

**DOMOV PRO
SENIORY**



Zámecká 57, 664 52 Sokolnice

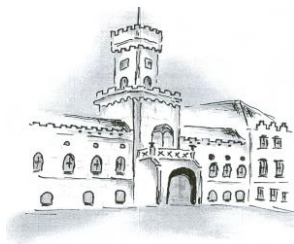
Zámecký zpravodaj

Časopis Domova pro seniory Sokolnice



XII. ročník 7. číslo červenec 2022

Informace z domova



Milé kolegyně a kolegové,

je již červenec, počátek léta a letních prázdnin, tím také doba odpočinku a dovolených. Chtěl bych Vám popřát hezké léto, spousty hřejivých slunečních paprsků, krásného koupání a také zajímavých turistických zážitků na Vašich dovolenkových cestách.

Přeji Vám všem, abyste si léto pěkně užili, na chvílku zapomněli na každodenní shon, starosti, práci a načerpali nových sil a duševní pohody do dalších dnů.

MVDr. Petr Nováček
ředitel domova

Vážení spolupracovníci,
jelikož se začínají objevovat informace o dalším očkování proti onemocnění COVID 19, posílám dostupné informace formou letáku.

Prosím všechny vedoucí, aby informovali své podřízené, aby měl každý dost času rozmyslet si, zda se nechá očkovat 3. posilující dávkou nebo 4. posilující dávkou.

Jistě bude možnost domluvit očkování, v případě zájmu i pro neočkované.

Informace o očkování proti onemocnění COVID 19

Doporučení pro aplikaci druhé posilující dávky od České vakcionologické společnosti

1. všem osobám **ve věku 60 a více let,**
2. pacientům se závažným imunokompromitujícím stavem (imunodeficit, imunosuprese) ve věku 12 a více let,
3. **klientům v zařízeních sociální péče a osobám o ně pečujícím,**
4. zdravotnickým pracovníkům v přímé zdravotní péči o pacienty se závažným imunokompromitujícím stavem,
5. **aplikace s odstupem ≥ 4 měsíců po první posilující dávce** vakcíny, tj. třetí dávce,
6. v případě **onemocnění covid-19, lze aplikaci jakékoli posilovací dávky odložit o 3 měsíce po prodělané nemoci,** počítáno od data prvního pozitivního výsledku PCR nebo Ag testu na SARS-CoV-2.
7. prodělání nemoci neznamená imunitu.

Registrace první posilující dávky (třetí dávka)

- Pro každého, kdo má ukončené základní schéma s odstupem 5 měsíců

- Navrhovaná úprava: zkrácené na 4 měsíce, s termínem od 1.8.2022

Registrace **druhé posilující dávky (čtvrtá dávka)**

- Od 15.8. bude umožněno osobám nad 18 let se registrovat na 4. dávku očkování proti Covid-19 po uplynutí 4 měsíců od podání 3. dávky.
- Comirnaty (Pfizer) nebo Spikevax (Moderna)

Pro očkování v DS budou opět odborem sociálních věcí vytvořeny mobilní týmy, které zajistí očkování v zařízení soc. služeb (FN Brno a FNUSA) včetně celé organizace tohoto procesu. Registrovat se můžete u vrchní sestry od 1.8.2022.

Věra Mrkvicová

vedoucí zdravotnického úseku

Ohlédnutí za červnem

Co se událo v měsíci červnu na I. A oddělení?

Zatímco venkovní teploty stoupají, naše pracovní nasazení klesá. Nehorázná vedra totiž mění náš temperament. A tak bojujeme s letní leností. A to celkem úspěšně. Rádi zpíváme. Zpěv nám nejen

pozvedne náladu, ale je to i skvělá dechová gymnastika 😊 Nejraději zpívají děvčata na Stodole. V čele s paní Hrbkovou.

Na prvním oddělení nejraději čteme. Pánové se stali posluchači Hochů od Bobří řeky. A dámy se červenají u červené knihovny. Čtení a zpěv není naše jediná činnost. Chodíme na procházky, luštíme křížovky, trápíme se u tréninku jemné motoriky, řešíme zapeklité kvízy.



