

**DOMOV PRO
SENIORY**



Zámecká 57, 664 52 Sokolnice

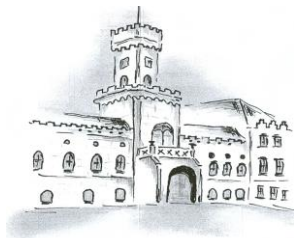
Zámecký zpravodaj

Časopis Domova pro seniory Sokolnice



XI. ročník 5. číslo květen 2021

Informace z domova



Vážení klienti, kolegyně, kolegové,

vzhledem k opatřením souvisejícím s epidemií COVID-19, následným rozvolňováním a zabezpečení proti odchodu klientů s Alzheimerovou chorobou, zůstávají brány a branky do areálu uzavřeny.

Vstup do areálu je povolen pro návštěvy zámeckého parku neomezeně po celý týden, dále za účelem účasti na bohoslužbách v kapli a za účelem návštěvy klientů dle pokynů vedení domova.

Návštěvníci mají možnost vstupu do areálu neomezeně po nahlášení přes zvonek z brány, kdy jim vrátný otevře. Stejně tak při odchodu musí opět informovat vrátného, který jim otevře bránu.

Výjimku tvoří vstup od hřbitova, který je otevřen stále.

Návštěvy ke klientům probíhají v režimu jako na jaře 2020, tedy nahlášením se a zapsáním na vrátnici do deníku návštěv, změřením teploty, vypsáním čestného prohlášení a potvrzením o negativním testu na COVID-19 popřípadě potvrzení o prodělání nemoci ne delším jak 90 dní.

MVDr. Petr Nováček

ředitel Domova pro seniory

Návštěva vedení Jihomoravského kraje

V pátek 7.5.2021 jsme přivítali v našem domově vzácnou návštěvu. Na prohlídku našeho zařízení přijela nová paní radní pro sociální oblast Bc. Jana Leitnerová a náměstek hejtmána pro životní prostředí pan Lukáš Dubec z Jihomoravského krajského úřadu a spolupracovnice z OSV.

Ředitel domova MVDr. Petr Nováček jako hostitel po přivítání celou delegaci doprovodil na prohlídku domova, během které vysvětloval paní radní všechny změny a zlepšení, kterých se mu podařilo dosáhnout, i ty, které nás ještě čekají. Hovořil zejména o humanizaci zařízení, úpravách vícelůžkových pokojů a plánovaných akcích.



Hostům představil každodenní život na odděleních, kde zrovna probíhala výtvarná aktivizační činnost...



....provedl je terapeutickou zahradou...



...pozdravil se s klienty a seznámil delegaci s nově otevřeným oddělením na Stodole, kde probíhala dopolední aktivizace – zpívánky...



Po prohlídce domova pozval přítomné na malé občerstvení a při té příležitosti paní radní a panu náměstkovi ukázal projekt na výstavbu nových domů, která bude zahájena v průběhu letošního roku. Dále se prodiskutovaly další různé dotační možnosti.

Závěrem oběma poděkoval za milou návštěvu a výbornou spolupráci a pozval je na budoucí slavnostní otevření nového objektu.



Mgr. Eva Stiborová
vedoucí aktivizačního oddělení

Pálení čarodějnic

Poslední dubnový den, který předchází příchodu 1. máje, bývá spojen s dlouholetou tradicí „pálení čarodějnic“. Také v našem domově se toto veselé setkání každoročně pořádá. Letos jsme to však pojali trochu jinak. Místo posezení na nádvoří jsme zvolili občůzku po všech odděleních, která se nám osvědčila při Masopustu. Nevázané veselí, lidové písničky a laskavé „čarodějnice“ se tak mohly setkat se všemi klienty, obejmout je, polechtat košťátkem, zazpívat si při harmonice a rozdat trochu radosti.

Ukázalo se, že to byl dobrý nápad a nám se podařilo udělat radost opravdu všem. Bylo to také díky tomu, že aktivizační pracovnice a další kolegyně nejsou žádné stydlivky a vůbec jim nevadí, že jedno odpoledne nejsou jako ze škatulky, ale naopak se umí proměnit v pěkné divoženky.

Za doprovodu harmoniky se i tančilo, pojídaly se napečené dobroty, které připravily samy klientky v rámci dopolední aktivizační činnosti – pečení z listového těsta.

