



Zpravodaj

Číslo 1/2026

M Ě S T S K Ý Ů S T A V S O C I Á L N Í C H S L U Ž E B M Ě S T A P L Z N Ě



Kreslení, ruční práce a kondiční cvičení ve „Čtyřlístku“

V našem Domově „Čtyřlístek“ věříme, že aktivní den je šťastný den. Proto pro naše klienty pravidelně připravujeme dopolední program, který procvičí nejen tělo, ale i mysl a šikovné ruce.

Naše výtvarné dopoledne patří mezi nejoblíbenější aktivity. Scházíme se u stolů na jídelně v tvůrčí atmosféře. Někdo dává přednost omalovánkám, jiný se nebojí pustit uzdu své fantazie a kreslí podle své vlastní představy či předlohy. Kromě malování se věnujeme i ručním pracím jako je stříhání molitanu či látek, motání klubíček a naplňování polštářů. Tyto aktivity přinášejí pocit dobře vykonané práce a mají hlubší smysl. Naši klienti se totiž podílejí na výrobě krásných výrobků. Společné tvoření doplňuje vůně čerstvé kávy a čaje.

Abychom se udrželi v kondici, věnujeme se lehkému cvičení, které je přizpůsobené možnostem každého z nás. Každou lekci startujeme rytmickou hudbou, která nás naladí a pomůže nám se příjemně protáhnout. Druhé části našeho cvičení se věnujeme hraní her – nechybí zde házení a nahánění míčků, chytání rybiček na prut, házení kroužků na tyč či psychomotorický padák.

Cílem těchto aktivit je být spolu, mít smysluplnou náplň dne, hýbat se a mít se na co těšit. Jsme rádi, že naše klienty tyto aktivity baví a mají z nich radost.

Bc. Kristýna Gruberová,

PSS pro základní výchovnou nepedagogickou činnost, DZR „Čtyřlístek“



SILVESTROVSKÉ POSEZENÍ VE „ČTYŘLÍSTKU“

Zatímco vánoční čas u nás v Domově „Čtyřlístek“ patřil především klidu a rozjímání, Silvestr se nesl ve znamení veselí a dobré nálady. Rozloučili jsme se s uplynulým rokem v kruhu přátel, hudbou a něčím dobrým na zub.

Oslavy odstartovaly už v dopoledních hodinách, kdy jídelnou zazněly známé melodie od seniorkapely TOTEM, které nenechaly nikoho v klidu. Naši klienti si nejen zazpívali své oblíbené písničky, ale někteří se dokonce odvážili k tanci. K pořádné oslavě patřilo i bohaté občerstvení ve formě slaných brambůrků, tyčinek, popcornu či křupek, k pití se pak podávala káva či čaj. Jako každý rok, i letos nechyběli ani domácí utopenci, kteří klienti s nadšením připravili. Musíme uznat, že se letos obzvláště povedli.

Děkujeme seniorkapele TOTEM za krásně zpestřené dopoledne. Přejeme všem do nového roku především pevné zdraví a mnoho radostných chvil.

Bc. Kristýna Gruberová,

PSS pro základní výchovnou nepedagogickou činnost, DZR „Čtyřlístek“



Cukrárna v DZR „Čtyřlístek“

Je měsíc leden a čeká nás opět pečení pro naši cukrárnu. Padla otázka typu co budeme péct. Vzhledem k mlsání cukroví o Vánocích i po nich, jsme se rozhodli udělat naše pečení na slano. Zvítězil recept na bramboráky jinak řečeno cmundu (Jižní Čechy, Haná), vošouchy (Plzeňsko), krompeláky (Morava), Kramfleky (Krkonoše, Orlické hory), Křapáče (východní Čechy), Sejkorky (Podkrkonoší), pampuchy (Frenštát), zmrazky (Chrudimsko)... a mohly bychom pokračovat v různém pojmenování napříč republikou.

