

# PARAPLÍČKO 3.

DOMOV DŮCHODCŮ BYSTRANY

Březen 2026



Blahopřejeme  
k narozeninám  
v měsíci březni



3.3. Merglová Zdeňka  
3.3. Ungrová Emilie  
5.3. Douša Bohumil  
11.3. Nestlerová Helena  
16.3. Kohnová Vilma  
16.3. Šenk Jiří

17.3. Grillová Helga  
17.3. Skamenová Sonja  
18.3. Koudelková Marie  
23.3. Proňková Eva  
26.3. JUDr. Šmíd Josef  
27.2. Ing. Caháková Jiřina  
27.3. Gabčo Jaroslav  
29.3. Hájková Jarmila  
29.3. Netolická Libuše

## PROGRAM NA BŘEZEN

5. 3. 2026 - BINGO - 9,00  
10. 3. 2026 - OSLAVA MDŽ - 9,00  
17. 3. 2026 - PRODEJ CUKROVINEK - 9,00  
18. 3. 2026 - PŘEDNÁŠKA O BALI - 14,00  
19. 3. 2026 - VÍTÁNÍ JARA - 9,00  
24. 3. 2026 - JARNÍ TVOŘENÍ S MŠ - 9,00  
26. 3. 2026 - VELIKONOČNÍ TRHY - 14,30

## Slovo ředitelky



### Vážené klientky, milí klienti, vážení rodinní příslušníci

březen je měsícem přechodu mezi zimou a jarem. Často bývá nevyzpytatelný – jednou nás potěší slunečními paprsky, jindy připomene, že zima ještě úplně neřekla poslední slovo. Přesto je symbolem nového začátku, probouzející se přírody a naděje. Dny se prodlužují, světla přibývá a spolu s ním přichází i více energie a optimismu.

Březen je také tradičně vnímán jako měsíc knihy – možná právě proto, že delší světlo vybízí k tomu, abychom si znovu otevřeli oblíbený příběh, zavzpomínali na knihy svého mládí nebo si společně přečetli něco nového. Je to krásná příležitost ke sdílení vzpomínek i zážitků.

V našem domově se snažíme, aby i toto období přineslo příjemné chvíle, společná setkávání a aktivity, které nám zpříjemní každodenní život. Naším cílem zůstává vytvářet prostředí, kde se každý z vás může cítit bezpečně, důstojně a skutečně jako doma. Velmi si vážím práce všech zaměstnanců, kteří svou péčí a laskavostí naplňují tuto myšlenku každým dnem, ať už společným vařením, pečením nebo jinými aktivitami.

Děkuji také rodinám za jejich podporu a spolupráci. Vaše návštěvy a blízkost jsou pro naše klienty nenahraditelné.

Od 1.3.2026 rušíme poplatky za jídelní lístky i za Paraplíčko, na každé patro bude vydáno 20 ks výtisků, které budou tzv. putovní. Ponecháme 1 ks výtisku ve společných prostorách, aby byl k dispozici, pokud budou ostatní mezi klienty. Tímto prosíme personál na patrech o součinnost.

Co se týká návštěv pana faráře, věříme, že bude již brzo vyřešeno.

Přeji nám všem, aby březen přinesl více slunce nejen do přírody, ale i do našich srdcí, a aby nadcházející jarní dny byly naplněny klidem, zdravím a drobnými radostmi.

S úctou

*Bc. Monika Hrušková, ředitelka*

**Vítáme nové klienty,  
kteří nastoupili  
v únoru:**

**Deško Milan z Bíliny**

**Kirvelová Jolana z Duchcova**

**Pařízková Anna z Krupky**

**Caháková Jiřina z Bíliny**

## Představujeme zaměstnance

### Představujeme zaměstnance – Anna Ščerbenková, uklízečka

#### **1. Jak dlouho v domově pracujete a na jakém pracovišti?**

V domově pracuji rok jako uklízečka.

#### **2. Jaké je vaše původní zaměstnání, vzdělání?**

Pracovala jsem jako uklízečka, servírka, rozvážela jsem jídlo, také jsem pracovala v továrně.

#### **3. Co Vás přivedlo k práci v domově?**

Zjistila jsem, že je zde volné místo. V domově pracuje také můj bratr Igor Ščerbenko.

#### **4. Kde bydlíte, chcete říct něco o své rodině?**

Narodila jsem se v Moldávii. Od roku 1997 jsem vyrůstala v Žatci, poté jsme se s rodinou přestěhovali do Teplic. Nyní bydlím se svými třemi dětmi v Bořislavi ve dvougeneračním domě, kde bydlí i můj bratr s rodinou.

