

---

❖❖❖ KULTURA, SPORT, ZAJÍMAVOSTI ❖❖❖

---

### Tenisové kurty

Tenisové kurty v Cítově zvou zájemce o hru i trénink k návštěvě. Rezervace termínu u správce pana Slávka Chalupy osobně nebo na tel.: 606 904 811. Cena 100 Kč za hodinu, děti do 18 let sleva 50%. Možnost hry dle aktuální epidemiologické situace. S obnovou činnosti dětského kroužku také počítáme, až to bude možné. Těšíme se na viděnou.

---

❖❖❖ INZERCE ❖❖❖

---

Prodej sazenic RAJČÁTEK a PAPRIČEK (feferonky, chilli).

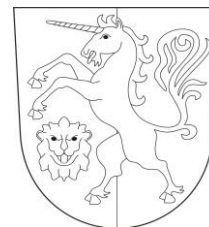
Široký výběr odrůd, pěstováno s láskou a úctou k přírodě :)

Osobní odběr po domluvě na adrese Cítov 113 (Nový Dvůr), tel.: 777 963 388 nebo 775 792 325.



Pro různé menší, většinou \*řemeslnické práce,\* hledám pána z Cítova nebo z blízkého okolí.

Kontakt: Dr. L. Hoffmann, Cítov č. 78, tel.: 724 385 355, 312 244 882, [info@drhoffmann.cz](mailto:info@drhoffmann.cz).



## ZPRAVODAJ obce Cítov 5/2021

### Z-BOX Zásilkovna

Z-BOX je samoobslužné výdejní místo Zásilkovny, díky kterému si svou zásilku můžete vyzvednout kdykoliv, již brzy i podat.

**Z-BOX společnosti Zásilkovna s.r.o. je u nás umístěn před budovou obecního úřadu a bude spuštěn od 17. 5. 2021.**

Jak to funguje?

- Nakupte v e-shopu, který spolupracuje se Zásilkovnou.
- V košíku zvolte doručení na výdejní místo a ze seznamu vyberte Z-BOX umístěný v naší obci (cena doručení je stejná jako na výdejních místech Zásilkovny).
- Vyčkejte na informaci, že řidič doručil zásilku do zvoleného Z-BOXu.
- Zásilku si můžete vyzvednout kdykoliv, většina X-BOXů funguje 24/7.
- K otevření Z-BOXu stačí mobilní aplikace Zásilkovna. Po příchodu k Z-BOXu se aplikace automaticky spáruje s vaší schránkou. Pomocí tlačítka v detailu zásilky ji otevře. Pak už stačí jen vyzvednout zásilku a zavřít schránku. Zásilky na dobírku pomocí aplikace zaplatíte, a pokud se vám nehodí datum vyzvednutí, můžete ho standardně prodloužit.

### Veřejné ukončení realizace akce

Obec Cítov uspořádá veřejné ukončení realizace akce „Cítov- chodník podél III/24636“, v pondělí 14. 6. 2021 od 10:00 hodin u panelové cesty u čp. 168 (N 50°22.28555', E 14°24.07093').

Tato akce byla realizována s finančním přispěním Středočeského kraje.

Středočeský kraj

## Kadeřnictví v obci

Ve středu 19. 5. 2021 budou obnoveny kadeřnické služby v naší obci.

Otevírací doba bude prozatím každou středu od 9:00 do 18:00 hodin. Bližší informace a možnost objednání na tel.: 777 583 193.

## Třídění odpadu

**Za první čtvrtletí 2021 bylo odvezeno 75,39 tun směsného odpadu a vytríděno a odvezeno 3,48 tun papíru a lepenky, 6,65 tun skla a 6,78 tun plastu.**

S ohledem na narůstající objem vytríděných složek odpadu v době nouzového stavu v souvislosti s pandemií koronaviru, byl posílen svoz papíru a lepenky na týdenní cyklus.

Pokud třídíte plasty a papír, je nutné, aby tyto složky tříděného odpadu byly před vhozením do sběrné nádoby řádně sešlapány nebo jiným způsobem zmačkány tak, aby zabraly co nejméně místa v kontejneru. Prosíme, pokud jsou kontejnery plné, neodkládejte vedle nich další odpad. Tříděte dál ☺.

## Pomoc při péči o blízkou osobu

# PEČUJETE O SENIORA? POMŮŽEME!



- Staráte se o svého rodiče nebo partnera s demencí?
- Znáte někoho s Alzheimerovou nemocí ve svém okolí?
- Tušíte, že budete o někoho blízkého pečovat, a nevíte, co vás čeká?
- Potřebujete zjistit, na co máte nárok?
- Chybí vám informace?

