

# Buráček





## ÚVODNÍK

Vážení a milí přátelé a příznivci Domova pro seniory Burešov.



Mám velkou radost a současně prožívám pocit zodpovědnosti, že Vás mohu pozdravit v úvodu prvního čísla našeho zpravodaje v roce 2022.

K 1. lednu 2022 jsem byla jmenovaná Radou ZK na pozici ředitelky domova, kde jsem po 14 letech vystřídala Ing. Vlastimila Zaydlara. V oblasti sociálních služeb nejsem nováčkem, protože péči o seniory se věnuji již více jak 20 let a musím říct, že senioři jsou pro mne srdeční záležitostí. Přesto, že by se mé působení v domově mohlo zdát pro někoho krátké, tak mé vnitřní pocity jsou zcela jiné. Za posledních 5 měsíců se podařil velký kus práce a to je zásluhou celého týmu. Vždyť dobrou službu dělá dobrý tým a bez něj to nejde. Je skvělé mít vedle sebe spolupracovníky, kteří berou svoji práci zejména jako poslání, s cílem služby lidem, jež naši pomoc potřebují.

V jarních měsících proběhlo vzdělávání personálu. Naším cílem bylo seznámit se s metodou Validace, která klade důraz na specifický přístup ke klientům s demencí. Učili jsme se „obout boty našich uživatelů a projít se v nich“. Dalšími tématy byla Reminiscence – vzpomínková terapie, Demence v obrazech či

způsoby komunikace. Každá oblast přinesla mnoho výzev a nových podnětů.

V oblasti aktivizace klientů jsme zahájili pravidelné canisterapie a hypoterapie, nastavili společné měsíční oslavy narozenin klientů, zrealizovali několik hudebních vystoupení, výletů či společných „cukráren“ a v mnohém navázali na období před „COVIDEM“. Jsem moc ráda, že se náš domov vrátil do „normálního“ života a naši uživatelé mohou v mnohém prožívat krásné okamžiky.

Je příjemné opět vnímat u našich uživatelů a jejich blízkých pocit jistoty, pohody a spokojenosti.

Děkuji všem kolegům za jejich laskavou odbornou péči o klienty. Rodinám děkuji za projevenou důvěru. Nám všem přeji neutuchající nadšení pro naši službu a dostatek sil překonávat překážky, které se ve snaze budovat něco dobrého často vyskytují.

Všem nám přeji krásné letní dny. Užijme si čas odpočinku a dovolených a čerpejte energii do dalších dnů, které jsou před námi.

Nováková Helena, ředitelka domova

# Gratulujeme

## OSLAVILI JSME NAROZENINY NAŠICH KLIENTŮ

### Duben

### Květen

### Červen

| Datum | Jméno oslavence | Věk | Datum | Jméno oslavence | Věk | Datum | Jméno oslavence | Věk |
|-------|-----------------|-----|-------|-----------------|-----|-------|-----------------|-----|
| 1.4.  | EMÍLIE          | 91  | 4.5.  | IVAN            | 75  | 4.6.  | BOŽENA          | 86  |
| 1.4.  | MARIE           | 83  | 5.5.  | JANA            | 79  | 4.6.  | VIERA           | 95  |
| 4.4.  | MILOSLAVA       | 76  | 7.5.  | HANA            | 83  | 8.6.  | VLASTIMIL       | 68  |
| 8.4.  | LUDMILA         | 87  | 9.5.  | MIROSLAV        | 79  | 8.6.  | ANEŽKA          | 91  |
| 9.4.  | JAN             | 96  | 13.5. | FRANTIŠKA       | 70  | 11.6. | FRANTIŠKA       | 86  |
| 10.4. | PAVEL           | 75  | 13.5. | ZDEŇKA          | 85  | 14.6. | MARIE           | 94  |
| 12.4. | JIŘINA          | 78  | 14.5. | ZDEŇKA          | 90  | 17.6. | VĚRA            | 82  |
| 14.4. | JANA            | 73  | 15.5. | ŽOFIE           | 78  | 18.6. | ANEŽKA          | 93  |
| 14.4. | JITKA           | 83  | 16.5. | JIŘINA          | 74  | 18.6. | VIERA           | 95  |
| 15.4. | DRAHOMÍRA       | 89  | 18.5. | JANA            | 81  | 19.6. | LUDMILA         | 88  |
| 17.4. | MARIE           | 93  | 18.5. | JOSEF           | 84  | 19.6. | RŮŽENA          | 87  |
| 18.4. | MAYA            | 91  | 25.5. | LUDMILA         | 92  | 20.6. | LUDMILA         | 101 |
| 19.4. | KAREL           | 95  | 30.5. | BOŽENA          | 93  | 20.6. | JULIE           | 79  |
| 21.4. | MARIE           | 84  | 31.5. | JARMILA         | 89  | 21.6. | VLASTA          | 92  |
| 22.4. | RUDOLF          | 72  |       |                 |     | 25.6. | BOŽENA          | 89  |
| 24.4. | ZDENKA          | 90  |       |                 |     | 26.6. | BOŽENA          | 69  |
| 28.4. | MARIE           | 85  |       |                 |     | 28.6. | PAVLA           | 77  |
| 29.4. | JAROSLAVA       | 87  |       |                 |     |       |                 |     |



