

**DOMOV PRO
SENIORY**



Zámecká 57, 664 52 Sokolnice

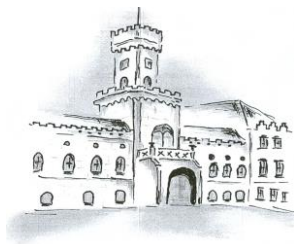
Zámecký zpravodaj

Časopis Domova pro seniory Sokolnice



XII. ročník 8. číslo srpen 2022

Informace z domova



Vážení klienti a zaměstnanci,

v pátek 9. září 2022 proběhne v hlavní jídelně očkování proti onemocnění COVID 19. Jako posledně lékařem mobilního očkovacího centra FN u SA.

Očkování je určeno všem, kteří mají nárok na 2. posilující dávku (v pořadí 4.očkovací dávka), ale i 1. posilující dávku (v pořadí 3. očkovací dávka) nebo není očkovan, tak 1.dávku či 2.dávku.

Informace podám kdykoliv, hlásit se můžete ihned až do 6. září.

Věra Mrkvicová

vedoucí zdravotnického úseku

Vážení přátelé,

dovolte nám, abychom Vás pozvali na oslavu 80 let založení domova, která se bude konat v pátek 16.9. a bude pokračovat v sobotu 17.9.2022 Mezigeneračním dnem a Dnem otevřených dveří v prostorách zámeckého areálu. Představíme Vám naše zařízení a ukážeme, jak během času docházelo k proměnám.

Provedeme Vás historií a současností domova. Je pro Vás připraven rozmanitý kulturní program a bohatý jarmark. Páteční den zahájíme uvítáním představitelů zástupců zřizovatele Jihomoravského kraje a samosprávy okolních obcí a to od 11:00 hodin. Pestrý program bude zakončen ve 19:30 hodin slavnostním koncertem. Uvítáme také naše přátele z partnerského domova důchodců v Seredi ze Slovenské republiky a Domova pro seniory Nopova z Brna.

Sobota naváže na páteční oslavy oblíbeným již tradičním Mezigeneračním dnem, při kterém se setkávají děti, rodiče i jejich prarodiče, aby společně plnili různé zábavné úkoly a soutěže. Děti budou po splnění úkolů odměněny sladkým dárečkem.

Pro seniory je také připraven bohatý program např. sportovní vyžití při „Seniorské olympiádě“ nebo ochutnávka tradičního sladkého i slaneého pečiva. Součástí bude i výstava jimi vytvořených výrobků při aktivizacích v domovech.

Jménem všech klientů a zaměstnanců Domova pro seniory Sokolnice

Vás srdečně zve

MVDr. Petr Nováček, ředitel domova.

Těšíme se na setkání s Vámi.

PROGRAM OSLAVA DNŮ OTEVŘENÝCH DVEŘÍ:

Pátek : 16. 9. 2022 – OSLAVY 80. let založení DPS

11:00 - zahájení oslav, uvítací slovo ředitele DPS a představitelů regionu

13:00 – 18:00 - slavnostní program :

- vystoupení Františka Bugnera-autor Sokolnické polky
- vystoupení dětí ze základních škol -Sokolnice, Otnice
- hudební vystoupení Blondáci, Mužáci, Újezdská Rozmarýna, Trio Zdeňka Marečka, zAP, Vilma Novotná a syn
- taneční vystoupení dětí z komunitního centra Lípa
- představení vojáků a prezentace Bitvy Tří císařů-Ivan Vystrčil
- cimbálová muzika-Mlýnica ze Sokolnic

18:30 – 19:30 - slavnostní koncert

19:30 - ukončení oslav

Sobota : 17. 9. 2022 – Mezigenerační den

9:00 – 10:00 - Mše svatá a prohlídka zámecké kaple s výkladem k malbám a historii

10:00 – 16:00 - zahájení Mezigeneračního dne pořádaného v zámeckém areálu DPS Sokolnice (setkání dětí, rodičů, prarodičů, hledání ztraceného pokladu – soutěže, plnění úkolů)

- mezinárodní seniorská olympiáda (senioři DPS Sokolnice, obce Sokolnice, partnerského domova DD Sered' SK)

