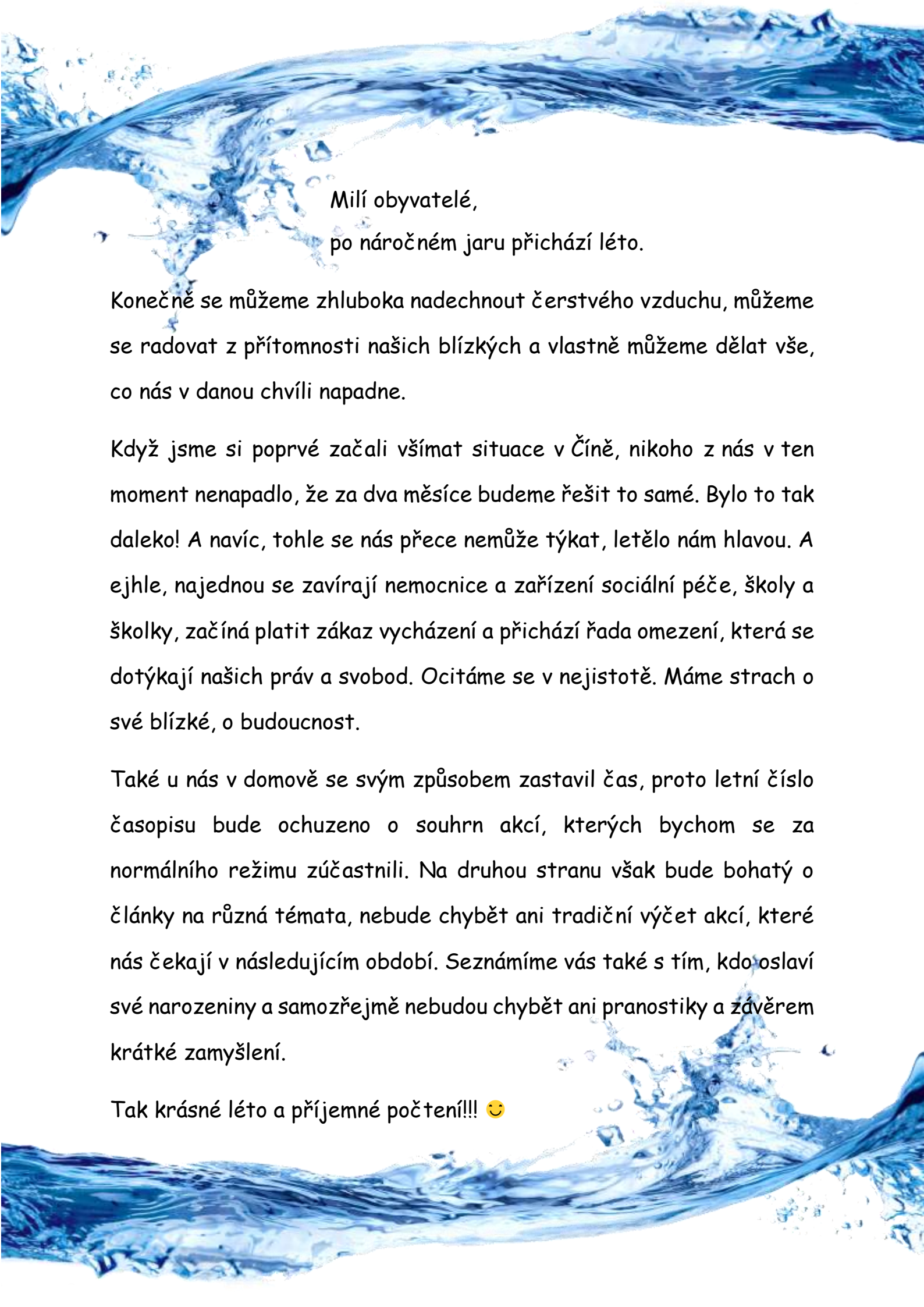


Náš domov



Letní číslo
20. 6. 2020



Milí obyvatelé,
po náročném jaru přichází léto.

Konečně se můžeme zhluboka nadechnout čerstvého vzduchu, můžeme se radovat z přítomnosti našich blízkých a vlastně můžeme dělat vše, co nás v danou chvíli napadne.

