM, SKET	JEDNO- DUCHÉ PLAVIDLO	STARÁ ZNAČKA ČESKÝCH AUT	1. DIL TAJENKY	INICIÁLY ZÁVODNÍKA ENGEHO	INICIÁLY RUSKÉHO PROZAÍKA TURGENEVA	TRUP SLOVEN.	VYNÁLEZ	INICIÁLY PROZAÍKA KIPLINGA	BRITSKÝ CHEMICKÝ KONCERN	PŘED- HISTORICKÝ KÁMEN	DVAKRÁT SNÍŽENÝ TÓN E	MAĎARSKO BYVALÁ ZKR.	ŠKOLNÍ POTŘEBA	I TENTO	PLACENÁ JÍZDA HOVOR.
LOPOTIT						PRVNÍ HLAS					UMĚLECKÝ SLOH				
VÝSTŘEDNÍ ZERTOVNÝ KOUSEK						JEDNÁNÍ CITOSLOVCE KOŇSKÉHO RŽÁNÍ					SOKOLSKÉ SLAVNOSTI UKAZOVACÍ ZÁJMEMO				
SLOVENSKÉ PLOŠNÉ MIRY				TROU- NIVĚT BYV. ČES. HOKEJISTA				GLOBALNÍ POČÍTAČOVÁ SÍŤ DRUH KONĚ							
NEALKO NÁPOJ					OKR. HYGIE- NICKO-EPID. STANICE OVOC. PARK				TANEČNÍK RICHARD ???			SLOVENSKÝ SOUHLAS KONČETINA			
	V ZADNÍ ČÁSTI	LISOVACÍ ZAŘÍZENÍ TÍM SPÍŠE NE				ZÁKLAD UMĚLÝCH BAREV KAMPAŇ					PŘÍBYTEK VČEL VLNĚNÁ TKANINA			MNOHO- ÚHELNIK	KDYPAK
DOSTÁVAT SE DOVNITŘ						ŽIVOČICH PICHĽAVÉ POROSTY					IN. MODER. DUCHKOVÉ ČESKÁ REPUBLIKA			INIC. HERCE KOSTKY 2. DIL TAJENKY	
PASOVAT							POVZDECH SUMERSKÝ BŮH VOD			ČESKÁ TELEVIZE ZKR. HĽODAVEC		CHEMICKÝ PRVEK ZN. I ČESTNÉ			
KORÁLOVÝ ÚTES					POHANSKÝ KNĚZ VTAHOVÁNÍ VZDUCHU				CHARAK- TERY NADUTEK						
TITUL DOCENTA ZKR.				SENOSEČE KUCHYŇSKÉ POMŮCKY				IN. LYŽAŘKY SUDOVÉ LIST Z VĚZENÍ			VYSOUŠEČE VLASU INIC. HERCE DEYLA				POLOŽIT ANGLICKY
POLYKÁNÍ LEKU							PŮV. OBYV. N. ZĚLANDU PRAH V REČE				ZÁSTRČKA HOVOR. ČÁSTI HMOTY				
	PRŮZOR VE ZDI	OBLEVA OKRAJ ŘEKY				TRHAN ČESKÝ SKLADATEL 19. STOLETÍ							VYHYNULÝ DRUH PTÁKA TAMTA		
UŽITKOVÁ ROSTLINA						STAVEBNÍ HMOTA IN. LIT. POS. EYROVE					RUKSAKY MĚSTSKÁ ZELEN				
POKÁTĚNÍ MN. Č.					LISTNATÝ STROM OSLOVENÍ PŘI VYKÁNÍ					KALABA STARO- GERMÁNSKÝ ZNAK				ALENA DOMÁCKY	OPAK POD
JAPONSKÁ ELEKTRO- NICKÁ FIRMA				EXTERIÉR UBRAT ŠÍRKU					MĚSÍČNÍ MUSLIMSKÝ SVÁTEK ODLIŠNÉ						
OBLEČENÍ HOVOR. MN. Č.					DISKŽOKEJ ANGL. ZKR. MOJI			POROTA ODBOURNÍKŮ OZNAČENÍ PAPEŽE				OLGA DOMÁCKY OSTRÉ ČÁSTI NOŽŮ			
	TVRDÝ BONBON	ZVUK TROUBENÍ SULC			ZNAČKA MILILITRU ZNAČKA DECITUNY		RUŽOVÁ ANGLICKY ZVĚTŠOVACÍ SKLO				NÁZEV DOPRAVNÍ FIRMY PLÁŽE				
KVASNICE						SILNÉ PROVAZY PEVNÉ					POHYB VZDUCHEM ZNAČKA HEKTARU			ŘÍMSKÉ 2	MPZ EGYPTA
TVOŘIT HOJ						PŘÍČESEK PROTĚJŠEK MUŽE				ČLEN HNUTI 60. LET NA KTERÉM MÍSTĚ					
PCHÁČ					UHER. SPR. JEDNOTKA PŘÍPRAVEK NA HOLENÍ				VLNIT VLASY KAPITÁN ZKR.						
PORUČÍK ZKR.				SLOVENSKÁ HŮD. SKUP. SLOVANSKÝ NÁHROBEK				KULTURNÍ DŮM ZKR. PLĚD			ARAB. MUŽ. JMĚNO CITOSLOVCE UPOZORNĚNÍ			INICIÁLY SPISOVA- TELE SEKORY	INICIÁLY REŽISÉRA MOŠI
VYROBENÉ ZE SLÁMY							SLĚDIL ZISK				VÝPRAVNÁ BÁSEN NEDOBŘE PÍTÍ				
	RTY	UROZENÁ PANÍ VÝROBEK NA SVÍCENÍ					FOUKAT KINGŮV ROMÁN				INICIÁLY ZPĚVÁCKÝ PILAROVÉ OSTŘÍ		MPZ SAN MARINA ÚDERY RŮHY		
ÚKOL						ČÁST HLAVY ZVLAŠŤ TĚŽ. POST.			RAŠELI- NÍŠTE SPOR					TYP PIVA	ROZTAVENÁ HMOTA HOVOR.
OMÁČKY ZASTAR.					ZNAČKA LIMONÁD ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA			PŘESTÁT INICIÁLY HERCE KLEPLA							
TAJIT							VELIKÁNÍ					NÝRSKÝ PODNIK			
AČKOLIV			ASOCIACE TENISOVÝCH PROFESIO- NÁLŮ ZKR.				ZPŮSOB DŽEZOVÉHO ZPĚVU				UKRAJINSKÉ HLAVNÍ MĚSTO				