## VÝZNAMNÝCH 101 LET



Společně jsme oslavili krásných 101 let jedné z našich dam, paní Ludmily. Mezi gratulanty nechyběla ředitelka domova Helena Nováková a tým pracovníků, který paní Ludmile pomáhá v každodenním životě. Bylo zřejmé, že pro řadu z nich nešlo jen o formální splnění povinnosti, ale projev osobního vztahu. Za město Zlín přišli popřát zástupci Odboru sociálních věcí. Nechyběl nádherný a výborný dort, dobré jídlo, šampaňské, skvělá nálada a spousta dárků.

I my se připojujeme ke gratulantům a přejeme hodně zdraví, spokojenosti, láskyplnou péči a ještě mnoho hezkých dní!

## DOBROU SLUŽBU DĚLÁ PROFESIONÁLNÍ TÝM

V měsících duben – květen 2022 proběhlo v našem zařízení odborné vzdělávání pracovníků poskytujících přímou péči. Cílem akreditovaných seminářů bylo lépe pochopit naše klienty, vnímat specifika lidí s demencí a být otevřený novým věcem, díky kterým můžeme zlepšovat kvalitu jejich života.

Mezi tématy, kterým jsme se v rámci vzdělávání věnovali, byla Reminiscence, Validace a Demence v obrazech.

Pod pojmem REMINISCENCE si máme vybavit práci se vzpomínkami, a to formou rozhovorů se starším člověkem, vybavování událostí na různá témata dotýkajících se průběhu jeho života (dětství, mládí, škola, práce, zájmy, události), jeho dřívějších aktivit a získaných zkušeností. Důležitým pomocníkem jsou vhodné podněty jako fotografie, dokumenty, nástroje, archivní hudba, předměty z domácnosti, pracovní nářadí, módní doplňky, filmy,.. apod). Reminiscenční metody, aktivity, programy či projekty jsou dnes běžnou součástí práce se starými lidmi. Životopis, biografie či životní příběh stejně jako reminiscenční rozhovor je považován za východisko individualizované péče a o to nám jde. Skupinová reminiscence je zařazována mezi aktivizační činnosti stejně jako společné vaření tradičních jídel. Vytváření vzpomínkových krabic či kufříků patří k zajímavé nabídce u osob s demencí. Využívání reminiscence přispívá ke zlepšení kvality služeb pro seniory. Jde o metodu snadno dostupnou s rychlým efektem. Stačí jen věnovat starým lidem chvíli času, být vnímavý a naslouchat jim.

VALIDACE podle Naomi Feil usnadňuje porozumění lidem se syndromem demence. Jedná se o specifickou komunikační metodu umožňující pečujícím lépe porozumět lidem s demencí a zmírnit tak případný stres, nervozitu či agresivitu. Validace je metoda usnadňující

komunikaci s velmi starými a dezorientovanými lidmi. Klade si za cíl vcítit se do prožívání starého, dezorientovaného člověka, vstoupit do jeho vnitřního světa, akceptovat ho takového jaký je a vyjadřovat mu úctu.

Skvělá lektorka, paní Mária Wirth, byla pro všechny přítomné velkou inspirací a důkazem, že lidem s demencí je třeba nejprve porozumět a až poté můžeme lépe pochopit důvody jejich projevů a chování.