***Po celý den občerstvení, ochutnávka vín,
jarmark.***

jihomoravský kraj



INTERREG V-A
SLOVENSKÁ REPUBLIKA
ČESKÁ REPUBLIKA



Ohlédnutí za červencem

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

Letní měsíce jsou v plném proudu. Sluníčko krásně hřeje. A grilování se ve vlastím potu se stalo nekonečným příběhem. V domově se zvýšil odbyt deodorantů a fronta u automatu na vodu se zdála býti nekonečná. Na žádném oddělení se ale, co se týče výkonu, nic nezměnilo. Navzájem si během vykonávání svých povinností odlepujeme trička ze zpocených zad. Čímž se prohlubují naše už tak výborné vztahy. A tak děvčata z řad PSS běhají jak včeličky po oddělení, sestřičky ošetřují klienty s úsměvem „holivůdké“ hvězdy, uklízečky tancují po oddělení v rytmu tanga, sociální běhají po oddělení dle hesla E. Zátopka: Když nemůžeš, tak přidej víc. A my aktivizační se královsky bavíme.



Foto: seniorky při aktivizaci v terapeutické zahradě

Naděžda Krošláková, DiS.- I.A oddělení

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

Začátek prázdnin nás všechny zaskočil extrémně vysokými teplotami. Celodenní aktivity klientů v parku nepřicházely v úvahu, tak jsme se museli přizpůsobit my. Do zahrady jsme vycházely s klientkami v dřívějších dopoledních hodinách. V té době jsme navštívily ergoterapeutickou zahradu, kde se některé klientky těšily z pozorování „neposedných“ koz a některé se zase procvičily na posilovacích strojích. Když už začala venkovní teplota více stoupat, vracely jsme se na oddělení, a po krátkém odpočinku a občerstvení jsme se věnovaly četbě, stolním hrám a tréninku paměti.



Foto: sokolnické seniorky při zpívání s klientkami

Pavλίna Krbílková, DiS. – I.B oddělení

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

Začátek července klienti prožili mši svatou u příležitosti svátku Cyrila a Metoděje. Uprostřed měsíce se citelně ochladilo, ale potom do konce měsíce nás zase provázela úmorná tropická vedra, kdy se na procházku do parku a pobyt na nádvoří dalo využít jen ráno chvilku po snídani. Potom zbytek dne jsme využívali poměrného chládku v prostorách našeho záměčku. Trénujeme písničky na zářijové oslavy, procvičujeme jemnou motoriku, hrajeme stolní hry, trénujeme paměť při vzpomínání na to, co bylo. Snažili jsme se poznat bylinky podle vůně a vyprávěli si o letních pracích v poli a na zahradě.



Foto: klienti při aktivizaci na nádvoří

Helena Procházková - II.C oddělení

Nabídka aktivizací v srpnu

I.A oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů, doprovod klientů k lékaři

- Úterý 9.8.** Pohybové aktivity-Stodola
- Čtvrtek 11.8.** Kvízy, cvičení, četba na přání-I.A
- Pondělí 29.8.** Malování na sklenice-Stodola
- Úterý 30.8.** Malování na sklenice– I.A

I.B oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů, doprovod klientů k lékaři

- Středa 3.8.** Stolní hry
- Čtvrtek 11.8.** Pohybové aktivity
- Úterý 16.8.** Trénink paměti v zámeckém parku
- Středa 24.8.** Luštění křížovek a bingo

II.C oddělení

Denně – aktivizace imobilních klientů, doprovod klientů k lékaři

- Čtvrtek 4.8.** Luštění křížovek-trénink paměti
- Pátek 12.8.** Pohybové hry s míčem
- Úterý 23.8.** Výroba prostírání

