



Čtvrtletník

Jablíčko

časopis Sociálních služeb HB



Číslo 2/2025

52. vydání

www.ssmhb.cz

Strana 4



**Zahradní slavnost
denních stacionářů**

Strana 6-7



Letní čas seniorů

Ohlédnutí za létem u nás v domově



Léto u nás v domově bylo opravdu pestré a plné zážitků. Využili jsme krásné počasí k výletům i posezení na naší zahradě, kde nechyběly grilovačky a zahradní slavnosti. Společně jsme si užívali bohaté občerstvení – na stole nechyběla zmrzlina a ledová káva, grilované sýry, šťavnaté klobásky ani čerstvé saláty. Velký úspěch mělo také pečení – od tradičních kynutých buchet až po voňavé třešňové koláče, které provoněly celý dům.

Všichni jsme si pochutnali a užili si tu pravou letní atmosféru. Naší zahradě se letos dařilo – sklízeli jsme vlastní zeleninu a ovoce, ze kterých jsme pak společně vařili a pekli. Je krásné sledovat, jak se práce na zahrádce přetaví do chutí na talíři. Velkým zpestřením byl vzácný host, pan Vladimír Hron, který nás potěšil svou návštěvou a přinesl spoustu radosti a úsměvů. Rádi také spolupracujeme s okolím – navázali jsme pěk-

nou spolupráci s knihovnou i se školkou Nuselská, což naše léto obohatilo o další společné aktivity. Když se ohlížíme zpět, můžeme s radostí říci, že letošní léto bylo naplněno smíchem, chutí dobrého jídla, hudbou, přátelským setkáváním i společným tvořením. Těšíme se, co nám přinese podzim – ale na ty letní dny budeme ještě dlouho vzpomínat.

Autor: Terapie

Úvodník



Vážení čtenáři, v těchto dnech na sklonku léta a na počátku podzimu přemýšlím, co bych Vám sdělila, co je nového u nás v organizaci a co nového plánujeme v našich poskytovaných službách. A opět mě napadá ta základní myšlenka našich služeb. Naše poslání, které je poskytovat našim klientům kvalitní služby s empatií, důstojností a láskou. Naším základním přístupem je individuální vnímání potřeb našich klientů. Důležitá je vstřícná atmosféra našeho domova, mezi klienty i zaměstnanci, která je součástí kultury v naší organizaci. Tyto přístupy se odráží ve spokojenosti

našich klientů. Ráda se s nimi setkávám v domově na pravidelných schůzkách, kde hovoříme o životě v domově, co by si klienti přáli a co plánujeme. Důležité je sladit naše plány s potřebami našich klientů.

Ráda bych se s Vámi také podělila o to, co mě hřeje u srdce a dělá mi velkou radost. Každý den se naši klienti schází v atriu našeho domova pro seniory na tzv. „babinci“ a povídají si. Je to aktivita klientů, která není organizována personálem. Je to známka, že se lidé setkávají, komunikují, probírají, co se v domově děje a vzpomínají na to co v životě prožili. Je to důkaz toho, že i v domově pro seniory mohou lidé prožít plnohodnotný život, i když už potřebují pomoc personálu domova ve svých základních potřebách.

Ve druhé části mého úvodníku několik informací, co je nového v našich službách.

Pracujeme na rekonstrukci dorozumívacího systému klient – sestra, na nákupu nové telefonní ústředny, koupili jsme nový úklidový stroj, ply-

nový kotel do stravovacího provozu, bubnovou sušičku prádla do prádelny, klimatizaci do strojovny výtahu a provedli celkovou opravu dvou výtahů v domově pro seniory. V oblasti péče jsme zavedli jednotný systém vykazování péče ve všech poskytovaných službách v rámci nových technologií. V rámci poskytování pečovatelské služby, jsme rozšířili naše služby do okolních obcí mimo město Havlíčkův Brod.

Co se týče letních měsíců, zažili naši klienti mnoho zajímavých akcí nejen v zahradě smyslového vnímání u domova pro seniory, ale i mnoho zajímavých výletů do okolí. Radost našim klientům udělali pravidelné akce s muzikou a grilováním. Úžasnou akcí byl den Denních stacionářů, který si všichni klienti našich služeb i veřejnost moc užili.

S přáním pevného zdraví a klidných dnů pevného zdraví a klidných dnů.