Seminář Demence v obrazech měl za cíl pochopit svět lidí s demencí, odbourat předsudky a nejistotu při práci s lidmi s demencí, odstranit bariéry v komunikaci a naučit se řešit každodenní situace. Díky několika krátkým filmům zachycujících běžné situace, které denně prožíváme a řešíme se svými klienty (oblékání, strava, hygiena, vycházky apod.), jsme se učili přiblížit se klientům a být dobrými průvodci jejich života.

## ÚNOROVÁ NÁVŠTĚVA PANA HEJTMANA

### Hejtmán Zlínského kraje a jeho náměstkyně pro sociální oblast čerpali moudrost

Je krásné naslouchat moudrosti ve stáří, vnímat velkou pokoru a dobrosrdečnost. Právě to jsme mohli na vlastní kůži prožít spolu hejtmánem ZK Radimem Holišem a náměstkyní pro sociální oblast paní Hanou Ančincovou, kteří přišli popřát paní Ludmile k požehnaným 103. a paní Marii ke 100. narozeninám.

Myslím, že každého přítomného slova obou našich dam zahřála u srdce a uvědomili jsme si, že štěstí a radost se často nachází zcela jinde než ho hledá současná mladší generace.



## TANEČNÍ TERAPIE S PANEM VELETOU

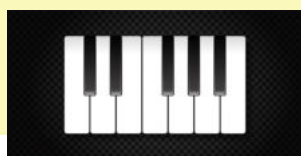
Pan Veleta v dubnu roztančil celý náš domov! Dle pana Velety, který je svou profesí bývalý baletní tanečník, do jeho slovníčku nepatří slova „nemůžu“ a „nejde to“. Jeho osobnostní kouzlo a charisma vykouzilo úsměv na tváři naprosto všech přítomných dam a pánů. Moc děkujeme za úžasný zážitek.





## ČERVNOVÁ NÁVŠTĚVA PANA HEJTMANA

Dne 30.6.2022 nás poctili návštěvou hejtman Zlínského kraje Radim Holiš, statutární náměstkyně hejtmana Hana Ančincová a vedoucí odboru sociálních věcí Mgr. Tomáš Bernatík při příležitosti oslavy významného jubilea naší uživatelky, která oslavila 20.6.2022 neuvěřitelných 101 let! Ještě jednou blahopřejeme!



## NAŠE JÍDELNA OPĚT ZNÍ ŽIVOU HUDBOU

Díky šikovným prstům, profesní odbornosti, trpělivosti a vstřícnosti mistra pana Černého, máme po několika letech opět funkční pianino a těšíme se z jeho využití. Současně jsme v jídelně vytvořili nový prostor, který je místem pro společná hudební setkávání.







## Z NOHY NA NOHU

Jsme součástí města Zlín a proto jsme se v rámci 700. výročí první písemné zmínky o městě rádi zapojili do akce "Z nohy na nohu" <https://znohynanohu.cz/projekt/>

V průběhu dvou dnů jsme vyzkoušeli Boty co vidí! Boty co mluví! Boty co slyší! <https://znohynanohu.cz/projekt/>

Pro někoho úsměvné okamžiky, pro nás zajímavý zážitek a možnost být při tom.



## ZAHRADNÍ TERAPIE



## ZAHRADNÍ TERAPIE

Zakoupili jsme pro naše klienty pohodlnou zahradní houpačku. Houpání aktivuje centrum rovnováhy, navozuje pocit klidu a pohody.

Na houpačce se dá cestovat časem a vrátit se do dětských let nebo jen tak relaxovat, ale hlavně je možné užít si spoustu legrace.