Že se nám akce opravdu vydařila je vidět z fotek, které řeknou víc. Dobrou zprávou pro naše seniory a seniorky je, že aktivizační děvčata už přemýšlí nad další podobnou akcí, která bude v duchu lidových tradic. Těšíme se na Vás.











Mgr. Eva Stiborová

vedoucí aktivizačního oddělení

V měsíci květnu slaví své narozeniny

Mgr. Josef Bobrovský

Květoslava Hrazdilová

Mgr. Zdenka Krejčí

Karel Němec

František Pazderka

Vladimír Petlach

Ludmila Schmiedová

Ludmila Starostová

Marie Tinková



Naši zaměstnanci

Vlastimil Gruml

Zuzana Knápková

Marie Konečná

Iva Lužová

Alena Machálková

MVDr. Petr Nováček

Zdeněk Nováček

Helena Procházková

Alena Skálová

Zdeněk Svoboda

Markéta Šnajdrová

Marie Trundová



Blahopřejeme!

Kvízování

Přiřaďte k sobě odpovídající přídavná jména z levého sloupce a podstatná jména z pravého sloupce tak, aby vznikla ustálená slovní spojení

- | | | |
|-----|--------------|-------------|
| 1. | Křepelčí | A osmička |
| 2. | Skleněné | B pták |
| 3. | Ležatá | C vlek |
| 4. | Všední | D oko |
| 5. | Orná | E medaile |
| 6. | Dravý | F karta |
| 7. | Lyžařský | G den |
| 8. | Civilní | H půda |
| 9. | Zelená | I vejce |
| 10. | Bramborová | J loket |
| 11. | Tenisový | K šroubovák |
| 12. | Křížová | L obrana |
| 13. | Žulová | M deska |
| 14. | Lomený | N oblouk |
| 15. | Artéská | O vrah |
| 16. | Spartakiádní | P studna |
| 17. | Překážkový | Q účet |
| 18. | Obětní | R čára |
| 19. | Běžný | S beránek |
| 20. | Vzdušná | T kost |
| 21. | Svěrací | U běh |
| 22. | Slonová | V kazajka |
| 23. | Myslivecká | W žebřík |
| 24. | Pokusný | X latina |
| 25. | Provazový | Y králík |

Z knihy Jitky Suché vybrala

Helena Procházková-oddělení II.C

Pomoc ve stáří

Starší lidé se často stydí požádat o pomoc a mladým mnohdy nedochází, že ji opravdu potřebují.

Bezmocnost, bezradnost, slabost. To jsou stavy, které si většina lidí nechce pouštět do života. Čím je člověk starší, tím více se jich bojí. Stávají se přímo strašákem. Jenže ony k životu patří. Není třeba se jich jen děsit, mnohem lepší je umět s nimi zacházet.

Typická situace, kdy snaha nepůsobit slabě, napáchá více škody než užitku. Žena přijíždí domů s nákupem. Na zahradě jsou její vnuci. „Běžte babičce vyndat ty tašky z auta a odnést je,“ říká muž vnukům. „Ale ne, vždyť si tak pěkně hráli, neruš je. Já to odnesu nebo mi s tím pomoz sám,“ říká žena.

„Když je nikdo nebude učit, že je normální pomoc každému, kdo je starší a slabší, bude to špatné pro ně a časem i pro nás. Jen ať všeho nechají a jdou pomoci.“

„Ale my přece nejsme slabí, my to zvládneme. Mě štve, že z nás děláš starce, kteří potřebují pomoc. Já chci být pro vnoučata mladá babička, která vše zvládá, nejsem ještě stařenka, kterou je nutné obkakat.“

„Jenže až tou stařenkou budeš, oni vůbec nebudou vědět, že by tě obkakat měli, když je to nikdo nenaučí.“

V souvislosti se stárnutím populace se mezi psychology a lidmi, kteří pracují se seniory, čím dál více mluví o tom, že si lidé nechtějí říkat o pomoc. Považují to za známku slabosti, selhání. Největším strašákem většiny lidí vyššího věku je obava, že jednou zůstanou odkázáni na pomoc druhých. Na jedné straně je to naprosto pochopitelné, každý si přeje být co nejdéle samostatný, soběstačný, výkonný. Na druhé straně to ve společnosti vyvolává nebezpečný dojem, že mnozí senioři pomoc nepotřebují, že jsou aktivní, v lepší kondici, než dříve lidé jejich věku bývali.