**Vaše Magdalena Kufrová,
ředitelka SSMHB**

Ohlédnutí za létem denního stacionáře Výšina

V červnu jsme s potěšením přijali pozvání hned na dvě zahradní slavnosti pořádané Domovem pro seniory Reynkova. 18. 6. jsme se zúčastnili příjemného posezení s občerstvením u živé hudby. Někteří klienti denního stacionáře si rádi zazpívali a zatančili a v neposlední řadě si pohladili nebo dokonce pochovali hada, agamu nebo králíčka. A 26. 6. naši klienti navštívili letní kavárnu v

zahradě, kde měli možnost ochutnávky několika druhů kávy a zákusků.

V průběhu celého léta nás navštěvovala dobrovolnice Hanka Kodrlová se svým terapeutickým psem Montym. V hezkém počasí naši klienti preferovali procházky v zahradě a neodolali nahlédnout do nově vznikajícího sportoviště při ZŠ Nuselská. Po celé léto hýřil náš stacionář barvami květin, které

nosily klientky ze svých zahrad. Dále jsme v prázdninovém období zpracovávali ovoce z vlastních zásob a z potravinové banky. Vyráběli jsme džemy, šťávy, koláče, pečené čaje a jiné pochutiny. Část těchto výrobků použijeme na prodej ve stánku při příležitosti slavnosti denních stacionářů v září 2025. Ale o tom až příště.

Petra Němečková

Jak jsem se stala dobrovolníkem

Asi rok před odchodem do důchodu jsem začala přemýšlet, co budu dělat. Chtěla jsem mít pocit, že nic nemusím, a přesto se nenudit. Zájmy jsem sice měla, ale hledala jsem něco, co by mě naplnilo trochu jinak. Tehdy jsem se od známé dozvěděla o práci dobrovolníků. Myšlenka mě hned zaujala a řekla jsem si: „Proč to nezkusit?“ Začala jsem tedy – nejprve s menší nejistotou – s povídáním, čtením a drobnými návštěvami, ale brzy jsem zjistila, že i takové maličkosti mohou lidem vykouzlit úsměv na tváři, a to mi dodávalo radost i chuť pokračovat dál. Protože jsem se v minulosti věnovala výcviku německých ovčáků, a to ještě v době Svazarmu pro armádní účely, na-

padlo mě zkusit canisterapii. A tak do mého dobrovolnického života vstoupil pes Bady. Možná si na něj ještě někteří vzpomínáte. Bady byl úžasný společník – dokázal potěšit, pobavit i pomoci. Přinášel li-

Naše dobrovolnice

dem radost a svým způsobem uměl zázraky. Čas však nezustavíme a před rokem se Bady vydal přes svůj duhový most. Bylo to těžké, ale život jde dál. Dnes mám po svém boku nového společníka – mladého

německého ovčáka jménem Montmorency, kterému říkáme jednoduše Monty. Je mu teprve rok, takže se stále učí a objevuje svět. Je plný energie a chuti do práce a já pevně věřím, že už brzy, snad ještě před zimou, vám budeme moci něco málo předvést. Pokud se mu to ne vždy povede dokonale, prosím vás o shovívavost – přece jen je ještě mladý a učenlivý. Dobrovolnictví mi ukázalo, že radost se násobí, když ji člověk sdílí s ostatními. Jsem proto moc vděčná, že mohu být součástí vašeho společenství a alespoň trochu zpříjemnit vaše dny – ať už slovem, úsměvem, nebo psí společnost.

H.K. + M

Jmenuji se Veronika Kocourová a jako dobrovolnice k Vám dojíždím z Horní Krupé, kde bydlím s rodinou v rodinném domě s velkou zahradou. Jsem vdaná a mám tři dcery – desetiletou Elinku, sedmiletou Emilku a čtyřletou Evelínku. Pracuji v mateřské škole jako kuchařka a školnice. V rámci dobrovolnictví vedu relaxační cvičení pro klienty. se Schá-

zíme se vždy o víkendu dopoledne ve zdejší tělocvičně. Cvičení je zaměřené na dechová cvičení a jemné protažení celého těla, vždy dbáme na to, abychom se nepřetěžovali a cvičili jen podle svých možností. Součástí programu je také práce s křížením pohybů, které nám občas zamotají ruce i nohy, ale bereme to s úsměvem. Postupně se také

učíme relaxovat, při cíleném dýchání a mém vyprávění se v myšlenkách přenášíme na příjemná místa, kde se cítíme dobře a bezpečně, a každý si tam může zůstat tak dlouho, jak potřebuje.

Na naše společná setkání se vždy velmi těším, protože každé cvičení s Vámi je pro mě krásným a milým zážitkem.

Veronika K.