A začala velká příprava surovin na 10 kilogramů brambor. Díky šikovným našim kuchařkám, které loupaly, škrábaly, krájely, míchaly a ochucovaly se nám povedlo krásných velkých a zlatavých 55 kusů bramboráků, které byly rychle rozebrány a snědeny. Ještě jednou díky našim kuchařinkám a těšíme na další dobroty.

Hana Nigrinová prac. pro výchovnou nepedagogickou činnost



Návštěva z ADRA

Tak jako každý rok, i letos nás navštívili dobrovolníci z humanitární organizace ADRA. Přivezli pro všechny naše klienty dárky, které je moc potěšily. V dárečku mohli nalézt něco na zub, malou vzpomínku od dětí ze školek či škol a drobnost pro potěchu duše.

Tímto jim moc děkujeme a přejeme krásné Vánoce a v novém roce splnění všech tajných přání.

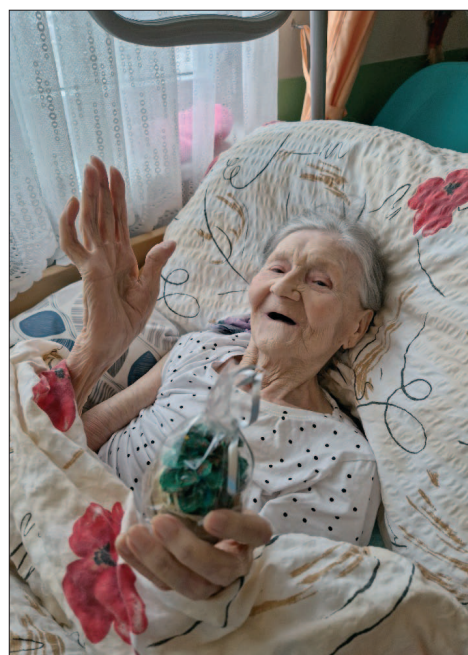
Irena Kuncová, PSS pro základní neped. činnost DZR Čtyřlístek



OSLAVA NAROZENIN V DZR „ČTYŘLÍSTEK“

Dne 12. ledna 2026 oslavila své 95. narozeniny klientka DZR 5 paní Jaroslava R. Touto cestou bychom jí chtěli popřát hodně zdraví a spokojenosti do dalších let.

Hana Nigrinová PSS pro vých. nepedagogickou činnost





HUDEBNÍ DOPOLEDNE V DOMOVĚ „ČTYŘLÍSTEK“

V úterý 20. ledna 2026 bylo u nás v Domově „Čtyřlístek“ veselo. V dopoledních hodinách nás svým vystoupením potěšil hudebník pan Tomáš Černý. Program byl opravdu pestrý a na své si přišel každý. Zazněla směs písniček – od lidových, které si zúčastnění zaspívali společně s umělcem, až po známe šlágry. Atmosféra byla tak skvělá, že někteří klienti si s chutí i zatančili. Na závěr koncertu si umělec zaspíval legendární píseň od Karla Gotta „C'est la vie“ (Selavi).

Děkujeme panu Černému za krásné dopoledne plné písni, které nám vnesly barvy do života a těšíme se na příště.

Svitlana Buchak,

PSS pro základní výchovnou nepedagogickou činnost DZR „Čtyřlístek“



Mše

Nadešel měsíc leden v novém roce 2026 a my se opět shledali s p. páterem Barhoněm, p. Srbovou a p. Pachnerovou, kteří za námi do Domova Sněženka jezdí pravidelně již několik let, aby se s našimi klienty společně pomodlili, zastavili se na chvíli v duchovním rozjímání a vdechli tím naději a klid do jejich duší. Jinak tomu nebylo ani při lednovém setkání, na které přišli věrní posluchači bohoslužeb.

Dana Alexová, PSS pro výchovnou nepedagogickou činnost, DZR Sněženka



Návštěva Charlotte Režné ve Sněžence

Dne 26.12.2025 nás, stejně jako loňský rok, navštívila zpěvačka Charlotte Režná i se svým manželem Pavlem Režným. Oba jsou již několik let v angažmá muzikálu DJKT města Plzně.