Můžeme vám poradit a naše služby jsou zdarma. Víme, jak je péče o blízkého člověka náročná, a proto pro vás máme náš poradenský tým:

SOCIÁLNÍ PRACOVNÍK PSYCHOLOG PRÁVNÍK  
NEUROLOG ZDRAVOTNÍ SESTRA VÝŽIVOVÝ SPECIALISTA

Poradenství probíhá osobně, telefonicky i elektronicky (chat, e-mail).



KONTAKT PRO  
MĚLNÍK A OKOLÍ:

**Radka Zelinová**  
tel.: 603 558 851  
poradna.melnik@dementia.cz

Můžete nám také  
anonymně napsat  
na chat na našich  
stránkách:  
[dementia.cz/chat/](http://dementia.cz/chat/)

VÍTE, ŽE JSME TADY PRO VÁS VE 25 MĚSTECH STŘEDOČESKÉHO KRAJE?



- |            |                    |                |
|------------|--------------------|----------------|
| Benešov    | Kladno             | Nymburk        |
| Beroun     | Kralupy n. Vltavou | Příbram        |
| Čáslav     | Kutná Hora         | Rakovník       |
| Čelákovice | Kolín              | Říčany         |
| Černošice  | Lysá n. Labem      | Slaný          |
| Český Brod | Mělník             | Stará Boleslav |
| Dobříš     | Mladá Boleslav     | Votice         |
| Hořovice   | Mnichovo Hradiště  |                |
| Hostivice  | Nové Strašecí      |                |

**RÁDI VÁM POMŮŽEME PŘI PÉČI O VAŠEHO BLÍZKÉHO S PORUCHAMI PAMĚTI.**

PORADENSKÝ TÝM ORGANIZACE DEMENTIA

## Bezplatná právní pomoc lidem nad 50 let

Ve středu 23. 6. 2021 můžete využít služby Mobilní advokátní poradny neziskové organizace Iuridicum Remedium, z.s. (IuRe) [www.iure.org](http://www.iure.org).

*Je vám 50 a více let? Trápí vás dluhy nebo exekuce? Bojíte se, že vám kvůli dluhům vašich blízkých exekutor vybilí byt nebo účet? Přemýšlíte o řešení dluhů osobním bankrotem? Nemáte finanční prostředky na komerční právní pomoc?*

Konzultace budou probíhat na Městském úřadě Mělník, náměstí Míru 51, ve 3. patře, na oddělení sociální práce a samosprávy.

K dispozici vám zde bude advokát – služba je srovnatelná s komerční advokátní právní pomocí a je zcela zdarma.

**Na konzultaci je třeba se předem objednat na telefonním čísle: 776 703 170.**

## Domácí péče



- ✓ Odborná zdravotní péče poskytovaná v domácím prostředí, v pohodlí domova
- ✓ Poskytována 24 hodin denně, 7 dní v týdnu
- ✓ Kvalifikované všeobecné sestry (VŠ, certifikace, specializace)
- ✓ Na základě indikace praktického lékaře
- ✓ Hrazená péče zdravotními pojišťovnami

Zdravotní pojišťovny jako smluvní partnery:

- 111 VZP ČR
- 201 VoZP
- 205 ČPZP
- 209 ZP Škoda
- 213 Revírní bratrská pokladna
- 211 ZP MVCR

Působnost:

- ORP Mělník, Kralupy n. Vltavou
- ORP Kutná Hora
- ORP Kolín a okolí
- ORP Benešov, Vlašim a okolí

Kontakty:

**724 810 714**  
Mgr. Marie Bilková, DIS,  
vedoucí zdravotních služeb  
e mail: [marie.bilkova@lccdp.cz](mailto:marie.bilkova@lccdp.cz)

Široká nabídka služeb v jedné organizaci k Vám domů.

Nabízíme domácí péči:

- Zdravotní péči poskytovanou v domácím prostředí (odbornost 925)

Výkony, které v domácím prostředí provádíme:

- ošetřovatelská rehabilitace, cvičení na lůžku, procvičení velkých kloubů, nácvik chůze s holí, berlemi, či chodítkem, dechová cvičení
- nácvik soběstačnosti a mobility
- aplikace injekcí i.m., i.v., s.c. (do svalu, do žíly, pod kůži)
- aplikace injekcí Inzulínu
- aplikace i.v. terapie pro zajištění hydratace a léčbu bolesti
- odběry krve a biologického materiálu na vyšetření
- ošetřování a převazy ran, dekubitů, bércových vředů a jiných defektů
- prevence dekubitů, zejména pravidelné polohování a podkládání
- péče o permanentní močové katétry, kolostomie, jednorázové cévkování, klysmata apod.
- péči o stomie (tracheostomie, colostomie, nefrostomie, urostomie)
- peritoneální dialýza

Pomůžeme Vám, rodině, zkoordinovat zdravotní služby, následnou péči a pomoc tak, aby, jste se mohli rozhodnout, kde chcete žít. S námi můžete žít v domácím prostředí.

Poradenství bezplatné.