Úplná uzavírka části ulice Reynkova do 2.11.2025

Z důvodu realizace stavby přípojek bude nutná úplná uzavírka ul. Reynkova v Havl. Brodě. Předmětná stavba „Obytná zóna Na Nebi, Havl. Brod – přípojky vodovodu a kanalizace ul. Reynkova“ je umístěna v ulici Reynkova u domu pro seniory v Havlíčkově Brodě. Na stavbu bylo vydáno stavební povolení. Dopravní obslužnost stávajících parkovišť bude zajištěna obousměrným provozem



směrem ke sídlišti Na Výšině. Velké parkoviště u hlavního vstupu nebude přístupné pro vozidla, omezen pro vozidla bude i hlavní vstup. Pro dům pro seniory bude zajištěna dopravní obslužnost a přístup pro chodce. Chodník nebude uzavřen. Pro dopravu s klienty a rychlou zdravotní službu bude využíván zadní technický vjezd v 1.PP ze sídliště Na Výšině.

Zahradní slavnost denních stacionářů

Ve středu 24. září se konala historicky první zahradní slavnost denních stacionářů. Plány byly opulentní, nadšení u našich klientů vládlo již několik měsíců předem. Společnými silami jsme sestavili program a naplánovali vše do nejmenších detailů. Naši klienti se do příprav zapojili s vervou, všichni se chtěli blýsknout nejenom před ostatními klienty, ale také před rodinami, které byly na akci srdečně zvány. Již pár dní před akcí však bylo jasné, že zahradní slavnost se bude muset pro rozmary počasí přesunout do vnitřních prostor domova seniorů.

Přijela nám zahrát dechová kapela Sklenařinka. Bylo dojemné pozorovat naše klienty, kterým se nejednou zaleskly v očích slzy při poslouchání písní jejich mládí, všichni se zapojili, prozpěvovali. Mnozí

také vyrazili na taneční parket a skoro to vypadalo, že protančí sváteční střevíce. Pod vedením pečovatelky Martiny Vaňkové naši klienti zazpívali několik secvičených písní. Když došlo na „tu naši písničku českou“, jako chorál se rozezněla prakticky celá jídelna až nám mravenčilo v zátylcích. Klienti se také ukázali při tanci se šátky. Nálada byla veselá, nikdo neměl hlad a žízeň – naše ženy z denních stacionářů se postaraly o pohoštění na stoly, zapojila se také místní kuchyně a děvčata z terapie, která pro nás ugrilovala klobásky – a že přišly k chuti!

Překvapením pro všechny byla přítomnost zvířat ze zookoutku ve Vápovicích. Po prostorách domova se procházeli dva lamí kluci, kteří ve volné chvíli udělali mnoho radosti i klientům v pokojích

domova seniory. Doprovázel je malý skunk Fredy a želva. Všichni se mohli pokochat, pohladit, zanořit ruce do měkkých kožíšků alpák. Klienti o takovém zážitku hovoří ještě dnes, několik dní po akci. Nejenom, že jsme zpívali, tančili a veselili se se zvířaty. Během odpoledne proběhl mezi návštěvníky kvíz, který byl následně vyhodnocen a tři vítězové si odnesli hodnotné ceny.

Suma sumárum, zahradní slavnost „bez zahrady“ se nám náramně vydařila a my jsme odhodlaní si tak hezkou akci zopakovat. Děkujeme za návštěvu všem, kdo přišli, pohovořili, zatančili si s námi. Pro nás je největší odměnou vidět úsměvy na tvářích klientů.

Lucie Košmiderová



Letní čas seniorů

Léto už pomalu, ale jistě ztrácí svou sílu a nám nezbývá, než se trochu přiblácit a radovat se z krás přicházejícího podzimu. Teplé měsíce jsem si v našem stacionáři užili. Chodili jsme s klienty na zahradu, kde jsme hráli různé hry, zpívali, cvičili, radovali se z kyticek a obdivovali šikovnost pana zahradníka. Když bylo příliš teplo a klienti se na procházku necítili, pořádali jsme posezení na atriu. Zde jsme společně mnohokrát obědvali, nebo jen popíjeli kávu.

Rádi bychom poděkovali potra-

vinové bance, díky níž jsme se během léta poctivě připravovali na zimu. Z darovaných potravin jsem s klienty zavařili kompoty, šňávy, čalamády, upekly buchty, kečupy a další dobroty. U těchto činností jsem si povídali a ženy i muži vzpomínali na dětství, mládí a dospělácký život. Klientům se věnujeme dle jejich možností, dovedností a aktivit, které jim přináší radost. Založili jsme karetní klub, se kterým byl uspořádán i žolíkový turnaj společně se stacionářem Výšina.