Zazpívala pro naše klienty několik vánočních písní a koled, zahrála na klavír, ale především rozdala obrovskou energii a úsměvy.

V neposlední řadě dostali klienti přímo z rukou Charlotte dárky, které jim samozřejmě udělaly velkou radost. Po celou dobu panovala příjemná atmosféra, ochutnávalo se cukroví a někteří klienti se s radostí přidali i ke zpívání známých koled.

Nakonec se oba zpěváci rozloučili, nejprve s posluchači na jídelně a poté osobní návštěvou klientů na pokojích, kteří se nemohli zúčastnit společného setkání a všem rozdali dárky.

Tímto chceme moc poděkovat za milou návštěvu Charlotte Režné a jejímu manželovi a budeme se opět těšit snad za rok nebo třeba i dříve!

Michaela Hrabětová, PSS, DZR Sněženska





Vítáme mezi námi pejsky a kočičky

Překlenuli jsme se do nového roku 2026, ve kterém samozřejmě nemůžeme postrádat pravidelné návštěvy našich čtyřnohých kamarádů. Tak hned v polovině měsíce ledna nás přišli navštívit pejsci Babů, Siduš a Rozinka. Z kočiček tentokrát dorazily Zrzečka a Ori.

Setkání se konalo ve skupině na jídelně. Klienti seděli v kruhu, kočičky ihned zaujaly pozici na klíně některých z nich a fenky se chopily své role tradičního přivítání, hlazení a mazlení se. Pak přišla na řadu náročnější disciplína, tou bylo vyhledávání pamlsků v různých typech hlavolamů, ze kterých je fenky musely dostat ven. Úkolu se, jako vždy, zhostily zdárně. V závěru předvedly fenky ještě pár dalších dovedností, vykonání povelů a přinesení aportu. Čas mezitím vypršel, nadešlo rozloučení s našimi chlupatými kamarády a nezbýlo, než se těšit na nové setkání s nimi!