Když jsme si poprvé začali všímat situace v Číně, nikoho z nás v ten moment nenapadlo, že za dva měsíce budeme řešit to samé. Bylo to tak daleko! A navíc, tohle se nás přece nemůže týkat, letělo nám hlavou. A ejhle, najednou se zavírají nemocnice a zařízení sociální péče, školy a školky, začíná platit zákaz vycházení a přichází řada omezení, která se dotýkají našich práv a svobod. Ocitáme se v nejistotě. Máme strach o své blízké, o budoucnost.

Také u nás v domově se svým způsobem zastavil čas, proto letní číslo časopisu bude ochuzeno o souhrn akcí, kterých bychom se za normálního režimu zúčastnili. Na druhou stranu však bude bohatý o články na různá témata, nebude chybět ani tradiční výčet akcí, které nás čekají v následujícím období. Seznámíme vás také s tím, kdo oslaví své narozeniny a samozřejmě nebudou chybět ani pranostiky a závěrem krátké zamyšlení.

Tak krásné léto a příjemné počtení!!! 😊

CO JSME PROŽILI NA JAŘE

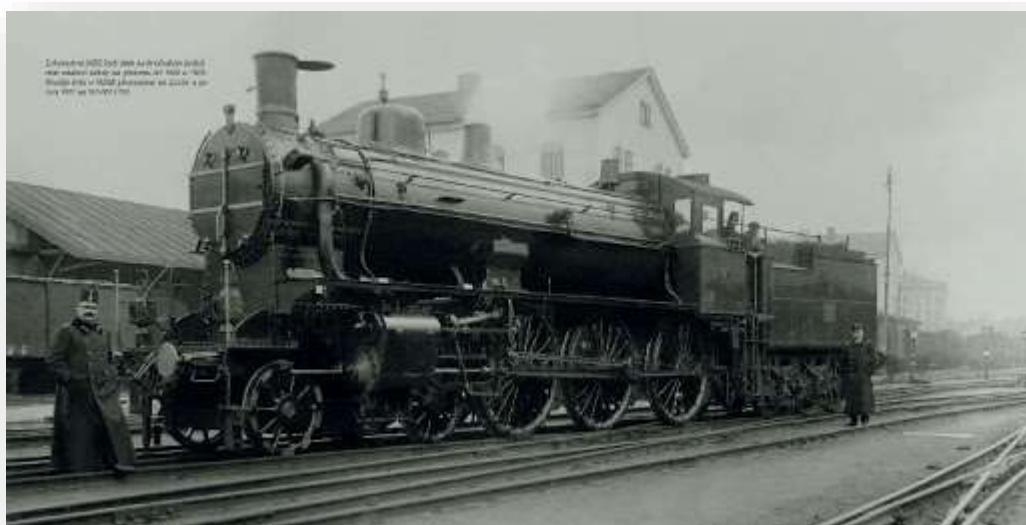


Běžně se v této kapitole věnujeme akcím, kterých jsme se v minulém období měli možnost zúčastnit. Letošní jaro se toho bohužel moc neudálo, tedy co se kulturních akcí týče. I přesto nabízíme krátký výčet těch akcí, které se staly.

BŘEZEN 2020

2. 3. - Beseda s panem Sychrou

První březnové pondělí za námi přijel pan Petr Sychra, který si připravil přednášku na téma: „Z historie železnice na Moravě, aneb 170 let dráhy Brno-Česká Třebová.“ Dostala se nám spousta informací ohledně budování železniční dráhy. Byli jsme seznámeni s podrobnými postupy prací i se zajímavostmi ze života dělníků.



DUBEN 2020 + KVĚTEN 2020



28. 4. a 7. 5. – Hudební vystoupení bratrů Mifkových

Tato dvě data patřila hudebnímu uskupení bratrů Mifkových, kteří nám zazpívali lidové písně a zahráli při tom na tahací harmoniku a baryton. Hudební dopoledne částečně nahradila akce Pálení čarodějnic a oslavu Dne matek. Někteří uživatelé byli vysazeni do křesílek a vozíků na balkon, jiní byli rozprostřeni přímo v zahradě. Celá akce probíhala za přísných hygienických podmínek - museli jsme dodržovat dvoumetrový rozestup, museli jsme mít roušky. Každá změna byla v tento nelehký čas dobrá, takže ani tato opatření nás neodradila si celou akci užít.