Také jsme vyjeli na několik vý-

letů. Navštívili jsem zahradnictví Letiště, obchod Action, byli jsme na procházce u rybníka Cihlář.

Během prázdnin jsem se i my pečovatelky vystřídaly na dovolených, trávily jsme čas s rodinami a nabíraly síly na zimní měsíce.

Venku už začíná podzim, listí ze stromů barví přírodu a my máme spoustu plánů na různé aktivity, které budeme s našimi klienty realizovat. Děkujeme za práci, která nás baví a přejeme všem pevné zdraví.

Martina Vaňková



Spolupráce s dětmi

V letošním školním roce 2025-2026 bychom rádi navázali na vzájemnou spolupráci mezi domovem pro seniory a MŠ Nuselská, která patří pod organizaci MŠ Korálky, Havlíčkův Brod.

Už teď se těšíme na společná

setkávání formou dílniček, hudebních vystoupení či vzájemném hraní deskových a společenských her.

Setkání budou probíhat nejen v domově pro seniory, ale také u nás v MŠ, kde už teď připravujeme projektový den

na téma „Vyprávění s babičkami“. 27.11. na zahradě DD, pak venkovní zdobení vánočního stromčku a společné zpívání. Děkujeme, že nás pouštíte blíž k vašim srdcím.

**Za kolektiv MŠ Nuselská
Bc. Jitka Kozlíková**

Kdo vám s čím pomůže?

Mgr. Magdalena Kufrová (ředitelka) – modré patro, č. dveří 158

- řídí celé Sociální služby města Havlíčkova Brodu
- 1x za měsíc probíhá setkání s paní ředitelkou v jídelně domova pro seniory, kde je Vám paní ředitelka k dispozici s případnými dotazy ohledně poskytování sociálních služeb
- zpravidla jedenkrát za půl roku probíhají schůzky s obyvateli DPS, kde je paní ředitelka k dispozici s případnými dotazy ohledně poskytování sociálních služeb

Ing. Ivana Julišová (asistentka ředitelky) – modré patro, č. dveří 157

- tato pracovnice Vám pomůže s kopírováním různých dokumentů, vytiskne Vám fotky, spolupracuje na Jablíčku, vede aktivizační program „Přírodopisné promítání“ zprostředkovává schůzky s paní ředitelkou, funguje jako podatelna organizace
- zpracovává vyúčtování poskytovaných služeb

Ing. Filip Hejkal, Zdena Musilová, Bronislava Čechová (ekonomický úsek) – modré patro, č. dveří 156

- klienti mohou v této kanceláři provádět hotovostní úhrady za pobyt

Jana Hloušková, DiS. (vedoucí pobytových služeb), **Bc. Petra Vencová, DiS., Bc. Renata Semrádová, Petra Havlová, DiS., Bc. Šárka Zelenková, DiS.** (sociální pracovníci) – modré patro, č. dveří 141, 142, 144

- poskytnou Vám informace o průběhu poskytované služby
- zprostředkují kontakt se společenským prostředím (různé úřady, soudy, zdravotní zařízení apod.)
- spravují Vaše hotovostní konta
- pomohou Vám vyřídit žádost o příspěvek na péči
- zařídí Vám odhlášení/přihlášení jídel, odchody na dovolenky
- podílejí se na aktivizačních programech pro klienty
- mají na starost dobrovolníky, kteří navštěvují klienty
- zabývají se Vašimi podněty na zlepšení kvality poskytovaných služeb
- poskytují základní sociální poradenství

Simona Pospíchalová, Zdena Lehmannová (terapeutky) – modré patro, č. dveří 148

- tyto pracovnice se Vám budou věnovat při trávení volného času
- zajišťují pro Vás společenské akce (vystoupení dětí z MŠ a ZŠ, návštěva divadla, výlety, vycházky apod.)

Lenka Landová (knihovna a majetek) – modré patro, č. dveří 150

- pomůže Vám při výběru knih v naší knihovně
- eviduje veškerý majetek v zařízení

Vlasta Gabková, Marta Pazderová (recepční) – modré patro

- zajišťují kontakt klientů s pracovníky i veřejností
- evidují návštěvy klientů
- zapisují zájemce na pedikúru a ke kadeřnici, apod.
- vedou evidenci jízd služebními vozy
- půjčují noviny a rozdávají poštu

Marta Volná (bufet) – modré patro

- zajišťuje nákupy pro klienty
- poskytuje činnosti sociální péče uživatelům služeb, vede aktivizační program

Jana Kučerová (vedoucí stravovacího provozu) – modré patro, č. dveří 133

- zajišťuje chod kuchyně a stará se o kvalitu podávaných jídel

Tomáš Beránek (správce budov) – modré patro, č. dveří 168

- má na starosti chod budovy (topení, světlo, voda, teplo, malování, elektřina, plyn apod.)
- řídí úsek údržby a prádelny

Pavel Doležal, Karel Švanda (údržba) – hnědé patro, č. dveří 009

- můžete se na ně obracet při řešení drobných poruch na pokojích
- zajišťují odvozy k lékařům, do města, apod.
- mají na starosti údržbu kolem budov

Jana Pachtová, Jaroslava Naňáková, Pavlína Zichová (prádelna) – hnědé patro, č. dveří 024

- zajišťují praní, žehlení, drobné opravy a označení prádla pro klienty



Bc. Iva Loudátová (rehabilitační pracovnice) – hnědé patro, č. dveří 053
- na základě rozhodnutí ošetřujícího lékaře vykonává rehabilitační cvičení u klientů
- sama si řídí relaxační cvičení s klienty

Pracovníci sociální péče – všechna patra
- poskytují péči ohledně osobní hygieny, stravování, doprovody k lékařům a zajišťují další potřeby uživatelům služeb

Mgr. Ludmila Mahelová a všeobecné zdravotní sestry – všechna patra
- poskytují zdravotní péči na základě indikace lékaře uživatelům služeb, rozdávají léky

Setkání v lese

V polou měsíce června jsou teplé dny i noci, jež jsou nejkratší z celého roku. Brzy, brzičko ráno, je příjemné proběhnout se do ještě zpola spícího, ale již vonícího lesa. Ten den jsem byl už ve čtyři hodiny ráno, za šera, na jeho okraji. Větve starých smrků lemovaly vstup do ještě stále ztemnělého lesa, jako by dělaly zřasenou drapérii, která se dotýkala náletových keřů zakrslého hlohu a šípkových růží, rostoucích na samém konci rosou postříbřené louky. Brzká rána jsou krásná. Vběhl jsem do lesa, minul oplocenku mladých jedliček, dal se zpola proslapanou stezičkou mířící hlouběji do jeho nitra, a potom ostře zabočil znovu k jeho kraji. A tam se to stalo. V pravoúhlém ohbí stezky jsem na poslední chvíli spatřil divočáka. Byli jsme od sebe vzdáleni necelé dva metry. Stál rozkročený a z boku se na mne díval. Byl robustní, statný, porostlý štětinami a se vztyčeným rypákem. Byl zřejmě překvapený, stejně jako já. Měl jsem vždycky pocit, že při běhu funím, ale nyní jsem měl v nohou (vybíhám kousek od baráku) asi tak teprve tři kilometry, to ještě nejsem zdecimovaný (normální trasu mám něco málo přes sedm kilo-

metrů) a tedy mne asi vnímal jako šumění lesa. A můj běh v teniskách tlumila vrůstající tráva do krajů lesa. Byl jsem vystrašený, kanec (měl špičáky) s rychlostí co mne ohromila, vskočil do porostu bezu chebdí a mladých břízek na kraji polesí, a zmizel na louce. Já v panice utíkal na opačnou stranu, kde les protínala silnice. Na ní jsem se cítil jakžtakž bezpečný. Když jsem později o všem uvažoval, došlo mi, jaké jsem měl veliké štěstí v tom, že divočák stál napříč stezky, a ne čelem ke mně... A rozpomněl jsem se také, že máme díky EU posunutý čas o jednu hodinu. Čtyři hodiny ráno jsou astronomicky správně teprve tři hodiny ráno, a v tu dobu začíná černá zvěř hledat potravu....

Sám už nevím, kolik uplynulo času, od doby, když jsem tehdy odpoledne, v pozdním létě, běžel svou oblíbenou trasu lesem až k vesnici. Právě jsem vyběhl z borovicového háje a dal se do vysokého smrkového porostu, a zde, na jejich předělu, jsem periferně zahlédl, jak se na mne řítí veliký vlčák (německý ovčák). Zastavil jsem se a nastavil mu ruku, jak jsem si zapamatoval z didaktických filmů. On se však odrazil a skočil mi ne