Stalo se trendem psát a mluvit především o seniorech, kteří si umějí se svým životem poradit. Ti, kteří potřebují pomoc, nejsou z mediálního hlediska tolik atraktivní, nemluví se o nich, neví se o nich. A mnoho lidí vůbec nenapadne, že v jejich okolí někdo takový je. Jestliže sousedka volá na mladšího souseda „ne, v pohodě, nepomáhejte mi, já to unesu sama,“ vyvolá v něm dojem, že pomoci starší dámě s taškou není nic žádoucího. Je to podobné, jako když žena hlásí, že jí připadá nevhodné, aby jí muž pomáhal do kabátu nebo jí otevřel dveře. Když to muž slyší několikrát, pravděpodobně ženám otevírat dveře a pomáhat do kabátů přestane. Proč by to dělal, když za to není oceněn, ale naopak je pasován do role podivína, který se snaží o něco, co po něm nikdo nechce?

„Nemám na nic čas. Když přijdu z práce, musím vyvenčit psa a pak jedu na druhý konec města uvařit a poklidit tátovi. Večer doma ještě vařím na několik dnů dopředu, aby měl manžel vždy teplé večeře.

Víkendy jezdíme na zahradu, máme tam zeleninu, takže je tam hodně práce. Nechápu kamarádky, které mě pořád lákají do kavárny, na výlet, do divadla. Na nic takového rozhodně nemám čas. Ale nestěžuju si, všechno zvládám, dělá mi to dobře, aspoň jsem v neustálém shonu a mám dobrou kondici,“ vypráví pětasedesátiletá Alena, která ale ve skutečnosti trpí bolestmi zad a občas se jí pořádně zatočí hlava. Dá se považovat za typickou představitelku generace žen, které považují za nevhodné věty typu: Milá rodino, potřebuji pomoc, jsem unavená. Zajed'te dědovi uklidit a nakoupit. Přivezte mi velký nákup, místo dvou hodin v supermarketu jsem se rozhodla zajít si ke kadeřnici. Ne, tento víkend se mi nechce pracovat na zahradě, bolí mě záda, tak se doma naložím do vany.

„Každý, kdo cítí, že přestává mít čas na odpočinek, na koníčky, na sebe, by si měl přesně promyslet, co by mu pomohlo. Čím by získal prostor, čas, klid. Není přece možné považovat za slabost nebo selhání, když člověk požádá příbuzné, aby mu přinesli nákup nebo mu navařili zásobu do mrazáku. Aby mu pomohli s péčí o nemocného příbuzného. Problém je, že mnozí lidé si o pomoc neříkají. Mnozí to neumí, mnozí to považují za nevhodné,“ vysvětluje Kateřina Bohatá, která vede krizovou linku pro seniory provozovanou společností Elpida.

Má zkušenost s tím, že pocit nepostradatelnosti často získávají lidé, kteří dlouhodobě pečují o někoho nemocného. O staré rodiče, o nemocného partnera. „Odsouvají své potřeby, koníčky, odmítají si

dopřát dovolenou. Mají pocit, že vše musí zvládnout sami, že říct si o pomoc je selhání. Často jde o lidi, kteří už jsou v seniorském věku a nepovažují za přirozené požádat o pomoc své děti, vnoučata,“ upřesňuje Kateřina Bohatá.

Mnohé děti tak nyní nejsou vychovávány k tomu, že pomáhat starším, slabším, nemocným, je naprosto přirozená věc. Ony totiž kolem sebe slabé a nemocné seniory nevidí. Jejich babičky a dědové jsou velmi často čilí, schopní, o pomoc nikoho si neříkají. Berou vnoučata na dovolené, vytvářejí jim perfektní servis. A když onemocní, zestárnou, zeslábnou, mnohdy pak čas nemohoucnosti tráví v domovech pro seniory, v léčebnách, tedy mimo rodinu. Mnohé děti a mladí lidé tak vůbec nevidí tuto smutnou stránku stáří. Pro řadu dětí je nyní starý člověk šarmantní děda, který s nimi v létě jezdí k moři a rozhodně si o pomoc neříká. Naopak křičí: „Nechej tu těžkou tašku, Petříčku, já to odnesu, netahej se s tím.“

Lidé, kteří se zabývají problémy spojenými se stárnutím populace, čím dál častěji mluví o tom, že dochází ke poněkud zkreslenému pohledu na seniory. Přesněji, že jsou děleni na dvě skupiny. Na ty aktivní, veselé, zdravé, kteří nic nepotřebují a zakládají si na tom, že vše zvládnou sami. A pak na ty nemocné, hodně staré, kteří jsou odkázáni na pomoc druhých, kteří na veřejnosti nejsou vidět. Jenže, pokud se nenaučili už v době, kdy ještě byli zdravější a samostatnější, pomoc přijímat, nyní svůj stav nesou velmi těžce. Nenaučili se nechat

si život ulehčovat, zpříjemňovat, a tudíž případnou pomoc neberou jako samozřejmost.