Dana Alexová, PSS pro výchovnou činnost, DZR Sněženska



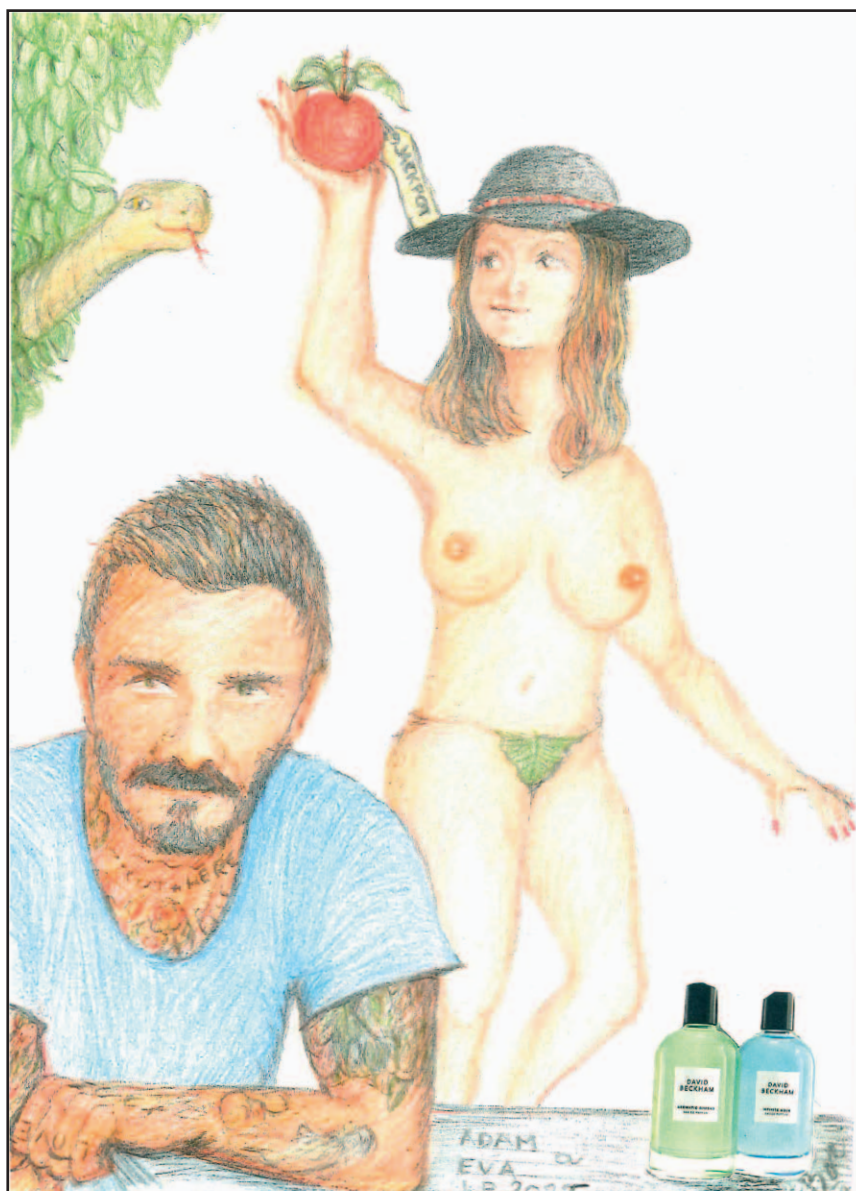
CESTOVÁNÍ S 3D BRÝLEMI

Během úterního odpoledne 20.1.2026 nás navštívil kolektiv učitelů z 26. ZŠ Plzeň, kteří s sebou přinesli patery brýle pro virtuální realitu. Naše jídelna v DZR „Petrklíč“ se rázem proměnila v pomyslnou cestovní kancelář, kde se naši klienti mohli prostřednictvím virtuální reality vydat na poznávací cestu do jakéhokoli kouta naší planety.

Klienti si užívali slunce a moře na Maledivách, prožívali třeskutou zimu v Antarktidě, zdolávali vrcholky hor nebo zažívali plavbu na gondole uprostřed romantických Benátek. Jiní zvolili prohlídky památek v Lisabonu či v Paříži a ti odvážní zažili dobrodružství plné adrenalinu s tygrem či medvědem. Milovníci moře se mohli potápět pod vodní hladinou anebo se slunit na pláži společně s krásnými dívkami. Bylo zajímavé pozorovat reakce jednotlivých klientů, jakým způsobem byli plně vtaženi do děje. Někteří spontánně mávali nebo komentovali co prožívají.

Po zajímavě stráveném odpoledni byli všichni plní nových dojmů a navzájem si sdíleli o svých zážitcích. Velké poděkování patří Mgr. Evě Švolbové za skvělý nápad díky kterému mohli naši klienti prožít úžasná dobrodružství a blíže se seznámit s novou technologií.

Šárka Bartošková, PSS pro výchovnou nepedagogickou činnost, DZR „Petrklíč“





TVOŘÍME ZIMNÍ KOLÁŽE

V DZR „Petrklíč“ se v zimních dnech věnujeme tvořivým činnostem, při kterých tentokrát vznikly nápadité koláže ze starých kalendářů. Zvolili jsme díky ročnímu období téma „Zimní putování“.