Od 11. 3. 2020 to byly jediné akce, co u nás do konce května proběhly.



V květnu už se opatření začala rozvolňovat, proto jsme mohli trávit více času venku.



Články na různá témata 😊

Jak se nám žilo v době „koronavirové“?

Autor: Ing. Ivo Kubín



Když jsme na začátku roku 2020 slyšeli z rádia či televize, že se v Číně objevil nový typ viru, jistě jsme si všichni říkali něco ve smyslu „Ještě, že je to tak daleko, to se k nám nedostane...“. Jenže zprávy ze světa se nelepšily a přišel březen. Virus zasáhl krutou silou Itálii, zprávy ze světa přinášely negativní informace, světem se šířila panika, strach z neznámého a obavy o zdraví a naše blízké.

Pro nás v domově pro seniory virus COVID-19 znamenal také pocit zodpovědnosti, povinnost ochraňovat naše uživatele a nedovolit zavlečení nákazy do našeho zařízení.

Nařízení Ministerstva zdravotnictví, vlády ČR, Ministerstva práce a sociálních věcí, ale také pokyny Jihomoravského kraje a Krajské hygienické stanice se hrnuly jeden za druhým. Museli jsme se v těchto pokynech zorientovat, zmobilizovat síly a začít pracovat na tom, abychom ochránili sebe i naše uživatele.

V domově jsme museli vytvořit krizový plán, postup pro případ, kdyby došlo k nákaze, zavést přísná preventivní opatření. Pečovatelská služba, která pracuje v terénu, omezila své činnosti a snažila se

zabezpečit ty občany, kteří opravdu nemají nikoho dalšího, kdo by pomáhal. Zásobování domova probíhalo za přísných hygienických podmínek, stravovací provoz jsme oddělili od ostatních zaměstnanců a činností (abychom nebyli hlady, kdybychom museli zůstat v karanténě 😊). Na úseku sociální péče i u pečovatelské služby došlo k rozdělení směn tak, aby se skupiny zaměstnanců co nejméně potkávaly a byli jsme schopni zajistit péči, i pokud by byl někdo nemocen. Všechna opatření jsme zaváděli s ohledem na naše provozní podmínky a možnosti. Vše jsme konzultovali s příslušnými orgány a také s naším zřizovatelem. Museli jsme shánět roušky, desinfekci a další ochranné pomůcky.

Zákaz návštěv a také kolektivních aktivit přinesl do našeho domova izolaci, smutek, obavy a podobně, a tak jsme se snažili vynahradit nepřítomnost rodinných příslušníků a společných zážitků alespoň zprostředkováním telefonátů, videohovorů a předáváním balíčků s dopisy a vzkazy. Pro všechny, uživatele i zaměstnance, to bylo těžké období. Nejistota toho, jak bude šíření nákazy pokračovat, jestli děláme vše správně a zda naše opatření budou dostatečná, byla vyčerpávající. A našim uživatelům bylo smutno. V rámci aktivizace jsme proto alespoň pracovali individuálně, podporovali komunikaci s blízkými a snažili jsme se vydržet v dobré náladě a optimálním zdraví. Byli jsme rádi za každý sluneční paprsek a teplý jarní den, kdy jsme mohli vyrazit alespoň do zahrady, protože jak je známo, čerstvý vzduch a slunce přinášejí lepší náladu a mají pozitivní vliv na naše zdraví. V zahradě nám

také v omezeném režimu zpřijemnil chvilu bratři Jiří a Oldřich Mífkovi, kteří nám zahráli lidové písničky pro dobrou náladu. To pro nás byla vítaná změna.

Nyní je začátek měsíce června 2020. Zdá se, že virus COVID-19 je na ústupu. Vláda schválila „rozvolňovací opatření“, do domova již druhý týden proudí návštěvy. My všichni doufáme, že jsme situaci zvládli, ochránili „naše“ seniory a vše se vrátí do zaběhnutých kolejí. Současně si uvědomujeme, že ne vše bude jako dřív. Roušky nosíme v budovách stále, desinfekce se stala naším pravidelným společníkem a obavy z „druhé vlny“ nás občas přepadávají také. I přes to všechno jsme rádi a vděční, že náš domov zůstal ochráněn.

Díky patří zřizovateli, který podporoval naše kroky, zaměstnancům, kteří museli a stále musí pracovat s ochrannými prostředky (kdo pracuje celý den v roušce, ví, o čem mluvím) a mnohdy nahrazovat přítomnost rodiny a blízkých. A díky patří také uživatelům služby za důvěru a za to, že to vydrželi, aby se zase mohli setkat s rodinnými příslušníky a blízkými. I ti mají náš dík za trpělivost a chápavý přístup.

Velmi si vážíme také všech, kteří nám v tuto dobu nezištně pomohli a podpořili nás. Na našich webových stránkách jsme všem poděkovali jmenovitě a děkujeme i těm, co si nepřáli být zveřejněni.

Život v čase „koronavirovém“?

Autor: Šárka Trubáková



Tak. A je to tady. Zakázali nám návštěvy. Nikdo kromě personálu nesmí dovnitř a nikdo z uživatelů zase ven. Ach jo. Tak tohle se stalo přesně 10. března a nikdo nevěděl, co bude dál. Všichni vyděšení, vyplašení, ale hlavně ta nejistota... co teda bude?

Musíme všichni nosit ochranné roušky a dodržovat přísná hygienická pravidla. Nesmíme hromadně cvičit ani se potkávat při oblíbených pravidelných aktivitách. Těch nařízení a opatření byla opravdu spousta. A vidíte. Všichni jste to společnými silami zvládli.

Dnes, po zhruba třech měsících, si dovolím říct, že díky disciplíně jak zaměstnanců, tak uživatelů, jsme to všichni „dali“ na jedničku s hvězdičkou. Sice ještě nosíme roušky a asi ještě chvíli potrvá, než je definitivně odložíme, ale už je to přeci jen veselejší. Pomalu se začínáme vracet do normálního života, pomalu začínají chodit návštěvy, pomalu chodíme do zahrady, pomalu se zapojujeme do pracovních aktivit a cvičení. Pomalu, ale jistě.

A tak společnými silami a vzájemnou pomocí porazíme toho „zákeřného čínského vira“ a vrátíme vše tam, kde to má být. Doufám, že už se brzy také budeme potkávat na společném cvičení buď dole v suterénu nebo venku v zahradě. Že nás opět budou navštěvovat děti a přátelé se svým programem a opět nám všem udělají velikou radost. A konečně také

nebudeme muset nosit roušky. A možná si tak trochu budeme všichni více vážit toho, co máme.



O naší zahradě

Autor: Eva Slezáková



Letošní jaro bylo dost neobvyklé. Ne proto, že by se změnilo podnebí, ale zasáhnul nám do života Covid 19. Běh života se zklidnil a celá příroda dostala šanci na očistu. Naše zahrada zůstala opuštěná a pohled z okna v nás vyvolával pocity osamění.

V průběhu dubna se přísná opatření začala uvolňovat a my měli možnost navštívit naši zahradu a dostat se alespoň na chvíli na čerstvý vzduch. I přes roušku jsme mohli cítit vůni čerstvě posečené trávy nebo vnímat, jak si větřík pohrává s listím stromů. Během návštěv zahrady

jsme průběžně sázeli muškáty, papriky a salát do truhlíků. Letos jsme dokonce zkusili vyset okurky, tak uvidíme, jak se letošní úroda vydaří. Ale vzhledem k četným deštům by mohl být plodný rok.

Při pěkném počasí nám byla zahrada v době pandemie, vzhledem k nemožnosti se potkávat v klubovně, příjemným útočištěm. V květnu se vrátily po zimě do jezírka naše rybky, takže je zase veseleji. Nyní v červnu je zeleň opravdu nádherná. Tak naši milou zahradu budeme navštěvovat a využívat, co to půjde.