Úterý 30.8. Vymalovávání podle předlohy

Nabídka celodomovních aktivit v srpnu

Pondělí 1.8.	BIBLICKÉ PŘÍBĚHY	<i>od 10:00 hodin na II.C oddělení</i>
Pátek 12.8.	ZPÍVÁNKY	<i>od 10:00 hodin na I.A oddělení</i>
Sobota 13.8.	MEZEK A POŽÁR DIVADLA-DIVADELNÍ PŘEDSTAVENÍ	<i>od 19:00 hodin v zámeckém parku</i>
Pondělí 15.8.	BIBLICKÉ PŘÍBĚHY	<i>od 10:00 hodin na II.C oddělení</i>
Čtvrtek 18.8.	PŘEDNÁŠKA DR. KARNETA- DOMÁCI MAZLÍČCI	<i>od 10:00 hodin na I.B oddělení</i>
Čtvrtek 18.8.	MUZIKOTERAPIE	<i>od 10:00 hodin na I.B oddělení</i>
Úterý 23.8.	DOBROVOLNICE	<i>od 10:00 hodin na II.C oddělení</i>
Pondělí 29.8.	BIBLICKÉ PŘÍBĚHY	<i>od 10:00 hodin na II.C oddělení</i>

V měsíci srpnu slaví své narozeniny

Marie Ježová

Vlasta Pokorná

Ilona Solničková

Marie Štibichová

Drahomíra Vejrostová

Anna Vozdecká



Naši zaměstnanci

Zdeněk Harvánek

Hana Klvačová

Mgr. Tomáš Krošlák

Ludmila Svobodová



Blahopřejeme!

Hrajeme si se slovíčky

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

- | | | |
|-----|----------------|---------------|
| 1. | Matějská | A. chorál |
| 2. | Gregoriánský | B. nudle |
| 3. | Martinská | C. pout' |
| 4. | Bartolomějská | D. kapky |
| 5. | Celestýnské | E. noc |
| 6. | Valeriánské | F. husa |
| 7. | Alžbětínská | G. Klášter |
| 8. | Tereziánský | H. serenáda |
| 9. | Anežský | I. tolar |
| 10. | Juliánský | J. blahopřání |
| 11. | Jindřišská | K. příkop |
| 12. | Valentýnské | L. kalendář |
| 13. | Prokopské | M. věž |
| 14. | Mariánský | N. údolí |
| 15. | Michalská | O. víno |
| 16. | Svatojakubská | P. mušle |
| 17. | Svatojánská | Q. muška |
| 18. | Svatomartinské | R. brána |

Z knihy Jitky Suché vybrala Helena Procházková - II.C oddělení

Troška humoru

Paní Jarmila říká v dámském klubu:“ Dámy, víte, jaký je rozdíl mezi dveřmi od kuchyně a mým manželem?“ Nikdo neodpovídá a Jarmila na to:“ ...obrovský! Když namažete dveře, tak jsou zticha!“

Přijde Pepa domů a hned ve dveřích prohlašuje:“ Ženo, rozvádíme se od stolu a lože! „Proboha!“, zoufale prohodí žena:“ Tak ty už nemůžeš ani jíst?“

Žena se ptá:“ Co bys dělal, kdybych spadla do řeky?“ Muž odpoví:“ Utíkal bych do vesnice pro pomoc.“ Žena na to:“ Ale ta je daleko!“ „Pro tebe bych utíkal až na kraj světa!“

Dva se milují a ona povídá:“ Netušila jsem, že máš tak malý nástroj.“ On na to odpoví: „Netušil jsem, že jednou budu hrát v katedrále.“

Pepa volá na souseda:“ Franto, půjč mi deset kýblů vody.“ Franta odpoví:“ Na co ti to bude. Máš svoji studnu.“ Pepa:“ ...no právě....spadla mi tam tchýně, ale ještě jí kouká nad hladinu hlava!“

Děti ze školky jsou na procházce a malé děvčátko si zvědavě prohlíží těhotnou ženu a pak se zeptá: “Paní, vy máte v bříšku děťátko? „Ano“, odpoví žena. Holčička se ptá dál:“ A máte ho ráda?“ Paní odpoví: “Ano, velice moc!“ “Tak proč jste ho snědla?“, ptá se děvčátko.