## BYLINKOVÁ ZAHRÁDKA



## ZAHRADNÍ TERAPIE



## MLSÁME ZDRAVĚ

Borůvky jsou jedním z mála druhů ovoce, které můžeme sbírat přímo v lese a jedinou skutečně přirozeně modrou potravinou v přírodě. Jsou sice malé, ale ½ hrnku obsahuje téměř 2 g vlákniny, stejně jako krajíček celozrnného chleba. Borůvky obsahují hodně antioxidantů, které mohou pomoci v prevenci rakoviny, srdečních onemocnění, chorob očí, ztráty paměti a spousty dalších závažných zdravotních problémů. Mají více antioxidantů než 40 dalších testovaných běžných druhů ovoce a zeleniny. Rostlinná barviva s antioxidačními účinky, díky kterým jsou borůvky modré – flavonoidy zvané anthocyaniny, chrání před nemocemi srdce, rakovinou, slepotou a ztrátou paměti spojenými se stárnutím. Stejně jako příbuzné brusinky jsou borůvky a borůvková šťáva vynikající na prevenci infekcí močových cest. Je to díky antioxidantům epikatechinům, které zabraňují bakteriím přilnout na stěny močového měchýře. Vlákna navíc činí z borůvek účinný prostředek proti zácpě.

Borůvky konzumujte raději čerstvé, protože tepelná úprava ničí cenný vitamin C. Abyste tělu prospěli co nejvyšším množstvím antioxidantů, jezte i bezinky a černý rybíz, které mají ještě vyšší antioxidační účinky, než mají borůvky.

*Připravila  
nutriční terapeutka Lenka Malinová*

Kolik je akorát: ½ hrnku borůvek odpovídá jedné porci ovoce. Denně snězte dvě porce ovoce různých druhů.



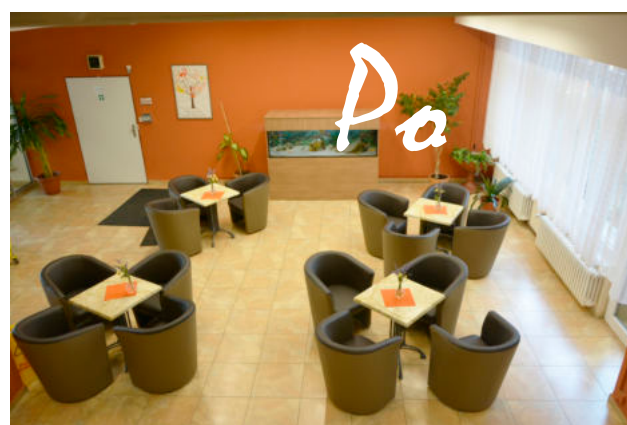
Vybírejte suché, buclaté a voňavé bobulky, nepomačkané. Měly by být ojínně stříbřitě bílým povlakem. Pokud jsou trochu scvrklé nebo nevypadají svěže, nejsou čerstvé. Jemně potřeste vaničkou, plody, které se nepohybují volně, jsou přezrálé či zkažené. Na přezrálé ovoce ukazuje také obarvené dno vaničky. Borůvky omývejte těsně před podáním.

Nápady: Čerstvé borůvky, omyté a osušené, zamrazte, abyste je mohli použít do palačinek či muffinů během zbytku roku.

Borůvky můžete přidat do citronády. Do tvořítek na led vložte pár bobulek, naplňte je citronádou a zmrazte. Do sklenice citronády pak vymáčkněte pár kostek.

Živiny: Vlákna, antioxidanty, vitamin C, železo

## Proměna naší vstupní haly



Člověk má potřebu sdílet to, co prožívá, o čem sní... Sdílíme od dětství až do konce života, a to různými způsoby. Nejčastěji slovy – řečí, telefonátem. Není tomu dávno, kdy obyvatelům Burešova v době zákazu návštěv pomohly v kontaktu s jejich blízkými i prostředky moderní techniky (WhatsApp, Skype). Písenná forma sdílení je dnes už (bohužel?) méně častá – pokud odesílatelem není např. úřad, banka apod.

Na 2. etáži proběhl rozhovor s naší klientkou Aničkou H., která je v písenném kontaktu (klasický dopis psaný rukou v obálce se známkou) se svou kamarádkou. Nic zvláštního, řeknete si. Paní Anička se seznámila s kamarádkou, která se jmenuje také Anna, už v první třídě obecné školy. Psal se tehdy rok 1936. Seděly spolu i v jedné lavici jako správné kamarádky. Hodně toho spolu zažily. Jejich cesty rozdělila vlastně 2. Světová válka. Paní Aničku odstěhovali k příbuzným do Vídně. Po návratu do domoviny nastaly jiné starosti (vyučit se, založit rodinu...) Podařilo se jí přes známé lidi ve svém okolí získat adresu paní Anny, která se přestěhovala do Ostravy, kde bydlí doposud.

V písenném kontaktu jsou už cca 60 let, i když je pravdou, že s přestávkami. Naposledy se osobně viděly asi před 40 lety. Co si spolu píší v dopisech? Radosti, novinky z rodinného života, starosti, bolesti, obavy. Paní Anička řekla, že si uvědomuje, že už se spolu nikdy neuvidí osobně. Důvodem je její těžká vada



zrakou, věk 92 let a vzdálenost obou kamarádek. I přes zdravotní komplikaci si naše klientka píše dopisy sama, jen odpověď od její kamarádky jí musí někdo přečíst. Ale jak naše paní Anička uvedla, mají si toho tolik ještě co napsat.

Na závěr malé zamyšlení: kdy jste naposledy, milá čtenářko/milý čtenáři, dostal/a rukou psaný dopis? A kdy jste sama/sám nějaký dopis napsal/a? Potěšil takový dopis? Máte nějaký dopis schovaný? Máte vůbec doma ještě dopisní papír? Jakou hodnotu má dnes poštovní známka na dopis? Papír časem zežloutne, písmo vybledne, ale hezké vzpomínky zůstávají.

*Vedoucí přímé péče  
Eva Relichová*

# PŘEDSTAVUJEME



## LENKA MALINOVÁ, NAŠE NUTRIČNÍ TERAPEUTKA

Jsi jediná pracovnice, která pracuje v našem domově od jeho vzniku. A jak tě znám, tak věřím, že tady zůstaneš pracovat až do důchodu. Které období tady pro tebe bylo nejkrásnější?

Ano, to je pravda, trochu zavzpomínám. Nastoupila jsem tenkrát do Domova důchodců Gottwaldov na Burešově v pondělí 4. září 1984, hned po škole. Byl to nový domov, kde se dokončovaly teprve stavební úpravy. Domov byl slavnostně otevřen 7.12.1984 a 10.12. se sem stěhovali první obyvatelé z Domova důchodců v Lukově. Jako jediná jsme ve srovnání s ostatními Domovy důchodců měli pouze dvoulůžkové pokoje, zdravotnické zařízení na vysoké úrovni, na každém pokoji dorozumívací zařízení. V domově byla zubní ordinace, rehabilitační místnosti s nejmodernějším vybavením fyzikální a vodní terapie, tělocvična a místnost pro pracovní terapii. Taky tady bylo kadeřnictví a knihovna. Kapacita domova byla původně pro 180 míst, o spokojenost obyvatelů se staralo 50 zaměstnanců. Nejkrásnější období bylo pro mě právě tyto začátky, kdy jsme zařizovali domov moderním nábytkem, kuchyň veškerým zařízením, naváželi vlastním autem první zboží. Jako první jídlo se tady v kuchyni vařila krupicová kaše. Krásné jsou pro mě ale všechny ty roky v práci, i když se postupně všechno mění, střídají se uživatelé i spolupracovníci, ale když člověk pracuje v dobrém kolektivu, cítí se dobře, jsme vlastně jedna velká rodina.

Za ta léta, co tu pracuješ jsi hodně prožila...zůstala jsi věrná za všech situací. Je něco nezapomenutelného, co stojí za zmínku? Zážitek s klienty, s pracovníky...

Hezkých zážitků za ta léta mám spoustu. Na začátku Domovy důchodců patřily pod tehdejší Okresní ústav sociálních služeb Gottwaldov, měly mezi sebou takzvanou družbu, vypomáhaly si. Součástí naší práce k poskytovaným službám bylo také zpříjemnit život našich obyvatel pořádáním různých společenských akcí a dodržováním lidových zvyků. V Domovech důchodců se od začátku



pořádaly masopustní fašanky, vlastnoručně jsme si vyráběli masky, kácení máje, mikulášské a vánoční besídky s nadílkami. Pro obyvatele jsme pořádali večírky s hudbou a tancem, výlety do přírody, zájezdy do vinných sklípků. Pořádaly se oslavy MDŽ a oslavy jubilantů s hudbou a tancem. V létě jsme pro obyvatele zařizovali dovolenou – po-

byt v chatkách v Kudlovské dolině, kde za doprovodu zaměstnanců společně trávili týden v nádherné přírodě. Chodili tam do lesa na houby, večer u táboráku opékali špekáčky a zpívali písničky za doprovodu kytary. Vzpomínám na uživatelky paní Baštýřovou a paní Kozlovou, které pomáhaly v kuchyni škrabat brambory a zeleninu a v umyvárně mýt nádobí. Byly šťastné, že jsou užitečné a my jsme si jejich pomoci vážily. Také na uživatelku paní Molovou, která byla dlouhá léta členkou stravovací komise za klienty. Rádi jsme ji poslouchali, měla obrovský přehled. Taky mě těší, že celé ty dlouhé roky žije u nás na domově i uživatelka Jana

Kašpárková, která se nastěhovala 15.5.1985. Krásný zážitek byl, když dva naši uživatelé se tady do sebe zamilovali a my jsme jim vystrojili svatbu.

Jakou školu jsi vystudovala? Proč sis vybrala práci v domově pro seniory?

Vystudovala jsem Střední zdravotnickou školu v Brně, obor „dietní sestra“. Už na škole jsem se přihlásila do Kulturního kroužku“ a se skupinkou holek a kluků s kytarou chodila hrát a zpívat s vánočním pásmem koled do Domovů důchodců v Brně. U písemných maturit jsem si zvolila téma „Úcta ke stáří“. Můj dědeček po mozkové příhodě ochrnl a doma jsme se o něj starali 9 let. Takže péče o staré lidi mě byla blízká a když jsem dostala nabídku pracovat v Domově důchodců, vůbec jsem neváhala.

Co tě na této práci těší, případně co tě demotivuje?

Nejvíce mě těší, když všechno klape, když jsou všichni pozitivní, když uživatelům i zaměstnancům chutná a jsou se stravou spokojeni a také když kuchařky za jejich snahu pochválí. Dobré jídlo patří mezi nejdůležitější vnímání

smyslů a potřeby člověka. Samozřejmě uspokojit chuťové buňky mnoha strážníků ve společném stravování, navíc když někteří jsou omezeni dietou, je docela náročné. Kvalitní výživa našim uživatelům pomáhá zachovat sílu, aby mohli žít i v tomto věku svůj život naplno.

Demotivují mě různé rozepře mezi zaměstnanci, neoprávněně stížnosti, nemám ráda negativní atmosféru, stresující situace. Samozřejmě, že není každý den svátek, musíme řešit i méně příjemné situace, úmrtí, stížnosti od nespokojených uživatel, jejich rodin. To ale patří k naší práci.

#### Co bylo v covidovém období pro Tebe nejtěžší ?

Nejtěžší a nejsmutnější pro všechny byly ty první Vánoce, kdy se na našem domově poprvé rozšířilo virové onemocnění Covid. Kdy místo sváteční nálady, nazdobených chodeb a jídelen, kdy mají být všichni ve sváteční čas spolu, byli uživatelé nuceni trávit svátky izolovaně na svých pokojích, bez návštěv rodiny a navíc se zhoršeným zdravotním stavem. Nejtěžší to bylo hlavně pro ošetřující personál, který byl kvůli onemocnění také oslabený, a za to, jak to i v menším počtu zvládli, zaslouží velkou poklonu. Minulé Vánoce už probíhaly klidněji, nemocní uživatelé byli

po dobu léčby izolováni v „Covid zóně“. Hlavní ale bylo, že byly povoleny návštěvy rodin, i když v omezené míře.

#### Co děláš při této náročné práci pro své duševní zdraví ?

Ráda aktivně relaxuji doma na zahradě, miluji květiny. Moc ráda vařím a pečů, čtu, tím relaxuji. Taky ráda jezdím na kole, využiji každou možnost turistických výletů a moc ráda cestuji. Miluji moře a pokud to jde, plánuji odpočinek s rodinou, nebo s kamarádkami jako dámskou jízdu. Jsem babička dvou vnoučat a takřka veškerý svůj volný čas nejradši věnuji jim, to mě nabíjí úplně nejvíc.

#### Změnila bys v našem domově něco?

Samozřejmě bych si přála, aby pro naši práci plnohodnotně se starat o naše uživatele bylo adekvátně dostatečný počet zaměstnanců, kteří mají empatii a lásku pro tuto náročnou práci. Abychom byli všichni k sobě milí a ohleduplní, aby nám všem bylo dobře. Těší mě, že se opět na našem Domově plánuje hodně kulturních, hudebních, sportovních i společenských akcí pro zpříjemnění a radost našich uživatel, ale i pro zaměstnance.