Takže je čím dál více slyšet rada psychologů: Učte děti, že pomáhat starším lidem je normální, přirozené. Že babičce se prostě taška z auta odnáší, i kdyby ona sebevíc křičela: Ne, já to zvládnu, běžte si hrát, nevšímejte si mě.

Autor: Vratislava Hofmanová

Ze zdravotnického úseku

Vážení čtenáři,

jak jste si jistě všimli začíná se s postupným rozvolňováním, což je pro nás všechny jistě velmi potěšující. Důvodem je rapidní snížení počtu nově nakažených nemocí Covid 19. Jistě k tomu také velkým dílem přispělo očkování. Ráda bych vás informovala o proočkovanosti zaměstnanců i klientů našeho domova. Očkování proběhlo přímo v zařízení. První návštěva mobilního očkovacího týmu z Fakultní nemocnice u svaté Anny se uskutečnila již 14.ledna tohoto roku. Podruhé přijeli k doočkování dalších zájemců z řad klientů a zaměstnanců 29.května. Tehdy obdrželo první dávku očkovací látky COMIRNATY od firmy Pfizer (BioNTech) 105 osob. Naposled k nám přijedou, aby je doočkovali druhou dávkou ve čtvrtek 10.června. Bylo oznámeno, že mobilní týmy již po 30.červnu 2021 nebudou očkování provádět, takže další očkování bude možné

pouze po objednání v očkovacích centrech nebo cestou praktických lékařů, pokud tito budou očkování provádět. Po 10.červnu 2021 bude tedy v našem domově očkováno druhou dávkou 73 zaměstnanců z celkového počtu 93 a hlavně 111 klientů z celkového počtu 120. Velký dík za bezproblémový průběh a profesionální přístup patří všem členům očkovacího týmu vedeného MUDr. Liborem Urbánkem. Doufám, že i ti, kteří nebyli dosud rozhodnuti nebo nemohli být z nějakých důvodů právě očkováni, své rozhodnutí přehodnotí, protože očkování je jistě vykročení správným směrem. Toto rozhodnutí je samozřejmě na každém jedinci.

Změnily se podmínky pro naše klienty po návratu z vycházky. Rozšířili jsme návštěvní dny na každý den v týdnu, podmínky pro uskutečnění návštěvy však zůstávají z nařízení vlády stejné. Nebyla však zrušena povinnost testování všech, kdo nejsou alespoň dva týdny po druhé dávce očkování nebo do devadesáti dnů po prodělaném onemocnění Covid 19. Nebyla také zrušena povinnost nošení respirátorů FFP2 v uzavřených prostorách (platí pro zdravotnická zařízení, zařízení sociálních služeb, úřady, prostředky veřejné dopravy, nákupní centra apod. a venku pokud nejste nejméně dva metry od druhé osoby. Nezbyvá než doufat, že situace bude již jen lepší a lepší, abychom se mohli opět volně nadechnout a těšit se na blížící se léto. To by si jistě přál každý z nás.

Věra Mrkvicová

vedoucí zdravotnického a ošetrovatelského úseku

Luštíme sudoku!

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

Zdroje:

<https://www.google.cz/search?q=sudoku+st%C5%99edn%C4%9B+t%C4%9B>

Chcete mít svůj Zámecký zpravodaj? Pokud ano, je možné si ho zakoupit za 30,- Kč. Zeptejte se Vašich sestřiček.

váš Zpravodaj

Uzávěrka příštího čísla Zámeckého zpravodaje je 31.5.2021. Své příspěvky zasílejte v elektronické podobě na email stiborova@domovsokolnice.cz

Redakční rada: MVDr. Petr Nováček, Mgr. Eva Stiborová, Věra Mrkvicová, Helena Procházková.