V ordinaci praví lékař: „To je ale krásný chlapeček. A jaké má červeňoučké tvářičky.“ „Bodejt’ by neměl“, odpoví maminka „Vždyť jsem mu dala před chvílí pár facek, protože k vám nechtěl jít!“

Vtipy převyprávěl pan Antonín Červenka

klient oddělení II.F

Milion Čechů pečuje o blízké

Milion Čechů pečuje o blízké. Stát by se bez nich zhroutil, ale nepomáhá jim. V Česku se o své blízké stará až milion lidí. Ve většině případů jde o nemohoucí seniory. Když je potřeba pečovat o blízké, Češi to udělají. Při neformální péči se ale obávají problémů s financemi i s psychickým a fyzickým zdravím. Podle neziskových organizací stát těmto lidem nezajišťuje dostatečnou podporu.

Co se v analýze dočtete

- O své blízké – nejčastěji staré rodiče či partnera – je ochotných se osobně postarat 84,7 procenta Čechů. Milion lidí už tak nyní činí.
- Lidem, jimž se říká neformální pečující, chybí pomoc státu. Často musí přejít v práci na poloviční úvazky a ocitají se na hranici chudoby.
- Finanční situaci by mohly vyřešit dávky a příspěvky od státu. Česká legislativa ovšem pojem neformální pečující vůbec nezná.
- Existují sice dávky, jež by mohli neformální pečující využít, zpravidla o nich ale vůbec nevědí. A pokud ano, jejich vyřízení trvá neúměrně dlouho.

- Pokud by se přitom milion neformálních pečujících svého poslání vzdal, již tak našponovaný český sociální systém by se zhroutil.
- Podle demografů se navíc v příštích dvaceti letech může počet osob starších 75 let až zdvojnásobit, domovů pro seniory ale nepřibývá.

Péče o blízké může být náročná fyzicky, psychicky i finančně. Podle odhadů iniciativy Pečuj doma je v Česku milion neformálně pečujících. Stát by se bez nich neobešel, protože sociální služby nemají dostatečné kapacity. Přesto lidem pečující o blízké neposkytuje tolik potřebnou pomoc.

Paní Alena (*jméno bylo kvůli citlivému tématu změněno, pozn. red.*) se již dva roky stará o svoji maminku. „Pracuji teď jen na poloviční úvazek. Žije sama, ale už není úplně soběstačná, takže k ní chodím aspoň dvakrát denně. Zařídím, co je třeba. Léky, jídlo, nákupy. Když vyjde čas, chvíli si s ní sednu a povídáme si. Jsem ráda, že jí můžu pomoci,“ sdělila svůj příběh 49letá žena pro iniciativu Neviditelní.

Kdo jsou neformálně pečující?

Lidé, většinou rodina či přátelé, kteří se starají o blízkou osobu, jež není soběstačná. Většinou nemají odborné vzdělání v péči a nejsou za pomoc placeni. Ve většině případů se jedná o péči o seniory, výjimkou ale nejsou ani lidé s fyzickým či mentálním postižením, kteří se o sebe nedovedou sami postarat.

Podle iniciativy Neviditelní je průměrná délka, po kterou se o svého blízkého neviditelní neformálně pečující starají, 10,4 roku.

„O důchodáku nechce ani slyšet, ale já bych ji tam stejně nedala. Je to moje máma a já jí to teď chci prostě všechno vrátit. Jen nemám čas ani energii na nic jiného. Na sebe, na přátele. A teď navíc řeším, jak to utáhnout finančně,“ popisuje Alena problémy, které potkávají mnohé neformálně pečující.

Průzkum společnosti Provident pro iniciativu Neviditelní z letošního května ukazuje, že Češi jsou ve většině případů ochotni se o své blízké postarat,

přestože by se mnozí z nich museli finančně uskromnit či změnit pracovní úvazek. Kdyby to bylo třeba, 84,7 procenta dotázaných by se stalo neformálními pečujícími, z toho osm procent respondentů průzkumu uvedlo, že o blízké již pečují.

Nezájem o blízké projevila jen desetina procenta lidí. 12,6 procenta respondentů by raději našlo jiné řešení, jako je externí pečovatelská služba, která by za blízkými dojížděla, či pobyt v pečovatelském domě. 28 procent by muselo řešit svůj zdroj příjmu, například změnit práci či snížit si úvazek.