Foto: sokolnické seniorky při zpívání s klientkami

Naděžda Krošláková, DiS.- I.A oddělení

Co se událo v měsíci červnu na I.B oddělení?

Červnové počasí bylo poněkud teplé, a tak jsme mohly s klientkami trávit více času v zámecké zahradě, kde jsme si četly různé příběhy, trénovaly paměť a připomínaly si vůně jednotlivých rostlin, které zámecká zahrada nabízí.

Ty klientky, které se nemohly ze zdravotních důvodů účastnit jednotlivých návštěv parku, tak i těm byly na pokoje doneseny vybrané rostliny, aby si tak mohly připomenout jednotlivé vůně a oživit své vzpomínky. Dále jsme s klientkami hrály na pokojích tolik oblíbené stolní hry jako je Člověče nezlob se, pexeso a některé se s chutí pustily i do tangramů.



Foto: seniorky při odpočinku v zámeckém parku

Pavčina Krbílková, DiS. – I.B oddělení

Co se událo v měsíci červnu na II.C oddělení?

V červnu jsme nasázeli bylinky v terapeutické zahradě a chodili je potom zalévat. Pro potěchu očí jsme zasázeli afrikány.



Foto: seniorky při práci v terapeutické zahradě

Pár klientů se zúčastnilo návštěvy v Domove dochodcov a Domove sociálních služieb pre dospelých v Seredi. Vrátili se spokojeni. Po dvou letech se v Sokolnicích konaly Jánské hody. Stárci přišli na zámek a zazpívali na nádvoří klientům, kteří se potěšili pohledem na krásné kroje a někteří si i s chutí zatancovali. Povídali jsme si o hodech, posvícení a tradicích v jejich rodných vesnicích.

Klienti se rádi vyhřívali na sluníčku a vzpomínali na dětství a mládí. Koncem měsíce bylo až tropické počasí, a tak jsme raději zůstali

v relativním chládku zámeckých komnat a trénovali ruce i paměť. Tak doufáme, že se vyplní předpověď a v červenci se aspoň trochu ochladí a budeme moci ve vycházkách pokračovat.



Foto: klienti při posezení na nádvoří

Helena Procházková - II.C oddělení

Nabídka aktivizací v červenci

I.A oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů, doprovod klientů k lékaři

Úterý 12.7. Bingo-I.A

Čtvrtek 14.7. Skupinové posezení, trénink jemné motoriky, četba-Stodola

Úterý 19.7. Skupinové posezení-četba, vzpomínání-I.A

Pátek 22.7. Pohybové aktivity, zpěv-Stodola

Úterý 26.7. Malování na sklenice-I.A

Čtvrtek 28.7. Malování na sklenice– Stodola

I.B oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů, doprovod klientů k lékaři

- čtení v parku a u lůžka

Čtvrtek 14.7. Stolní hry

Úterý 19.7. Trénink paměti

Úterý 26.7. Pohybové aktivity

II.C oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů, doprovod klientů k lékaři

- čtení z knihy Slovácko sa súdí a Slovácko sa nesúdí

Úterý 4.7.	Aromaterapie-poznávání bylinek podle vůně
Středa 18.7.	Tvoření z papíru
Úterý 26.7.	Míčové hry
Středa 27.7.	Vzpomínání na letní práce na zahradě

Nabídka celodomovních aktivit v červenci

Pondělí 4.7.	BIBLICKÉ PŘÍBĚHY	<i>od 10:00 hodin na II.C oddělení</i>
Pátek 8.7.	SOKOLNICEKÉ LÉTO-KONCERT JANKA LEDECKÉHO	<i>od 19:00 hodin v zámeckém parku</i>
Pondělí 18.7.	BIBLICKÉ PŘÍBĚHY	<i>od 10:00 hodin na II.C oddělení</i>
Úterý 19.7.	NÁVŠTĚVA KLIENTEK V DS NOPOVA BRNO	<i>odjezd v 9:00 hodin od vrátnice</i>
Středa 20.7.	RODINNÉ CENTRUM LÍPA-PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR	<i>od 10:00 hodin v zámeckém parku</i>
Pátek 22.7.	ZPÍVÁNKY	<i>od 10:00 hodin na I.A oddělení</i>
Pondělí 25.7.	PRODEJ OBLEČENÍ	<i>od 10:00 hodin v kantýně</i>
Úterý 26.7.	DOBROVOLNICE	<i>od 10:00 hodin na odděleních</i>
Pátek 29.7.	MUZIKOTERAPIE A PŘEDNÁŠKA DR.KARNETA	<i>od 10:00 hodin na I.B oddělení</i>