#### **5. Co vás na vaší práci těší, co vám přináší?**

Líbí se mi příjemné prostředí, komunikace s klienty a také že mám práci kousek od domova.

#### **6. Co je pro vás na vaší práci náročné?**

Skoro nic, zvykla jsem si, člověk je přizpůsobivý.

#### **7. Jak „dobíjíte baterky“, relaxujete, co ráda děláte ve volném čase?**

Ráda se dívá na filmy, ráda chodím na procházky a ráda vařím.

#### **8. Chcete něco vzkázat nebo doplnit?**

Ne.

*Děkujeme za rozhovor*



## Co se u nás událo

### ♥ Valentýnské dopoledne plné radosti a hudby ♥

V úterý 10. února v rámci oslav svatého Valentýna nás potěšily děti z mateřské školky, které nám zazpívaly s obrovským nadšením a rozzářily úsměvy na našich tvářích. Krásnou atmosféru doplnilo také vystoupení souborů Bystřanka a Žabky, jejichž písničky přinesly radost, vzpomínky i dojetí. Děkujeme všem účinkujícím za milou návštěvu a krásný kulturní zážitek, který zahřál u srdce.



## KARNEVAL

Ve čtvrtek 19. února se konala maškarní zábava. O hudební doprovod se postarala paní Iva Boušová z Docela velkého divadla Litvínov a sál se postupně zaplnil maskami nejrůznějších podob. Nechyběly domácí koblížky, obložené chlebíčky ani sklenka červeného či bílého vína. Tančili jsme, zpívali jsme a pěkně si užili společné odpoledne.



## Únorové aktivity

Únor v našem domově byl opět naplněn společnými setkáními, hrami a příjemně stráveným časem. Mezi oblíbené aktivity patří hraní binga, které přináší radost, napětí i drobné výhry. Velké oblibě se těší také hraní kostek, při kterém si procvičujeme paměť, soustředění i jemnou motoriku a nechybí také desková hra Člověče, nezlob se, která přináší nejen zábavu, ale i společné sdílení a vzpomínky.



Velmi příjemným zpestřením byla muzikoterapie, během níž jsme si zazpívali, zaposlouchali se do známých melodií a nechali se unést hudbou. Pravidelně jsme se věnovali také trénování paměti, kde jsme si zábavnou formou procvičili myšlení, pozornost a vzpomínky.



V rámci ergoterapie jsme se pustili do tvoření valentýnské výzdoby, která přinesla nejen radost z tvoření, ale i krásnou výzdobu v jídelně.



Druhý únorový víkend byl ve znamení chutí Mexika. S chutí jsme se pustili do výroby domácího guacamole. Krájelo se, mačkalo, ochutnávalo a ladily se ty správné poměry – aby bylo krásně krémové a plné chuti. Společné vaření nám přineslo nejen kulinářský zážitek, ale i spoustu radosti a příjemných rozhovorů.



Děkujeme všem za aktivní účast a těšíme se na další společné chvíle v nadcházejícím měsíci.

## Březen v našem kalendáři



## Co slavíme tento měsíc

## 8. března – Mezinárodní den žen (MDŽ)

- **Historie a Smysl:** Tento den nám připomíná boj žen za rovnoprávnost a práva. Možná si vzpomenete na oslavy ve Vaší mladosti. Dnes je to den, kdy si připomínáme důležitost a sílu všech žen – našich manželek, maminek, babiček a kamarádek.

## 21. března – Půlnoční slunce

- **Jarní Rovnodennost:** Den a noc jsou stejně dlouhé. Od tohoto dne až do podzimu budou dny stále delší, plné slunce a optimismu.

## 28. března – Den učitelů

- **Odkaz Komenského: Tento den**

připomíná narození Jana Ámose Komenského

(1592), Učitele národů. Je to ideální čas zavzpomínat na učitele, kteří Vás v životě nejvíce ovlivnili, ať už to byl pan učitel v první třídě nebo mentor v dospělosti.

## Poslední březnová neděle – Změna času

- **Posun vpřed:** Přecházíme na letní čas, posunujeme ručičky o hodinu dopředu. Letní čas začne v noci ze soboty 28. na neděli 29. března 2026.

## Březen v přírodě: První Poslové Jarní Naděje

V březnu je radost pozorovat, jak se příroda probouzí:

- **První Květy:** Objevují se sněženky, první krokusy a brzy vyrazí i narcisy. Už jen pohled na ně dodává energii po dlouhé zimě.
- **Ptačí Koncerty:** Počasí láká ptáky z teplých krajín zpět. Poslouchejte jejich ranní zpěv – je to ta nejlepší přírodní symfonie, která ohlašuje jaro!
- **Země dýchá:** Vzduch voní vlhkou hlínou a probouzejícím se lesem. Pro všechny zahrádkáře je to signál, že je čas začít s přípravou osiva a prohrabáním záhonů.