A právě omezení pracovního úvazku, který vede i ke snížení financí, je pro mnohé potenciální pečující problém (48,2 %). Z průzkumu Neviditelných vyplývá, že strach z nedostatku financí je druhou nejčastější obavou Čechů, kteří by měli o někoho pečovat, hned za psychickou zátěží (55,7 %). A není se čemu divit, téměř polovina neformálně pečujících práci na plný úvazek nezvládá.

„To bohužel vede k významnému propadu příjmů, který lidé často řeší tím, že postupně čerpají úspory na penzi nebo třeba peníze odložené stranou na rekonstrukci domova. Když tyto prostředky dojdou, jsou neformálně pečující ohroženi příjmovou chudobou,“ upozorňuje Aleš Rod, ředitel CETA – Centra ekonomických a tržních analýz.

Podle Roda navíc můžeme očekávat, že kvůli inflaci se situace ještě zkomplikuje. „Lze předpokládat, že aktuální růst cen situaci ještě zhorší. Běžný člověk má možnost se proti inflaci bránit placenou prací přesčas. To nebudou moci udělat neformálně pečující, kteří jednoduše žádný volný čas nemají.“

Kromě obav z financí a náročné psychické práce měla téměř třetina respondentů strach, že jejich péče by nebyla dostatečná a že při ní bude velká fyzická zátěž. Té se obávaly především ženy (36 %), na rozdíl od mužů (24 %). Naopak nejméně se lidé bojí pomluv lidí. Téměř každý desátý by pak žádná negativa nevnímal.

Stát stojí opodál

Stát by se bez neformálních pečujících neobešel: již tak přeplněný sociální systém by se zhroutil. Už nyní jsou například u domovů pro seniory průměrné čekací lhůty na umístění tři až 12 měsíců, jak pro Seznam Zprávy uvedl prezident [Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR](#) Jiří Horecký. Tíživou finanční situaci by mohly vyřešit dávky a příspěvky od státu. Česká legislativa ovšem pojem neformální pečující vůbec nezná.

„Nejsou tedy (*neformálně pečující, pozn. red.*) státem vnímáni jako cílová skupina státní podpory a služeb,“ řekla Seznam Zprávám Magdaléna Grünbecková, vedoucí iniciativy [Pečuj doma](#), která mimo jiné poskytuje rady i kurzy pro pečující osoby. Na druhou stranu existuje několik příspěvků pro lidi ve finanční nouzi, jež by mohli neformální pečující či jejich blízcí, kteří nejsou soběstační, využít.

Následující infografika přináší přehled dávek a příspěvků. Základní pravidlo je jedno: pokud musíte kvůli neformální péči řešit tíživou finanční situaci, nebojte se požádat o příspěvek [Úřad práce](#).

Příspěvek na zvláštní pomůcku, mimořádná okamžitá pomoc či příspěvek na péči tak mohou pečujícím rodinám výrazně pomoci. „Pokud nastanou nějaké komplikace, nenechte se odradit a žádost dle instrukcí úředníků upravte,“ radí Neviditelní.

Významným problémem dávek však je, že je mnoho lidí nezná a neumí je využít. „Z našich zkušeností víme, že ne všichni senioři o tuto pomoc žádají. Často o ní ani nevědí. Celou finanční tíži péče pak nesou sami nebo se svými příbuznými,“ říká ředitel [Života 90](#) Jaroslav Lorman.

Kateřina Menčíková, lékařka z [Cesty domů](#), neziskové organizace provozující domácí hospic na území Prahy, navíc upozorňuje, že vyřízení dávek trvá příliš dlouho. „Doba pro vyřizování příspěvku na péči je velmi dlouhá, často v řádech

měsíců. Lidem v existenční tísní tento příspěvek bezprostředně situaci nevyřeší,“ řekla Seznam Zprávám.

Téměř čtvrtina důchodu padne na jídlo. Co mohou dělat senioři v nouzi?

Podle ministerstva práce a sociálních věcí (MPSV) je součástí připravované novely zákona o sociálních službách nová definice neformálních pečujících. „Dávka pro neformální pečující ale již existuje. Jde o dlouhodobé ošetrovné, které je součástí nemocenského pojištění,“ uvedl pro Seznam Zprávy Jakub Augusta, vedoucí oddělení mediální komunikace.