Naše nová relaxační místnost

Autor: Šárka Trubáková



V naší budově se zrodila krásná nová relaxační místnost, kterou již brzy začneme s uživateli využívat. Je umístěna v bývalé ordinaci paní zubařky, hned vedle kantýny. Lze v ní použít různé druhy terapie. Přes světelnou, relaxační a hudební, až po léčbu teplem a různými masážními technikami. Místnost je vybavena dvěma novými polohovacími křesly, vodním válcem se světelnými efekty a v budoucnu si zde pustíme také

relaxační hudbu, nebo se podíváme na krásné záběry třeba z okolí Letovic.

Za vše patří velký dík zejména těm, kteří to vymysleli a také těm, kteří tento skvělý nápad pomohli zrealizovat. Už se moc těšíme, až začneme tuto místnost plně využívat a doufáme, že se vám, uživatelům, zde bude líbit a budete se na toto „zelené“ místo rádi vracet.



Od června byl pozměněn rozpis pravidelných volnočasových aktivit, prohlédnout si jej můžete na následující stránce.

ROZPIS PRAVIDELNÝCH VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT

PONDĚLÍ

- 09:00 - 09:30 SKUPINOVÉ CVIČENÍ (suterén)
09:00 - 11:00 INDIVIDUÁLNÍ PRÁCE NA POKOJÍCH
13:00 - 15:15 VÝROBA OBRÁZKŮ V DÍLNIČCE

ÚTERÝ

- 08:30 - 11:00 RUČNÍ PRÁCE V KLUBOVNĚ
13:30 - 15:15 INDIVIDUÁLNÍ PRÁCE NA POKOJÍCH

STŘEDA

- 09:00 - 09:30 CVIČENÍ S OVERBALLY (suterén)
09:00 - 11:00 INDIVIDUÁLNÍ PRÁCE NA POKOJÍCH
(1. + 3. týden katolická BOHOSLUŽBA,
2. + 4. týden evangelická BOHOSLUŽBA)

- 13:30 - 15:00 INDIVIDUÁLNÍ PRÁCE NA POKOJÍCH /
V RELAXAČNÍ MÍSTNOSTI / ZAHRADNÍ TERAPIE (dle
potřeby v průběhu roku)

ČTVRTEK

- 08:30 - 11:00 RUČNÍ PRÁCE V KLUBOVNĚ (1x měsíčně pečení a
vaření)
13:00 - 15:15 VÝROBA OBRÁZKŮ V DÍLNIČCE

PÁTEK

- 09:00 - 09:30 SKUPINOVÉ CVIČENÍ (suterén)
09:45 - 11:00 PAMĚŤOVÁ CVIČENÍ (denní místnost na 3. podlaží)
(1. týden v měsíci muzikoterapie)

Předběžný plán akcí:

Červen

Zpívání s paní Nečasovou

Koncert Lídy Lujkové a Milana Hakla

Červenec

Návštěva poníků

Příprava letních drinků

Hudební vystoupení

Srpen

Společné tvoření dětí a seniorů

Pétanque s Diakonií

Rozloučení s létem

V následujícím období oslaví své narozeniny

Červen:

pan Alois Klimeš

paní Dagmar Kratochvilová

paní Marta Tintěrová

paní Hana Hrazdírová

paní Eva Kabátová

pan Josef Kalas

paní Marie Krausová

paní Marie Čechová

Červenec:

paní Marta Ondrová

pan Miroslav Dražil

pan Jiří Boček

paní Marie Gallová

Srpen:

pan Antonín Kosmák

paní Olga Holková

paní Růžena Vorlová

paní Marie Bednářová

paní Bohumila Uhrová

pan Antonín Horák

paní Dagmar Pešková

paní Zdeňka Dušilová

paní Ludmila Pospíšilová

Pranostiky pro nadcházející období

Červen

Jak červen teplem září, takový bude i měsíc září.

Netřeba v červnu o déšť prositi, přijde, jak začnem kositi.

Když na Medarda prší, nebudou toho roku houby růst.

Červenec

Prokop - zelí okop!

Jakub naseče, Anna upeče.

Svatá Anna - chladna zrána.