V měsíci červenci slaví své narozeniny

Robert Čermák

Marie Hrbková

Tomáš Křůl

Vlastimil Křofanda

Zdeňka Kulhánková

Helga Masničková

Drahomíra Palečková

Marketa Skládalová

Zuzana Truttmannová

Milan Vašák

Božena Vorlová



Naši zaměstnanci

Vladimíra Lacíková

Ludmila Kubínková

Renata Fuksová

Bc. Eva Antonínová

Hana Vašková

Jitka Matoušková

Ilona Husáková

Lýdia Dřevojánková



Blahopřejeme!

Hrajeme si se slovíčky

HLEDEJTE ROZDÍLY MEZI SLOVY:

následující slova se pouze drobně liší. Pokuste se pro každou variantu vymyslet nějaké slovní spojení, abyste si uvědomili rozdíl mezi nimi.

Lak – lák

Parky – párky

Pas – pás

Tyl – týl

Sudy – sudý

Svitek – svátek

Val – vál

Šatečky – šátečky

Tip – typ

Vrch – vrh

Kanón – kánon

Boje – bóje

Bidlo – bydlo

Dostát – dostat

Báseň – bázeň

Z knihy Jitky Suché vybrala

Helena Procházková - II.C oddělení

Troška humoru

Na taneční zábavě se k sobě vine mladý páreček. Právě hrají ploužák a ona povídá:“ Slyšíš, jak moc tady vržou parkety?“ On odpovídá: „Slyším a moc jim závidím.....taky bych si rád vrznul...“

Doktor říká pacientovi:“ Milý pane, na vaši nemoc je jediný lék. A to klid a zase klid.“ Pacient na to:“ Takže mi pane doktore radíte, abych se dal rozvést, že jo?“

Blondýnka si v letadle sedne k oknu. Přijde chlapík a říká:“ To sedadlo je moje!“ Blondýnka na to:“ Dej si odpich, takový blbý finty

znám, tak nevotravuj.“ Chlapík pokrčí rameny a prohodí:“ No tak si s tím letadlem odstartuj sama, kozo jedna.“

Manželka o půlnoci vzbudí muže a říká:“ Pepo, někdo se nám vloupal do baráku!“ Pepa na to: „A co mám dělat?“ „Nekecej a běž vzbudit psa!“

Vzbudí se chlap po hrozném flámu vedle cizí ženské a říká:“ Kolik máš proboha roků?“ Žena odpoví:“ No tolik, na kolik vypadám!“ Nekecej, tak dlouho člověk nežije!“

„ Víš, že ředitel věznice byl včera zatčen?“ Karel se ptá:“ A proč?“ „Protože ředitel předvedl tchýni názorně jak funguje elektrické křeslo.“

Vtipy převyprávěl pan Antonín Červenka

klient oddělení II.F

Návštěva Seredi

Jak už jsme zmínili v minulém čísle Zámeckého zpravodaje, vstoupil náš domov v rámci evropských projektů přeshraniční spolupráce do kontaktu s Domovom dochodcov a Domovom sociálních služieb pre dospelých v Seredi na Slovensku. Spolupráce, která začala už na podzim 2021, pokračovala již zmíněnou úvodní návštěvou vedení domova v květnu 2022. Poté následovala červnová dvoudenní návštěva našich seniorů v sereděském domově. Ve čtvrtek 16. června

přijel v 7 hodin ráno speciální autobus upravený také pro cestující na invalidním vozíku a mohli jsme vyrazit. Na společný výlet jsme pozvali také seniorky a seniory, kteří docházejí do našeho domova jako dobrovolníci. Jeli s námi sokolnické seniorky, které chodí za našimi klienty pravidelně zpívat a také naši velmi oblíbení a už téměř naši kamarádi – Bloňďáci z Otnic. Jejich harmonika v autobuse byla předzvěstí toho, že cestou budeme zpívat naše krásné moravské písničky, což se beze zbytku naplnilo.