„Nárok na příspěvek na péči mají osoby, které jsou závislé na cizí pomoci. Takoví lidé se mohou sami rozhodovat o způsobu zajištění pomoci a péče na základě svých preferencí a reálných možností. Výhodou příspěvku na péči je, že umožňuje sdílení péče,“ dodal.

Navíc se podle MPSV neformální péče lidem započítává do doby pro důchodové pojištění.

Neziskové organizace i pečující změnu ocenili, jelikož v minulosti byla péče o blízké ještě náročnější. „Rozhodně vítáme změnu podmínek u dlouhodobého ošetrovného. Dříve byla jednou z podmínek alespoň týden trvající hospitalizace nemocného, během které bylo nutno ošetrovné vyřídit, což byla pro mnoho z našich rodin značná komplikace,“ popisuje změnu k lepšímu Menčíková z Cesty domů.

Neziskovky místo státu

Velká ochota Čechů se o blízké postarat je patrná i z toho, kdo by se podle nich měl ujmout každodenní péče. Téměř tři čtvrtiny dotazovaných se domnívají, že by roli pečovatele o nesoběstačné blízké měl zastat někdo z rodiny. Třetina lidí

by byla pro podporu odlehčovacích služeb, jako jsou stacionáře či dočasná pobytová zařízení. Naopak čtvrtina Čechů se domnívá, že péči by měl zajistit stát.

Přestože má jen malý podíl respondentů (5,5 %) pocit, že péči o nemohoucí by měly mít na starost neziskové organizace, více než třetina by jejich pomoc uvítala. Neformálně pečujícím by výrazně zjednodušila situaci také pomoc dalších členů rodiny (64 %), dovážka jídla a terénní péče (41 %) a flexibilní přístup od svého zaměstnavatele (39 %), který by zamezil nucenému odchodu z práce.

Ačkoliv se až polovina Čechů bojí při péči o blízkého psychické zátěže, pomoc od psychologa či možnost mít si s kým promluvit by uvítal jen každý desátý. Neziskové organizace přitom mohou v tomto ohledu výrazně pomoci. Například iniciativa Pečuj doma, která je součástí Diakonie Českobratrské církve evangelické, poskytuje pro pečující bezplatné poradenství.

Pečuj doma například předá pečujícím informace o sociálních dávkách či umožní vzdělávací kurzy v oblasti polohování, ošetřování, komunikace a dalších. Měsíčně se skrze bezplatnou linku na iniciativu obrátí třicet pečujících, sto lidí za měsíc se také zúčastní kurzů a podpůrných skupin.

Neziskové organizace pečujícím pomohou i s problémy mimo finanční zátěž. „Pečující nemají čas na realizaci svých zájmů, setkávání s přáteli, odpočinek, dovolenou, často zanedbávají prevenci vlastního zdraví, žijí ve stresu a dostávají se postupně do sociální izolace a pocitu samoty,“ říká Magdaléna Grünbecková.

Neziskové organizace pro neformálně pečující

- [Pečuj doma](#) poskytuje bezplatnou linku pro pečující na tel. 800 915 915, která je v provozu každý všední den od 9 do 17 hodin, online kurzy, videa i příručky pro pečující.

- Organizace Alfabet se věnuje psychologické pomoci pro pečující a dalším formám pomoci v těžkých životních situacích.
- Život 90 nabízí nejen odlehčovací služby, ale také tísňovou péči nebo přátelské návštěvy v domácnostech.
- Organizace Starám se a pracuji poskytuje bezplatnou poradnu pro pečující, ale také pro zaměstnavatele neformálně pečujících.
- Unie pečujících pomáhá zlepšovat kvalitu života pečujících osob.
- Platforma České asociace pečovatelské služby sdružuje přes 200 organizací, které poskytují terénní sociálně-zdravotní služby.
- Registr poskytovatelů sociálních služeb je největší databáze všech poskytovatelů sociálních služeb v Česku.
- Cesta domů umožňuje pomocí mobilního hospice péči o nevléčitelně nemocné a umírající v jejich přirozeném prostředí. Rovněž zajišťuje podporu pro jejich blízké.