## Pranostika na březni

- **Březen – za kamna vlezem, duben – ještě tam budem, květen – půjdeme ven!"**

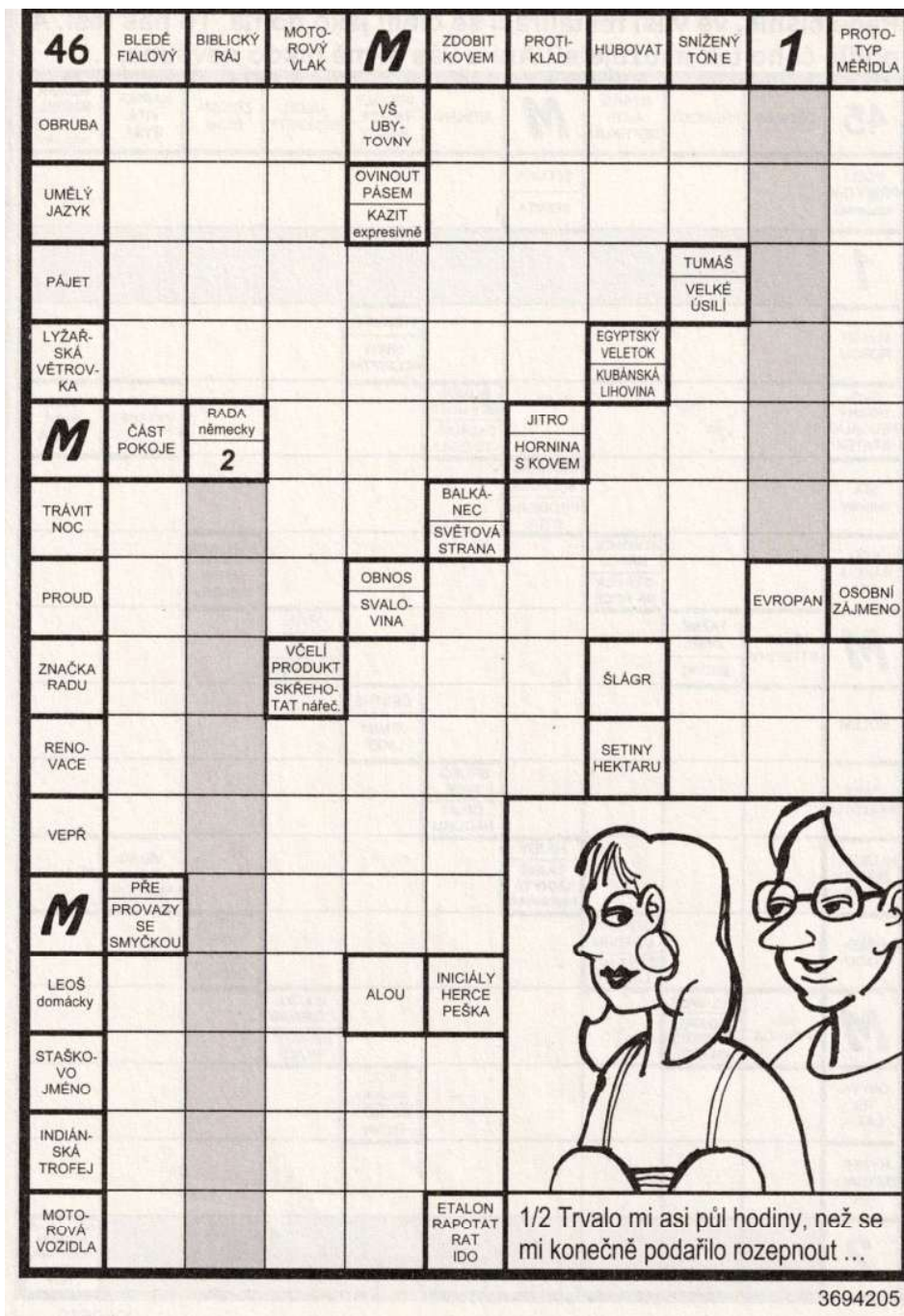
Přejeme vám, abyste si užili každý březnový den plný slunce.

## Tajenka za cenu

Správně **vyluštěnou tajenku křížovky** z tohoto čísla **odevzdejte na recepci do schránky "Paraplíčko" do 20.3.2026.**

Výherce bude uveřejněn v příštím čísle Paraplíčka. Výhru předá asistentka Kamila Říhová.

**Výhercem z únorového Paraplíčka se stává p. Dolejšová Hana z 1. patra**



✂ Jméno a patro: Zde odstříhnout:

Tajenka: