



ČÍSLO 9 | KVĚTEN 2015

PŘÁTELÉ. Krásné jarní pozdravení Vám přináší naše Rosení. Měsíc květen - máj, měsíc lásky, znovuzrozené, rozkvétající, zpívající přírody, máme před sebou. Užijme si jej v pohodě, úsměvu, radosti. Než si řekneme něco o akcích, programu, který jsme pro Vás připravili, připomeňme si duben. Jaký byl. Počasí typicky aprílové - zataženo, chladno i pěkně, slunečno. A jaký jsme měli program?

MĚSÍC DUBEN

Vedle pravidelného proběhly tyto akce. Dne 6. 4. na Velikonoční pondělí nám ke svátečnímu dni, k poslechu, tanci a příjemnému podvečeru zahrála skupina Hvězdný prach. Zábava byla příjemná s hudbou, která pobaví všechny generace. Dne 7. 4. proběhl poučný seminář Zdravá záda fyzioterapeutky Mgr. Traplové. Dne 13. 4. jsme ke Dnům Země

připravili přednášku přírodovědce, spisovatele pana Mgr. Adamoviče, CSc. o přírodě, geoparcích a geologii. Jeho vyprávění bylo velice poutavé. Dokázal zaujmout přítomné posluchače tématem určeným spíše pro odborníky, kdy z pískovce udělal předmět denní potřeby, každodenního života, kdy pískovec může být obživou a pískovcové útvary mohou být místem poznání a relaxace. Týž den byl seminář se cvičením pro posílení zraku s paní Ing. Čupovou. Během něhož jsme se dozvěděli jak oči šetřit a jak je procvičovat. Dne 14. 4. opět Den otevřených dveří u nás. Zájemci a návštěvníci měli možnost si prohlédnout a seznámit se s naší Rezidencí. Dne 15. 4. jsme měli cestopisnou přednášku Toulky Marokem. Pan Mgr. Mühlhldorf nám svým poutavým

vyprávěním a ukázkami přiblížil zajímavou zemi. Provedl nás její krajinou, památkami, historií, i současností. Dne 20. 4. v podvečer jsme uspořádali další Koncert studentů Základní umělecké školy Klapkova. Svou interpretací krásné hudby různých žánrů nám opět připravili zážitek pro poslech a potěšení nejen ze samotné hudby, ale i jak ji dovedou na různé hudební nástroje zahrát. Bude nás velmi těšit, když se jejich koncerty, právě od studentů, stanou pravidelnou součástí nabídky našeho kulturního programu. V rámci Měsíce bezpečnosti pro nás Policie ČR 21. 4. připravila přednášku o Bezpečném životě seniorů - seznámili nás jak se vyvarovat všech negativních jevů, které nás mohou překvapit, se kterými se můžeme setkat v životě. Jak se jim bránit a jak si počínat,

pokud se nám cokoliv nepříjemného přihodí.



Na den 25. 4. od 14. hodin jsme připravili Dětské odpoledne s RoSou - hravé zábavné odpoledne pro všechny generace. Všichni, děti i dospělí si užili hezké odpoledne s bohatým programem, podpořené slunečním počasím a pěkným prostředím. Přivítala je slavnostní brána ozdobená barevnými balonky. Děti, rodiče i naši obyvatelé zkusili cvičební náradí, které máme na volném prostranství před Rezidencí, soutěžili a zahráli si kriket, kuželky, pétanque, šipky, házeli barevnými míčky na cíl, v opačné části budovy stříleli z luku, mohli potrápít své myšlení skládačkami, mohli si nechat ozdobit barevně vlasy, barevnými korálky vytvořit náramek, ozdobná barevná přáníčka, nechat se namasírovat od maséra pana Skorkovského. Principálka divadelního spolku bubnováním na bubínek pozvala všechny do společenského sálu na divadelní představení O udatném Špaldíkovi a pak následovala ukázka u nás probíhajícího tanečního kurzu Devi Atma - American Style Bellydance.



Obě akce také velmi hezké. V naší kavárně se všichni mohli občerstvit a ochutnat domácí zákusky. Na památku si děti odnesli za účast na soutěžích pamětní list vyzdobený malůvkami od studentů, kteří pomáhali při programu. A od jednatelky paní Mgr. Ježkové pak potvrzený razítkem s logem Rezidence RoSa a jako odměnu pak od ní také obdrželi různé sladkosti a malé pozornosti. Dle vřelých, nadšených a děkovaných ohlasů, kterých se dostalo paní Ježkové, můžeme říci - krásné vydařené odpoledne. A můžeme také jen konstatovat, že náš záměr a snaha budovat a vytvářet bydlení pro seniory a hendikepované spoluobčany spolu spojené s mezigeneračním otevřeným společenským a kulturním centrem, jde správným směrem a věříme, že budeme nalézat stále větší, širší a hlubší pochopení a podporu všech, kteří mohou být tomuto našemu úsilí nápomocni.



Dne 27. 4. se uskutečnila vernisáž výstavy fotografií pana Štěpána Hona. Bude otevřena do 26.5. Pan Hon se věnuje reportážní, dokumentární fotografii. Několikrát byly jeho práce vyznamenány a oceněny na soutěži Czech Press photo. Jsme rádi a těší nás, že v našem prostředí vystavil svou tvorbu. Jeho obrázky vyzařují lidstvem,

jsou podmanivé a nutí člověka se zastavit, dívat se a vnímat jejich hloubku, jejich vnitřní sílu, krásu. Naším záměrem je, v prostředí, které jsme k tomuto určili, střídat výstavy s různým zaměřením. Zvat umělce profesionály, ale i amatéry, aby předvedli svou tvorbu, své práce, svůj um. Abychom i tímto způsobem obohacovali náš život - představováním krásy, tvůrčího lidského snažení a podněcovali i k zamyšlení nad jeho smyslem. A také tímto způsobem Vám chceme ukázkami a uveřejňováním prací našich klientů, obyvatel, spolupracovníků, přátel - pro zábavu, pro radost, pro poučení, přiblížit dění a život u nás, v naší RoSe. Zde jsou první ukázky z tvorby členů v Aktiv klubu pod vedením paní MgA. Dvorské.

První limerik na čele se Štěpánem Buraltem:

Byl jeden mladý pán v Rezidenci

Měl papouška na kredenci

Čistil si tam peří

A křičel ze dveří

Že pořádá konferenci

Druhý limerik na čele s Vladimírou Mirovskou:

Jedna dáma v RoSe

Šťourala se v nose

Četla dlouhé romány

Vzpomínala na pány

Zvláště na erose

Vysvětlení: limeriky jsou krátké vtipné básničky, rozvíjí paměť, spolupráci mezi hráči. Mají pět řádků a většinou první a poslední řádek jsou si podobné.

MĚSÍC KVĚTEN

Pravidelné akce pro klienty a veřejnost:

Pondělí 4. 5. od 16h do 19h

Pondělky od 10h Začínáme s internetem

Úterý od 13h Zdravá záda

- cvičení pro seniory

s fyzioterapeutkou Mgr. Traplovou

Středa od 10h do 10.50h - ukázka

lekce pro podzimní kurz- Žirafí

tělocvična - cvičení pro děti

od 1,5roku s doprovodem - rozvoj

motoriky pomocí zábavných

aktivit, základní pohybové

dovednosti-říkanky, písničky,

překážky, cvičení s míčky, plyšáky,

kroužky, program zdravé nožky,

nácvik sociál. dovedností vede

Mgr. Novotná - mobil 606 874 645,

e - mail : zirafajulie@centrum.cz,

od 14h Aktiv klub - kreativní

myšlení, trénink paměti, slovní

hry, tvůrčí psaní s p. Mgr. Dvorskou

od 19h Taneční kurz Devi Atma -

moderní tanec pro ženy

Každý čtvrtek od 13h Tvořivá dílna

s Vladimírou Ludkovou.

Pátek od 19h Taneční kurz Devi

Atma - moderní tanec pro ženy

NOVÉ AKCE PRO KLIENTY A VEŘEJNOST

1. - 3. 5. Mezinárodní setkání psychologů v Knihovně RoSa s PhDr. Jiřinkou Prekopovou

8. 5. pátek od 14h- Společná vycházka, možno i s hůlkami - nordic walking, s uctěním památky obětí druhé světové války ke Dni vítězství. Uctíme tímto oběti, popravených, umučených a hrůz nacistického běsnění. Vzpomeneme na 70. výročí konce druhé světové války.

11. 5. pondělí od 15.30h Regenerační cvičení pro oči - pod vedením Ing. Čupové

13. 5. středa od 10h- Ke Dni matek

Programové vystoupení dětí z

mateřské školky

Programové vystoupení dětí z mateřské školky

14. 5. čtvrtek ve 14h a 15h -

Den otevřených dveří v RoSe,

prosíme o přihlášení na bezplatné

lince Rezidence Rosa 800 800 750

nebo na info@rezidencerosa.cz

18. 5. pondělí od 14h do 16h -

Cvičení paměti ve spolupráci

se Senior help s p. Ivetou Luxovou



21. 5. čtvrtek od 10h - Irsko -

cestopisná přednáška spisovatelky

Lucie Lukačovičové

24. 5. neděle od 13.30h -

Společná vycházka, opět možno s

hůlkami Nordic Walking, k

hvězdárně v Ďáblicích i s

prohlídkou nebeské oblohy

29. 5. pátek od 10h - Venkovní hry

pro všechny generace - společně

zábavné dopoledne.