po ruce, ale po krku. A od té chvíle se mi vše změnilo, zdeformovalo se vnímání času i prostoru, neslyšel jsem, a viděl jeho útok jako ve zpomaleném filmu. Pes ve skoku stoupal jako po pomyslné přepone stále blíž a blíž k mému obličejí, už jsem zblízka viděl jeho mordy i jednotlivé zuby v tlamě, a já byl bez pohybu, jako ztuhlý. Těsně pod bradou jsem ucítil prudce vražený studený psí čumák a taky náraz do klíční kosti, až jsem se zapotácel. Byl jsem jako v živém, úzkostném snu, ale to už vlčák dopadl na zem, oběhl mne za zády a běžel pryč. Teprve teď jsem uslyšel, jak dál v lese někdo až nepřičetně řve. Pes utíkal za tím hlasem, zřejmě svého pána, který nejspíš, že už byl daleko od vesnice, pustil vlčáka z vodítka. Ten, když mne viděl běžet, probudili se v něm dávné sklony psovitých šelem, štvát kořist, a vymkl se kontrole. Naštěstí pro mne, v kritickém okamžiku, uslyšel hlas svého pána a neskousl. Strach, ba přímo děs, přišel za malou chvíli, když jsem si uvědomil, jak málo stačilo k tomu, abych ležel na zemi s rozervaným hrdlem a nade mnou by stál onen vlčák jako pes rodu Baskerwillů...

Josef Milichovský



Spolupráce s DPS Reynkova

Do naší knihovny dochází dobrovolnice či zaměstnankyně obou havlíčkobrodských domovů pro seniory a klientům u nás půjčují jak klasické knihy, tak ty zvukové či audioknihy.

Aktivizační pracovnice z DPS Reynkova paní Lehmannová mě oslovila, zda bychom mohli trochu více prohloubit spolupráci našich institucí a někdo by se mohl individuálně věnovat jejich klientům. Nadšeně jsem souhlasila, protože práce se seniory rozhodně patří do okruhu služeb specializovaného oddělení.

Domluvily jsme tedy hned termín našeho prvního setkání a tím byla obecná exkurze po knihovně. V úterý 13. května odpoledne tak dorazila skupinka několika dam a dvou terapeutek. Tři dámy byly na vozíku, jedna měla chodítko, jedna berle a další byla ráda za poskytnuté rámě. Tato sku-

pinka nadšených seniorek si v sále poslechla úvod do historie knihovny, několik čísel a dat a shlédla krátké video o stavbě nové budovy KKV. Pokračovali jsme přes všechna oddělení pro veřejnost, až po kanceláře zaměstnanců, přes sklad až na terasu. Seniorky tak nebyly ochuzeny ani o píď. Na závěr dámy ještě poseděly v kavárně. Věřím, že se jim prohlídka líbila. Minimálně se líbila paní Lehmannové, která si se mnou hned domluvila „reciproční“ návštěvu. Na úterý 20. května dopoledne jsem dostala pozvání, abych přišla za seniory přímo do DPS Reynkova. Samozřejmě jsem se za nimi nešla jenom podívat. Připravila jsem si pro ně povídání na téma „Nejpůjčovanější knihy v roce 2024“. Dozvěděli se tak, kteří autoři a které tituly byly v naší knihovně v loňském roce ty nejoblíbenější. Dotkli jsme se jak beletrie, tak nauč-

né literatury, lehce jsem zmínila i dětské knihy. Senioři oblíbené autory většinou znají, ale mnoho knih od nich nepřečetli. Již v úvodu besedy jsem je seznámila také s tím, jak se stát našimi čtenáři, nebo že mohou poprosit paní Lehmannovou, aby jim u nás cokoli vypůjčila. Žebříček nejpůjčovanějších knih jim nyní může posloužit jako vodítko, pokud si nebudou na první dobrou jisti, co by si chtěli přečíst.

Všech zhruba třicet seniorů mě zvládlo poslouchat 45 minut, měli dotazy, odpovídali na ty moje. Bylo to krásné setkání, dokonce mi vysloužilo i dáreček z jejich vlastní dílny.

A naše setkávání rozhodně nekončí. Jsme domluveni na úterý 1. července, kdy si společně v DPS Reynkova vyzkoušíme malé úkoly v rámci trénování paměti. To už bude pro menší skupinku klientů. Moc se na ně těším!

Trénink paměti v DPS Reynkova

Na úterý 1. července dopoledne jsme měli s paní Lehmannovou domluvené další setkání v domově pro seniory. Tentokrát jsem měla s jejich klienty trochu potrénovat paměť. Původně jsem myslela, že seniorů bude menší skupinka, že budou moci pracovat i samostatně, sami přiřazovat různé kartičky, vyplňovat úkoly apod. Ukázalo se ale, že mě ještě nemají dost a zúčastnit by se jich chtělo více. To mě potěšilo, i když to lehce nabouralo můj plán.