Foto: klient při vysazování do autobusu



Foto: Bloňďáci zpívající v autobuse

S harmonikou a s písničkou na rtech nám cesta rychle utekla a pod dvou hodinách už jsme vjížděli do vyzdobeného areálu domova v Seredi, kde nás vítaly desítky usměvavých tváří. Po vřelém přivítání a malém občerstvení následoval naplánovaný program. Slovenští partneři si pro nás připravili několik zábavných soutěží a tvořivých

dílen, do kterých se naši senioři i slovenští senioři s chutí společně zapojili.



Foto: senioři při výrobě malovaných tašek



Foto: workshop personálu obou domovů

A zatímco senioři soutěžili a malovali, personál obou domovů se sešel po prohlídce zařízení na společném workshopu zaměřeném na aktivizaci seniorů. Následoval oběd ve venkovním areálu, na kterém jsme si všichni velmi pochutnali.



Foto: klienti při obědě v areálu domova



Foto: klienti při tanci v areálu

Po obědě začal odpolední program, ve kterém vystoupily děti z místní mateřské školy a hudební skupina Veselí starci. Nenechali se zahanbit ani naši Bloňďáci, kteří představili svoje písničky, přičemž nezapomněli ani na slovenské, které známe i my a mohli jsme si tak zazpívat všichni společně. A musím přiznat, že většina z nás si ráda slovenštinu připomenula.



Foto: vystoupení Bloňďáků

Po odpolední kávě a sladkém občerstvení, které připravily slovenské seniorky, následovalo vyhlášení vítězů dopoledního soutěžení. Každý účastník dostal pamětní diplom, až na jedinou výjimku, kterou byla naše klientka paní Květuška Krišpínová, která byla ve svých 97 letech oceněna zlatou medailí jako nejstarší soutěžící. Poté jsme se všichni přesunuli k místu, kde pan ředitel našeho domova a paní ředitelka domova v Seredi zasadili společně „růži přátelství“, která bude

symbolizovat a připomínat naši vzájemnou česko-slovenskou spolupráci.



Foto: zasazení „růže přátelství“

A protože se už schylovalo k večeru, byl nejvyšší čas k odjezdu na ubytování, večeři a uložení klientů k odpočinku, které doprovodila část personálu. Malá skupinka se vrátila zpět do domova k naplánovanému společenskému posezení.

Druhý den ráno hned po snídani jsme se zúčastnili společné mše svaté a svátečního obědu. Na závěr celého setkání jsme darem od našich nových slovenských přátel obdrželi pamětní obraz jako upomínku na milé přátele, které jsme díky tomuto projektu získali. Už se těšíme, až naše slovenské partnery přivítáme v polovině září u nás v domově na oslavách 80. výročí jeho založení. A zveme i Vás!



Foto: předávání daru



Foto: mše svatá

Mgr. Eva Stiborová

vedoucí aktivizačního oddělení

Jak komunikovat

Schopnost jednat s lidmi je základem úspěchu nejen v pracovní, ale i osobní sféře. V dnešní době jde o ceněnou emoční inteligenci, kterou se každý může naučit. Asi každý by si přál, aby byl v kolektivu uznávaný, respektovaný a oblíbený. To může být kdokoliv z vás! Klíčem k tajemství oblíbenosti je právě již zmíněná komunikace. Dovednost mluvit, je zásadní, téměř v každé situaci. Ať už se jedná o

práci, rodinu, osobní vztahy nebo řešení konfliktů. Chcete se zdokonalit v psychologii správného jednání a komunikaci s lidmi, ať už v běžném životě, pracovním procesu nebo v rozhovorech s klienty a zákazníky? Přinášíme vám několik skvělých tipů.