Ne vždy ale mají neziskové organizace dostatečné kapacity, jak potvrzuje Menčíková z Cesty domů. „Poptávka po našich službách setrvale převyšuje možnosti. Snažíme se, aby naše hospicová péče byla poskytována skutečně těm nejpotřebnějším, většinou pacientům v samém závěru života se závažnými symptomy. Rozhodně by pomohl vznik dalších mobilních hospiců, a to i v jiných regionech. V řadě oblastí ČR není zatím tento typ péče dostupný vůbec.“

Podle Grünbeckové by právě v těchto oblastech měl pomoci stát. „Podpora by měla cílit na zmírnění těchto problematických oblastí, především zajistit adekvátní informovanost pečujících, posílit terénní a odlehčovací služby, zefektivnit a urychlit systém žádosti a získání příspěvku na péči, hledat možnosti řešení pracovních a finančních problémů pečujících rodin, propojit zdravotní a sociální sféru a zkvalitnit jejich spolupráci, zvyšovat prestiž neformálních pečujících ve společnosti.“

Je to potřeba, tak to dělám

Péče o blízkého však neznamena jen existenční problémy. Data ukazují, že nejvíce lidí (55 %) by péči o blízkého člověka vnímalo jako navrácení služby, kterou jim dal dříve on. Polovina Čechů by také ráda měla jistotu, že je o opečovávaného dobře postaráno. Z dat Neviditelných vyplývá, že naopak malou motivací je smysluplná životní náplň (6,8 %).

Češi nejčastěji vnímají pečování o blízké jako nutnost, 45,7 procenta by si při ní připadalo neutrálně, protože by zkrátka dělali to, co je potřeba. Čtyři lidé z deseti by měli radost, že mohou blízkému pomáhat. Jen malá část lidí (2,9 %) by se zlobila, že musí příbuznému pomoci nebo že pomoc nezajistí stát (5,6 %). Projekt Neviditelní odhaduje, že asi 200 tisíc z celkového počtu neformálně pečujících patří do skupiny takzvaných Neviditelných lidí. Ti jsou například ohroženi chudobou nebo vyloučením ze společnosti či z pracovního života. Pro neformálně pečující přichystal projekt několik rad, jak Neviditelnosti předejít.

Desatero pro neformálně pečující

1. Uvědomte si, že jste neformálně pečující, a nestyd'te se za svou situaci.
2. Nebojte se požádat o pomoc ostatní.
3. Komunikujte s rodinou a okolím, blízcí lidé vám mohou pomoci.
4. Pokud jste ve finanční tísní, požádejte stát o příspěvek.
5. Nenechte se ovlivnit, pokud osoba, o kterou pečujete, odmítá péči od cizích lidí. Pokud situaci nezvládáte, nebojte se ji využít.
6. Požádejte o pomoc neziskové organizace. Mohou vám pomoci s péčí, zastat vás například při dovolené či vám alespoň poskytnou rady, jak o blízkého člověka pečovat.
7. Nezapomeňte žít i svůj život.
8. Najděte si čas na své koníčky a blízké i přes náročnou péči.

9. Buďte v kontaktu s lékařem ošetřovaného. Poradí vám s léky, výživou i možnostmi ozdravných pobytů. Může vám vypsát poukaz na hygienické pomůcky.
10. Péče o druhé je náročná a trvá roky až desítky let. Nevyhořte hned na začátku. Vyvažujte duševní hygienu a zátěž. Pokud je na vás toho příliš, nebojte se ozvat ostatním členům rodiny.

Zdroj: Neviditelní (úprava: Seznam Zprávy)

Prožít stáří doma

Více než polovina respondentů v průzkumu uvedla, že by chtěla stáří prožívat ve vlastním domě v péči blízkých osob. Téměř čtvrtina dotázaných by ocenila bydlení doma, avšak se zařízenou externí péčí. Každý desátý obyvatel Česka by byl nejvíce spokojený v soukromém domově pro seniory.

Nejméně lidí by se naopak chtělo nastěhovat přímo do domu příbuzných. Významný rozdíl je však při srovnání podle vzdělanosti. 58 procent Čechů s ukončeným základním vzděláním by chtělo bydlet u sebe doma v péči blízkých, u vysokoškolačka je to pouze 37 procent. Vysokoškolačníci by naopak výrazně raději prožili stáří doma s externí péčí (34 %) v porovnání s lidmi se základním vzděláním (20 %). Ve veřejném domově pro seniory chce strávit stáří jen sedm procent dotázaných.