Sešli jsme se opět v kapli, větší místnosti vhodné pro tato setkání. Ti, kteří potřebovali, dostali sluchátka, na která jsou zvyklí, aby mě lépe slyšeli. Po zkoušce hlasitosti jsme mohli začít. Hned v úvodu jsem klienty upozornila,

že od nich budu chtít větší interakci a aby mi i něco na sebe prozradili, trochu povyprávěli. Začali jsme představením svého jména a sdělením, co máme rádi – ale pozor, obě slova (jméno i oblíbená věc) musela začínat stejným písmenem.

Poté jsem přečetla krátký příběh, který jsme si společně zrekapitulovali. Všichni si zapamatovali alespoň pár informací, mnozí byli i schopni v pohodě příběh přeříkat celý. Také jsme párovali – zkusila jsem „nadhodit“ nějaké slovo a mí posluchači mi obratem vraceli slovo do páru (nůž + vidlička, polštář + peřina apod.). Na řadě byl další krátký příběh – opět si všichni zapamatovali mnoho detailů. Zkusili jsme také skládat různá

slova za sebe podle asociací – od slova škola jsme se dostali až do lesa a tak dále. Na závěr jsem seniory požádala, zda by mi mohli říct, v jakém městě či vesnici se narodili a v jakém se tato obec nachází kraji – převážovala Vysočina, ale mnozí jsou i opravdu zdaleka.

Ani jsem nevěřila, že si vydržíme povídat tak dlouho a hlavně, že budou milí senioři stále tak ve střehu! Udělali mi velkou radost. A uvidíme se i v srpnu. Další setkání máme v plánu v úterý 19. srpna. Opět si zkusíme trochu potrápit mozkové závitky. Už se těším.

**Stránku připravila
Bc. Markéta Gögeová
Oddělení specializovaných
služeb**

Představujeme dietní sestru, která vám poradí v oblasti stravování

Jmenuji se Lenka Burešová a pracuji pro Domov pro seniory v Reynkově ulici jako nutriční terapeutka.

Narodila jsem se v Havlíčkově Brodě, kde jsem vychodila Základní školu na Rubešově náměstí. Po absolvování základní školy jsem nastoupila na Gymnázium Dr. Aleše Hrdličky v Humpolci.

Vzhledem k tomu, že od útlého věku trpím potravinovými alergiemi a tím pádem jsem neustále řešila čím a jak se stravovat, byl pro mě výběr pomaturitního studia jasný. Úspěšně jsem složila přijímací zkoušky na Vyšší odbornou zdravotnickou školu v Brně, obor diplomovaný nutriční specialista.

Studium na této škole jsem úspěšně ukončila v roce 2009 s titulem Diplomovaný nutriční specialista.

V oboru nutriční terapeutka jsem následně šest a půl roku pracovala v havlíčkobrodské nemocnici. V roce 2016 jsem nastoupila na rodičovskou dovolenou s dcerkou Nikolou. V roce 2019 jsem rodičovskou dovolenou ukončila a vrátila se na původní pracoviště v nemocnici. O rok později přišla pracovní nabídka z Psychiatrické nemocnice v Havlíčkově Brodě. Nabídku práce v oboru nutriční terapeutka jsem s radostí přijala a v tomtéž roce jsem začala v psychiatrické nemocnici pracovat.

V roce 2023 jsem otěhotněla. Těhotenství však bylo rizikové a práci jsem musela přerušit. Po narození dcerky Viktorky přišla nabídka práce nutriční terapeutky pro Domov pro seniory v Reynkově ulici. Byla to pro mě výzva, kterou jsem přijala.

Práce, kterou vykonávám mě nesmírně baví, výživa je mým koníčkem.

Neustále si doplňuji vzdělání, studuji dostupnou odbornou literaturu a čerpám informace z praxe.

Svým klientům vždy ráda pomohu, není pro mne problém sestavit individuální výživový plán dle zdravotního stavu a potřeb klienta.

Lenka Burešová



Již od roku 1993 společnost působí jako celorepublikový distributor zdravotního materiálu a léčiv. Díky široké nabídce produktů i služeb se společnost řadí mezi přední distributory v ČR. Snažíme se přistupovat ke každému klientovi individuálně, což je klíčem k úspěšnému obchodnímu vztahu!