Chceme Vás informovat: naše Rezidence RoSa se připojí k celostátní sbírce - Nové varhany pro Katedrálu sv. Víta, Václava a Vojtěcha na Pražském hradě. Připravíme společně kasičku na peněžní příspěvky. Máme zájem se připojit do akcí: Knihovna Václava Havla, Den architektury a Noc galerií. Na měsíc červen pro vás připravujeme: Módní přehlídku seniorů, na čtvrtek 11. 6. od 19hod koncert Jiřího Dědečka, písničkáře, básníka, textaře, překladatele, a předsedu Českého centra literárního PEN Klubu. A výstavu akademického malíře Tomáše Lahody. Je to výtvarník

moderního umění. Tvoří v mnoha formálně a obsahově rozdílných sériích obrazů různých žánrů a stylů. Dále pro Vás připravujeme: vycházky, kurz první pomoci ve spolupráci s ČČK, jazykové vzdělávání, Listování

Připomínáme:

Zvýhodněné léčebné, relaxační pobyty v Léčebných lázních Mšené - pro naše klienty a členy Klubu RoSa. Přihlásit do Klubu RoSa se můžete v neziskové organizaci Centrum RoSa - ročním příspěvkem 100 Kč získáte zvýhodněné vstupy na aktivizační programy, zdarma vstupy na akce v Klubu RoSa a slevy na vybrané služby v Rezidenci - kadeřník pedikúra, masáže.



Ceník

Jóga - 60 Kč/lekce
 Aktiv Klub - pro členy Klubu ZDARMA, nečleny 50Kč/lekce
 Zdravá záda 190Kč/lekce, 130Kč/lekce při platbě 20 lekcí, pro seniory 120Kč/lekce
 American Tribal Style Belly Dance - 1. hodina ZDARMA, další 100Kč/lekce
 Akce Tvořivé dílny a další, pod vedením Vladimíry Ludkové - pro členy Klubu ZDARMA, pro ostatní 40Kč/posezení
 Žirafí tělocvična - 100Kč/lekce, 800Kč/10 lekcí
 Hvězdný prach - hudba k tanci a poslechu - 60Kč
 Přednášky - Irsko, cvičení očí, paměti - ZDARMA

V případě zájmu o aktivitu, se prosím, hlase předem na:

www.centrumrosa.cz
recepc@rezidencerosa.cz
tel. 212 270 611

V Rezidenci RoSa můžete využít:

Kadeřnictví - La Rossa - p. Baštová a kolektiv, tel. 603 533 120,

Masáže - p. Skorkovsky
tel. 604 243 914

Manikúra, pedikúra - Petra Nikolosová - objednávky na recepci
tel. 212 270 611

U nás se nachází: ordinace praktického lékaře, psychiatrická ordinace Clinterap, obchod se smíšeným zbožím, kavárna a připravujeme restauraci.



Milí přátelé, v měsíci květnu - máji, příroda se již celá probudila k novému životu, září svými barvami, svým zpěvem. V nás lidech probouzí dobrou náladu, krásu. Jsme vnímavější, citlivější, toužíme po náklonnosti, vstřícnosti k sobě, úsměvu, pohlázení, pěkném slovu, štěstí, lásce. Udělejme také něco pro ozdravení svého těla, mysli a duše. Můžeme si třeba udělat pro ozdravení svého organismu jarní očistu v podobě salátu z nasbíraných jarních bylinek - z kopřivy, pampelišky, medvědího česneku, sedmikrásky. Vyjděme více do přírody, dýchejme

zhluboka, pozorujme její krásu, naslouchejme jejímu zpěvu. Právě sedmikrásky, tato něžná, prostá, krásná květinka spolu s ptačím zpěvem vlaštovky jsou poslové jara, nového života. Určitě znáte ze svého mládí píseň o lásce, která je původem francouzská a u nás ji zpívá s krásným textem Jiří Štědroň. Můžeme si jej připomenout. Stojí za to. A můžeme také požádat skupinu Hvězdný prach, ať nám ji zahrají a zazpívat si ji pak můžeme i společně...

„Sedmikrásko, ten kdo stůně, toho léčí tvoje vůně

Sedmikrásko, každé ráno voníš láskou mou

Sedmikrásko, už několik dlouhých týdnů tě hledám

Najdu tě? Kde jsi?

Blízko...

Díval jsem se přece dobře

Prošel jsem všechny slavné botanické zahrady ve všech velkých městech

Ale nenašel jsem tě

Listoval jsem ve všech nejčistších herbářích

Ale nenašel jsem tě

Kde jsi?

Blízko...

Hledal jsem tě v zákoutí zámeckých zahrad, bylo tam mnoho krásných květin

Ale tobě se nemohla rovnat žádná

Ukryváš se přede mnou?

Ne...

Je to má vina, že tě nemohu najít?

Hledám tě na nesprávných místech?

Pověz, kde jsi?

Blízko...

Nevzpomínáš si už, co o tobě říká květomluva?

Znamenáš snad hojnost a bohatství?

Ne...

Žárlivost?

Snad touhu a náklonnost náhlou?

Přihořívá...

Znamenáš snad prostou lásku?

Možná...

Sedmikrásko, ten kdo stůně, toho léčí tvoje vůně

Sedmikrásko, každé ráno voníš láskou mou

Sedmikrásko, léta dlouhá je v té vůni moje touha

Za svítání jsou v tvé vůni, všechna přání má“



MILÍ PŘÁTELÉ. OPRAVDU MÁ SVĚT NADĚJI, JEN KDYŽ HO BUDEME NAPLŇOVAT ŠTĚSTÍM A LÁSKOU. DO SLUNEČNÍCH DNŮ VÁM PŘEJEME VŠE DOBRÉ. VAŠE ROSA.



**CENTRUM
RoSa**