Klienti si vybírali obrázky podle vlastního vkusu, vystříhovali je, trhali a lepili do nových kompozic. Vznikly tak originální práce plné zimních obrazů se zasněženou krajinou, horami, doplněné dalšími kontrastními motivy. Během společného tvoření vznikl prostor na vzpomínky. Klienti vyprávěli o tom, jak zimní období prožívali v minulosti, jaké byly sněhové radovánky na saních, bruslení na rybnících, koulování nebo stavění sněhuláků. Sdílení zážitků přirozeně propojuje jednotlivé účastníky a přispívá k pocitu sounáležitosti. Tato aktivita umožnila procvičovat jemnou motoriku, představivost a paměť a zároveň nabízela možnost vrátit se alespoň na chvíli ke krásným zimním vzpomínkám. Výsledné koláže nyní zdobí prostory Domova a připomínají, že i obyčejné materiály mohou dát vzniknout zajímavým a netradičním výtvarným výrobkům.

Šárka Bartošková, PSS pro výchovnou nepedagogickou činnost, DZR „Petrklíč“



Jubileum

Personál DZR „Petrklíč“ poblahopřál k významnému životnímu jubileu. Paní Milada Š. v lednu oslavila obdivuhodné 95. narozeniny. Přejeme jí všechno nejlepší a jsme rádi, že jsme mohli udělat radost krásnými květinami, které rozhodně potěšily.

Zaměstnanci DZR „Petrklíč“



Zpíváme se Svatkou

Také v novém roce 2026 se v DZR „Petrklíč“ rozezněly prostory lidovými písničkami. Naši klienti se opět setkali u oblíbené hudební aktivity, aby si společně zazpívali pro radost a dobrou náladu.

Zazněly známé melodie, které si mnozí pamatují z mládí. Pro případ, že by si někdo nemohl vybavit celý text písniček a nemusel improvizovat, máme k dispozici zpěvníky s velkými písmeny. Každý se mohl zapojit podle svých možností a nikdo nemusel zůstat jen posluchačem. O hudební doprovod se postarala paní Svatka Nováková, která náš Domov navštěvuje již několik let, za což jí patří velké poděkování. Paní Svatka není jen hudebnice, ale také milovnice šumavské přírody, kam pravidelně jezdí v každém ročním období. My se vždy těšíme na její zážitky z výletů, které nám s velkým nadšením vypráví. Společné zpívání opět potěšilo a bylo příjemným zpestřením dne.

Šárka Bartošková,

PSS pro výchovnou nepedagogickou činnost, DZR „Petrklíč“





VZPOMÍNÁNÍ NA VÁNOCE

Vánoční čas rychle utekl a než jsme se nadáli, byl tu nový rok a s ním i návrat do školních lavic, který znovu přinesl spousty úkolů a povinností. My jsme si ale ještě dovolili na chvilku vrátit ten pocit sváteční pohody a 7. ledna vyrazili na posezení s farníky do kostela Panny Marie Růžencové na Jiráskovo náměstí, kam jsme si společně se spolužáky ze Skvrňan nacvičili pásmo zimních a vánočních písní.

Po příchodu se nás nejprve ujal pan farář Pavel Říha, který nás provedl kostelem, ukázal spoustu krásných a zajímavých věcí a zopakoval příběh o zrození Ježíše. Poté jsme se přesunuli do farní místnosti, kde jsme předvedli naše pěvecké umění, za které jsme byli odměněni drobnými dárečky a fantastickým občerstvením připraveným místními farníci včetně s paní Martou Ovsjanikovou. Závěr krásného dopoledne patřil zpěvu, tanci a dobré náladě.

A aby toho nebylo málo, využili jsme stále ještě otevřené výstavy v Západočeském muzeu nazvané „Pospíchej k Betlému, místu svatému. Betlémy čtyř staletí“, kde jsme měli možnost obdivovat různé způsoby ztvárnění betlémského výjevu, tvořené rozličnými technikami a materiály.

Sami jsme si také mohli vytvořit papírovou figurku, kterou jsme umístili do velkého betléma.

Pedagogové a studenti PŠ DOZP Nováček



Návštěva tradičního Betléma!

Na Štědrý den jsme v loňském roce poprvé vyrazili s dětmi na Plzeňské náměstí, podívat se na živý betlém. Ač byla velká zima, tak klienti i my jako jejich doprovod jsme si příběh o narození „Ježíška“ moc užili! Příběh doprovázela živá hudba a klienti se dokonce do části představení zapojili a měli velkou radost!