Proč si vybrat distributora Dentimed:

- Široké portfolio výrobků
- Rychlé termíny dodání
- Rozvoz po celé ČR – vlastní doprava
- Sponzorské aktivity
- Vzdělávací program za exkluzivní ceny
- Novinky a akce
- ...a mnoho dalších výhod

Dentimed s.r.o., Družstevní 76, 570 01 Litomyšl
www.dentimed.cz, e-mail: info@dentimed.cz, Tel.: 461 612 740

Vážení zákazníci, dovolujeme si Vám nabídnout naše služby:

- Dodávky inkontinenčních pomůcek za výhodných podmínek
- Od 1. 1. 2020 na trh dodáváme nové inkontinenční pomůcky Dailee, které jsou vyráběny v ČR
- Široký výběr zdravotního materiálu
- Komplexní dezinfekční program
- Elektronický objednávkový systém



Jsme členy odborných organizací:



Váš specializovaný
DISTRIBUTOR
www.dentimed.cz

Úvaha

Tímto slovem byl nadepsán článek na internetu, který mne velice zaujal a inspiroval k tomu napsat také vlastní "Úvahu".

Pisatel se v tom článku zúčastnil rozloučení s nějakou významnější osobností a poslouchal při tom slova smutečních řečníků, která oplývala slovy díků a uzání zasluh zemřelého a při tom mu asi táhlo hlavou myšlení, že tomu zemřelému to bylo stejné, jakoby mu nabídl teplejší zimník.

A došel k tomu názoru, se kterým já hluboce souhlasím, že děkovat se má těm, kteří jsou mezi námi a obohacují a usnadňují náš život, a to uznání by bylo pro ně posilou. Jako příklad uvádí osobnost Karla Šípa, herce a moderátora, který nám svým pořadem VŠECHNO-PÁRTY obohacuje pozváním na scénu divadla vždy tři účastníky na besedu před kamerou. A vybírá si k tomu osobnosti chytré, které něčemu rozumí a umí se bavit i vtipnějším a veselějším tónem. A sám svým typickým smíchem při tom taky nešetří...

A tak jsem se rozhodl, že tady ve svém okolí máme také za co komu poděkovat. Například paní ředitelce na-

šeho domova Mgr. Kufrové, která tento náš útulný domov se svými pracovníci už 22 let řídí a je obklopena ochotnými pečovatelkami a zdrav. sestřičkami. Náš domov má velmi dobrou pověst zejména proto, že tady vládne nepřetržitá vzorná čistota, ochota a úsměv i když někdo ve svých letech nezvládne osobní hygienu. Máme tady i výbornou kuchyni a kuchaři a kuchařky jsou ochotni větším jedlíkům trochu i přidat...

Jednou za měsíc svolá paní ředitelka setkání všech nás "u kávy" v jídelně. Tam se dozvíme o všem, co se děje kolem pohodlí našeho domova a její milá typická otázka je: "A co byste si ještě přáli zlepšit?" A sama posledně navrhla, že zavedeme také zákusky! A jedna klientka se hned ozvala slovy: "A když budete dělat kremrole tak já nemám ráda jako jejich náplň ten šlehaný sníh z vaječných bílků, mně tam dávejte šlehačku ze smetany!" Je to úsměvné a současně pohled do myšlení některých z nás...

Tady všechny zaměstnankyně chvátají. Já, když se belhám s holí kolem zábradlí na chodbě, tak zaznamenávám za nimi zvýšený

pohyb vzduchu a i vůni.

Velice si vážím možnosti nosit stále čisté prádlo a použité odložíme u dveří a druhý den je máme čisté. Neviditelné pilné včeličky v prádelně se nám o něj postarají.

Také tu fungují neokázale, ale spolehlivě administrativní pracovníce jako třeba sociální pracovníce, účtárna, zahradník, který udržuje náš park stále hezky, a údržbáři kteří umí opravit každou poruchu a současně zastávají práci řidičů.

Každý den je vyhlašován program na den a každý si může vybrat kam se chce zařadit. Nic tu není povinné, ale všechno je tu možné - samozřejmě v rámci slušného chování. Nuda tu pro nikoho nemůže nastat, pokud má sám nějaký svůj zájem. Když den končí, tak některá z pečovatelek přijde ke každému na pokoj s otázkou, jestli něco potřebujeme a když ne, tak popřeje dobrou noc. Je to maličkost, ale ukazuje to úroveň péče o nás.

Za všechny klienty,
kteří se mnou souhlasí
Jindřich Pecha,
žluté patro

Redakční rada: Ondřej Rázl, Ivana Julišová, Zdena Lehmannová, Magdalena Kufrová

Kontakt: ssmhb@ssmhb.cz, 569 433 757.

Náklad: 400 ks

Za případné chyby v textu se omlouváme.

Uzávěrka příštího čísla 30. listopadu 2025.

Evidenční číslo: MK ČR E 21809

Sponzorem časopisu Jablíčko je společnost Dentimed.