Karolína Světlá: ...dokončení v tajence.

Správné znění pošlete 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 500 Kč**. Uzávěrka bude 1. 11. 2021.

Tajenkou křížovky z 48. čísla Ledax NOVIN byl citát Jana Wericha: „Někdo má to štěstí, že má schopnost být přítelem.“

Výherkyní se stala paní **Hana Vysloužilová z Kaplice**. Za Ledax gratulujeme.



DRŽME SE AŽ DO KONCE

Provedli nás životem. Buďme s nimi, když ten jejich končí.

„Paní Věra má 62 let, dvě děti a pět vnoučat. Ráda o svou rodinu pečuje a radost jí dělá její zahrádka. S manželem si plánovali, že v důchodu začnou chodit do divadel a více si užívat života. Lékaři jí ale před půl rokem zjistili rakovinu tlustého střeva. Její poslední přání bylo zůstat doma až do úplného konce. A rodina se rozhodla toto přání splnit.“ To je jen jeden z mnoha příběhů, se kterými se denně setkáváme. Většina lidí si přeje strávit své poslední chvíle doma. Ale jen malému procentu se to skutečně podaří. Důvodem je nedostatek informací. Paní Věře o mobilním hospici řekl její lékař. Ne všichni lékaři ale tuto možnost svým pacientům nabízejí. Podle výzkumu agentury STEM/MARK z roku 2013 si 80 % lidí přeje zemřít doma, ale pouze 20 % se to opravdu podaří. Nejčastěji lidé umírají v nemocnici nebo v ústavech dlouhodobé péče.

Domácí hospic Ledax je jedním z 26 mobilních hospiců z České republiky, jež se zapojily do osvětové kampaně a rozhodly se tuto statistiku změnit. Hlavními organizátory informační a osvětové kampaně je Mobilní hospic Ondrášek a Fórum mobilních hospiců. Kampaň poběží během celého září a vyvrcholí Papučovým dnem ve středu 6. října 2021.

Jedinečnost Papučového dne spočívá v tom, že se každý, kdo si ten den nazuje papuče, stává nositelem myšlenky umírání doma. Lidé se tak mohou do kampaně zapojit jednoduchou a veselou formou. Stačí si 6. října obout papuče, vyfotit sebe či kolegy z práce a sdílet fotku na sociálních sítích s #papucovyden. Díky sdílení fotek v papučích tak pomáhají informovat své okolí o domácích hospicích. Další informace o kampani a mobilních hospicích se dozvíte na www.umiratdoma.cz.

A kde najdete informace o Domácím hospici Ledax? Navštivte náš prodejní stánek Ledax ART v obchodním centru IGY v Českých Budějovicích ve dnech 4.-10. října. Nákupem výrobků podpoříte Domácí hospic Ledax. Další možnosti podpory najdete na www.domacihospicledax.cz.

Ing. Eliška Hájková, ředitelka Ledax o.p.s.