Za institucionální péči by byla téměř třetina lidí ochotna zaplatit 1 000 až 5 000 měsíčně. Každý pátý by zaplatil až 10 000 korun, 18 procent lidí by si nemohlo dovolit zaplatit žádné finance navíc.

Pokud důchodci bydlí v domově pro seniory, pobyt se hradí z jejich důchodu. Maximální výše úhrady za ubytování a stravu je ze zákona taková, aby seniorům po jejím zaplacení zbylo z důchodu 15 procent, takzvané kapesné.

Podle průzkumu iniciativy Eurocarers, která se snaží, aby země v Evropě uznávaly a zlepšovaly neformální péči, vyplývá, že 60 procentům lidí péče

o blízké negativně ovlivnila zdraví. Data také ukazují, že péče je velmi nerovnoměrně rozdělena. V České republice jsou 9 z 10 neformálně pečujících ženy.

Ze zkoumaných států je Česko druhé nejméně vyrovnané – ihned za Estonskem. Naopak nejlépe je na tom Švédsko, kde ženy pečují „pouze“ ze 77 procent. Nejčastěji se o blízkou osobu stará manžel či manželka, rodiče nebo děti.

Kapacity chybí a klesají

Situaci neformálně pečujícím neusnadňuje ani fakt, že v Česku chybí kapacity domovů pro seniory i odlehčovacích služeb, jak řekl Seznam Zprávám prezident Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR Jiří Horecký. Podle demografů se navíc v příštích dvaceti letech může počet osob starších 75 let až zdvojnásobit, domovů pro seniory ale nepřibývá dost.

„Kapacity těchto pobytových služeb pro seniory jsou dlouhodobě nedostačující a podprůměrné s porovnáním se západoevropskými nebo i severskými zeměmi a relativní disponibilní kapacita, tedy v poměru na nárůst osob starších 65 let, je bohužel záporná. Jinými slovy, právě v souvislosti s nárůstem starších osob nám zde klesají dostupné kapacity pobytových služeb pro seniory,“ říká Horecký.

V Česku sice v průběhu let stoupá počet domovů se zvláštním režimem, například pro osoby trpící demencí, na druhou stranu podle Českého statistického úřadu (ČSÚ) klesá počet domovů pro seniory. V současné době nejsou schopny zabezpečit všechny lidi, kteří se do nich hlásí. ČSÚ tak v roce 2020 zaznamenal 55,7 tisíce neuspokojených žádostí.

Ministerstvo práce a sociálních věcí přitom Seznam Zprávám sdělilo, že nedostatek domovů pro seniory nevnímá. Navíc je podle Jakuba Augusty přesvědčeno, že stát by měl seniory podporovat v samostatnosti a v pobytu doma se sociální péčí, tím spíše, že si to oni sami přejí.



Foto: seniorka s pečovatelkou

Nedostatek odlehčujících služeb a pracovníků podle MPSV mají spíše řešit kraje. „Zákon jasně stanovuje, že za dostupnost sociálních služeb zodpovídají kraje,“ říká mluvčí. „Kraje jsou těmi, kdo mají plánovat rozvoj sítě služeb, aby reagovaly na měnící se charakter potřeb klientů. A právě kraje by také měly umět odhadnout, zda je pro jejich obyvatelstvo vhodnější terénní forma služeb, či naopak forma pobytová nebo ambulantní.“

Analýzy Seznam Zpráv:

Autor: Barbora Novotná

Luštíme sudoku!

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

Zdroje: archiv DPS Sokolnice

<https://www.google.com/search?q=pe%C4%8Duj%C3%ADc%C3%AD+o+seniora&tbm=isch&ved=2ahUKEwjB-r7h-N>

<https://www.google.com/search?q=sudiku&tbm=isch&ved=2ahUKEwiq5-nS>

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 31.8.2022. Své příspěvky zasílejte v elektronické podobě na email stiborova@domovsokolnice.cz

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