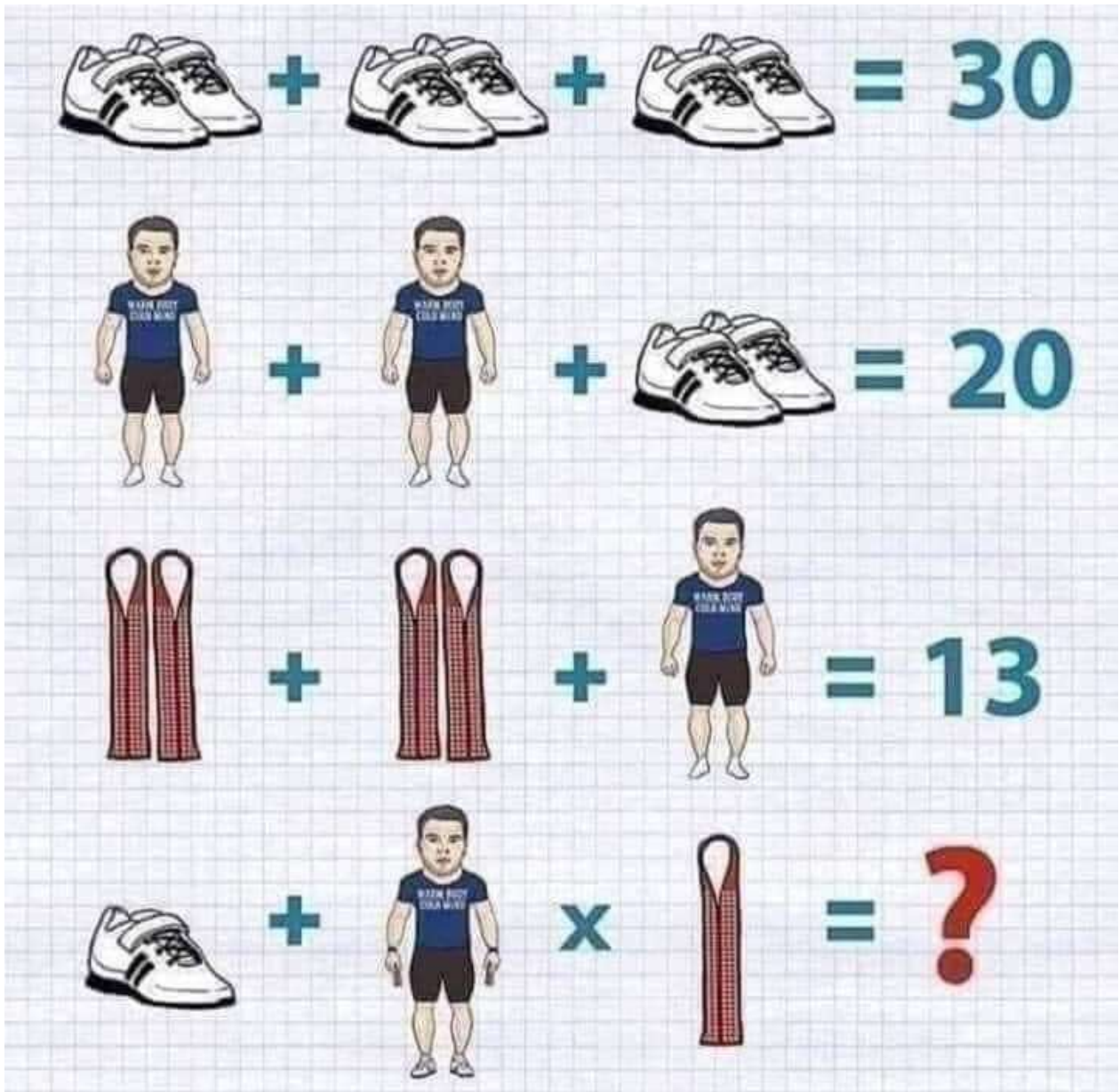
Srpen

Nejsou-li v srpnu hříby, nebude v zimě sněhu.

Vesele bude řinčet kosa, je-li v srpnu hodně rosa.



Kvíz



Prvního z Vás, kdo vyřeší tento kvíz, sladká odměna nemine 😊.
Výsledek hlase sociálním pracovnícím.

Závěrem

„Způsob našeho života určí podobu našeho stáří. Můžeme skončit jako opuštěné město nebo jako štědrý strom - důležitý i tehdy, když už nedokáže stát rovně.“

Paulo Coelho





Redakční rada:

Mgr. Ivana Voříšková

Bc. Petra Ječná, DiS.

Ing. Ivo Kubín