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

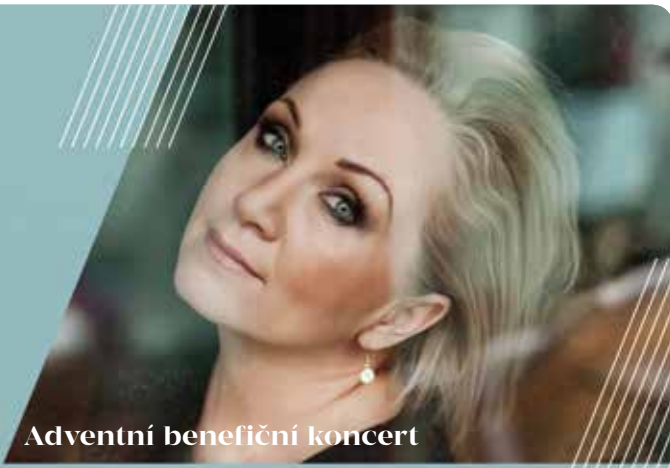


AUTO PRO TÝM DOMÁCIHO HOSPICE LEDAX

Velmi si vážíme finančního příspěvku od MONETA Money Bank na pořízení vozu pro tým Domácího hospice Ledax. Děkujeme.

Mgr. Erika Kamenská,
ředitelka zdravotních služeb Ledax





Adventní benefiční koncert

BÁRA BASIKOVÁ

s klavírním doprovodem - prof. L. Příbyl

30. 11. 2021 od 20 hod.
Společenský sál METROPOL v ČB

Předprodej vstupenek METROPOL (Ize i on-line)
90 % výtěžku z benefičního koncertu půjde do veřejné sbírky
na podporu Domáčího hospice Ledax. Vstupné: 490 Kč

TÝDEN SOCIÁLNÍCH SLUŽEB

Ve dnech 4.-10. října 2021 proběhne Týden sociálních služeb ve střediscích Ledax v Jihočeském kraji.

V Domě s pečovatelskou službou v Dačicích **5. 10. od 14 hodin** usedne do „Křesla pro hosta“ Ing. Karel Macků, starosta města Dačice. **9. 10. od 14 hodin** proběhne „Opékání buřtů“. K poslechu zahraje kapela Koření vod Kořena. Občerstvení zajištěno.

5. 10. od 14 hodin v Domě s pečovatelskou službou v Tylově ul. v Č. Budějovicích proběhne přednáška od Tichého Světa na téma ztráta sluchu, pomůcky, sluchadla a jak jim porozumět.

5. 10. v Domě s pečovatelskou službou v Borovanech proběhne od 14:30 hodin cvičení se seniory.

6. 10. v Domě s pečovatelskou službou ve Zlivi proběhne od 14 hodin akce „Strážný anděl“ s bezpečnostními náramky pro seniory.

7. 10. v Ledaxu v Jindřichově Hradci, v ulici Kosmonautů 47 proběhne od 9 do 15 hodin den otevřených dveří.

7. 10. proběhne v kanceláři Ledax v Kaplici, v Gen. Fanty 25 od 8:00 do 15:00 hodin den otevřených dveří.

8. 10. v Třeboni ve středisku Ledax v ulici Táboritká proběhne od 8 do 17 hodin den otevřených dveří.

Všichni jste srdečně zváni.

LEDAX V KAPLICI V NOVÝCH PROSTORÁCH

Pečovatelskou službu a Terénní odlehčovací službu Ledax v Kaplici najdete nově ve 2. patře Polikliniky na adrese Gen. Fanty 25. Nové prostory jsou větší a praktičtější. Děkujeme městu Kaplice za podporu a vstřícnost.

Mgr. Kateřina Sklářová,
vedoucí střediska Kaplice



NOVINKY Z TRHOVÝCH SVINŮ

V blízkosti Domu s pečovatelskou službou v Trhových Svinech mají jeho obyvatelé nově k dispozici altán a záhony s květinami.

Mgr. Kateřina Sklářová,
vedoucí střediska Trhové Sviny



STŘEDA S KNIHOU

V Domě s pečovatelskou službou v Dačicích proběhla ve středu dne 1. září akce „Středa s knihou“. Paní knihovnice předčítala uživatelům z knihy. Společné setkání mělo velký ohlas, všichni se shodli, že se těší na další setkání.

Marie Cimbůrková,
vedoucí střediska Dačice



Dostaly se k vám Ledax NOVINY náhodou? Máte zájem o jejich pravidelné zaslání?
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 XI). MK ČR E 19452.

Vydavatel a redakce: Ledax o.p.s., Riegrova 51, 370 01 České Budějovice

Vedoucí redaktor: Jana Grillová, redaktorka: Mirka Nezvalová

Foto: archiv Ledax, archiv Bára Basiková, Fotoface, Daniel Kopečný, Radek Štěpán, Richard Lapiš

Grafické zpracování: Daniel Kyncl

Jazykové korektury: Veronika Mrázová

Tisk: Tiskárna INPRESS, České Budějovice

Ledax

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