Všichni si tak hezky zpřijemili Štědrý den a podle jejich reakcí to vypadá na založení nové vánoční tradice!

Jáchym Ptašník, PSS pro přímou obslužnou péči, DOZP „Nováček“

ZIMNÍ RADOVÁNKY NA ZAHRADĚ DOZP

Jakmile naši zahradu DOZP v posledním lednovém týdnu přikryl sníh, bylo jasno – je čas na zimní zábavu! Užili jsme si jízdu na bobech i saních a smích se ozýval široko daleko. Nechybělo ani stavění sněhuláků, kteří nám teď hlídají zahradu a dělají radost všem kolem. Čerstvý vzduch, pohyb a koulovačka – zima u nás rozhodně není nuda!

Klienti a Bc. Jana Jakubcová, vedoucí útvaru Výchova, DOZP „Nováček“



Básnička

Pro klienty v „Petrklíči“ jsme během sněhové nadílky postavili sněhuláka a naše klientka paní A. Brůhová se tak nechala inspirovat k napsání básničky, kterou věnovala personálu. Nám se moc líbila a tak se s vámi o ní také podělíme.

Šárka Bartošková,

PSS pro výchovnou nepedagogickou činnost, DZR „Petrklíč“



SNĚHULAČKA

*V novém roce čerstvě sněží
a personál hned ven běží.*

*Šárka, Jana, Janička,
veselá je partička.*

*Uplácaly sněhulačku,
pěknou pannu Anduličku.*

*Na hlavu jí klobouk daly
a korále přidělaly.*

*Mašli v pase uvázaly
a sukýnku načechraly.*

*Na okrasu rudou pusu,
modré oči co se třpytí,
zimní slunce do nich svítí.*

*Byla krásná Andulička,
zářila jí bílá líčka.*

*Do okna se na nás smála,
radost nám všem udělala.*

*Přišla ale obleva
a Andulka jí podlehla.*

*Klientka DZR „Petrklíč“
A. Brůhová*





ZKOUŠÍME AROMATERAPII

Na základě absolvování kurzu Aromaterapie, jsme v našem Domově Sněženka započali s prvními zkušenými terapiemi touto metodou a to jak skupinově, tak individuálně. Klienti se prostřednictvím vůní vraceli do vzpomínek na své mládí a společně jsme si připomínali, jak silně dokáže vůně ovlivnit emoce i paměť. U několika klientů jsme vyzkoušeli také difuzování esenciálních olejů. Pozorovali jsme ale, že ne každému byly vůně příjemné a u některých naopak působily spíše rušivě. I to ale k aromaterapii patří, protože každý vnímá vůně jinak.

Na skupinové aromaterapii jsme používali sadu s kašíčky nejrozličnějších typů vůní - ovocných, květinových, nápojových, dále vůně koření, bylinek, lesa, hub, moře, ale také pečených baget, kouře z ohýnku, kadidla apod.

Pro někoho byly některé z vůní méně či více povědomé. Po přivonění si každý z klientů dal danou vůni do souvislosti s určitou vzpomínkou, kde se s ní již setkal a při jaké příležitosti. Sezení bylo velmi zajímavé a zábavné pro všechny zúčastněné. Sada obsahuje 31 vůní, my jsme prozatím, ve dvou sezeních, prošli 22 vůní a budeme pokračovat. Při jejich poznávání rozhodně nespěcháme, dáváme si čas, abychom si je mohli náležitě nadýchat a dali prostor výbavnosti vzpomínek. Tuto sadu využíváme samozřejmě i při individuálních návštěvách na pokojích. Je to příjemné zpestření pro terapii trénování kognitivních funkcí, se zaměřením na smyslové vnímání.

*Dana Alexová, PSS pro výchovnou
nepedagogickou činnost, DZR Sněženka*