Jaké jsou základní body?

- Cílem je udělat dobrý první dojem
- Vytvořit pozitivní atmosféru
- Navázat kvalitní vztahy
- Naslouchat ostatním
- Komunikovat zdvořile

Všechno začíná u nás

Nedílnou součástí správné komunikace je vztah k sobě samým. Pokud nemáte dostatek sebevědomí a důvěry ke svým schopnostem a dovednostem, pak tvrdě narazíte. Se zdravým sebevědomím, nikoliv arogancí, pak můžete s jistotou a vřelým jednáním komunikovat s ostatními. Každý jste originál, proto je důležité k tomu tak přistupovat, i v případě, když nastane konflikt.

Zajímejte se o ostatní

Důležitým bodem je porozumění, nestačí jen poslouchat, ale i naslouchat. Získejte si lidi svým přátelským jednáním. Dobrá komunikace je odrazový můstek nejen ke kariérnímu postupu. Velmi

dobře umí většinou komunikovat lidé na vysokých postech, protože komunikují na denní bázi. Nebojte se ptát na otevřené otázky typu (jak se máš, jak se cítíš, co si o tom myslíš). Když ukážete zájem, lidé to ocení. Lidé často mluví rádi o sobě, svých dětech a zvířatech. Ptejte se, zajímejte se, jsou to určitě plusové body.

Komunikační šumy

V případě, že chcete, aby lidé něco pochopili, je zapotřebí, abyste zprávu druhému oznámili tak, aby pro něj byla srozumitelná. Pokud se budete vyjadřovat složitě, tak to většinou nedopadá dobře. V komunikaci se často objevují tzv. komunikační šumy, tedy nesrozumitelnosti, buďto člověk mluví moc rychle a nesrozumitelně nebo naopak potichu a nevýrazně, kdy je posluchač nucen spíše odezírat ze rtů. Komunikujte tedy tak, aby vaše informace byly pro příjemce, co nejsrozumitelnější a nejstravitelnější. Nikdo se nechce zaobírat zbytečnými detaily a zkoumat, co po nás druhý vlastně chce.

Řešení nepříjemných situací

Pokud se dostanete do nepříjemné situace, jak na pracovišti, tak v osobním životě, tak zachovejte klid. Takové věci se bohužel stávají často a bez dobré komunikace se problém nevyřeší. Nezáleží ani tak na tom, jaký jste osobnostní typ dle temperamentu nebo výchovy. Každý je nějak zvyklý řešit konflikty a nepříjemné situace různými

způsoby, ale vždy je dobré zachovat chladnou hlavu a konflikt se snažit vyřešit s klidným hlasem, bez sprostých slov.

Nejčastější chyby při komunikaci:

- Neustálé skákání do řeči
- Přerušování partnera slovně nebo gestem
- Neprojevování zájmu a otáčení hlavy
- Převádění konverzace na vlastní osobu
- Nedostatečná reakce a neverbální projevy
- Absence očního kontaktu
- Sprostá slova a manipulace

Jaké jsou plusové body:

- Udržuje oční kontakt a usmívá se
- Má otevřenou pozici v postoji těla
- Pokyvuje při naslouchání hlavou
- Pokládá otevřené otázky
- Shrne nakonec, co důležitého bylo řečeno

Přes všechny předešlé faktory je nejdůležitějším úspěchem v jednání člověka empatie, tedy vcítění se do pocitů druhého. Mezilidské konflikty totiž většinou vznikají z nedostatku empatických vloh a mohou poznamenat člověka na dlouhou dobu.

Autor: Monika Holemá

Luštíme sudoku!

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

Zdroje: archiv DPS Sokolnice

<https://www.google.com/search?q=l%C3%A9to+u+vody&tbm=isch&ved=2ahh>
[tps://www.google.com/search?q=sudoku+t%C4%9B%C5%BEk%C3%A9&](https://www.google.com/search?q=sudoku+t%C4%9B%C5%BEk%C3%A9&)

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 30.6.2022. Své příspěvky zasílejte v elektronické podobě na email stiborova@domovsokolnice.cz

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