Děkuji za rozhovor.



## DO PRÁCE NA KOLE

## CELOREPUBLIKOVÁ VÝZVA

V září loňského roku jsem si poprvé vyzkoušela 14 denní podzimní výzvu Do práce na kole (či pěšky, na koloběžce, či poklusem). V září sice již bývají chladná rána, ale to mě neodradilo k vykonání prospěšné činnosti jak pro mě, tak i pro přírodu snížením vyprodukovaného CO2 mým autem.

A pro „velký“ úspěch jsem se již začátkem února přihlásila do květnová výzvy Do práce na kole. Tato výzva je určena i pro týmy zaměstnanců z celé ČR a tak se přihlásily ještě dvě mé kolegyně.

Pravidelnost týmů je hlavní kategorií celé výzvy, ve které jde o to, aby celý dvou až pětičlenný tým v průběhu května jezdil/běhal/chodil do práce co nejčastěji. A protože ve třech se to lépe táhne, tak se vzájemnou podporou byla naše pravidelnost vcelku dobrá. Vzájemné povzbuzování pomohlo i proti pár dnům vrtkavého počasí. Náš tým je pyšný na 86% pravidelnost, celkem 1 508 najetých kilometrů a 188 180 g ušetřeného CO2.

Kategorii Zelené kilometry jednotlivců pravděpodobně nevyhraji, ale jsem pyšná, že i při ne zrovna vlídném počasí jsem sama sebe přemluvila k nasazení helmy a rukavic a

vyrazila téměř denně na 10-ti kilometrovou cestu do práce a z práce. Ráno jsem přijížděla do práce s líčky červenými od chladu a větru, domů jsem přijížděla s krůpějími potu na čele. Inspirativní a příjemné bylo zpestření aktivitami pořadatele, který pro nás ve vybrané dny a na vybraných místech přichystal občerstvení formou snídaně, kávačky či zmrzliny.

Už teď vím, že 31. května s cestováním do práce na kole nekončím, budu pokračovat přes celé léto až do podzimní výzvy. Doufám, že budu pro mé přátele i ostatní nadšence alespoň trochu inspirativní.



A ještě jsem zjistila, že ranní projížďka je úžasná pro povzbuzení organismu na celý den a bonus na závěr ..... jupí přestala mě bolet kolena!

*Vedoucí zdravotního úseku  
Dana Rozehňalová*



## ZVÍŘECÍ TERAPIE

**Projekt je realizován za pomoci Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Ježíškova vnoučata**

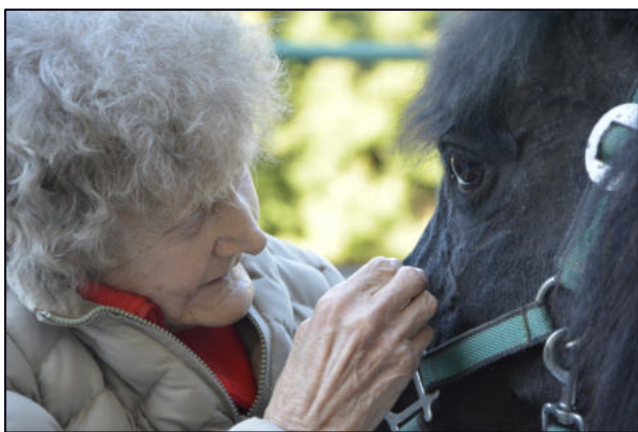
Díky finanční podpoře z nadačního fondu Českého rozhlasu můžeme v letošním roce u našich klientů pravidelně realizovat canisterapii a hipoterapii.

Canisterapií se rozumí pozitivní, léčebné, působení speciálně vedeného a cvičeného psa na člověka. Pes už svou přítomností dokáže vyvolat dobrou náladu všude tam, kde je jí nedostatek. A o tom, že úsměv léčí, není jistě pochyb. Ale už dávno to není jen o radosti, kterou psi lidem přinášejí. Canisterapie může mít formu individuální nebo kolektivní. V rámci terapie se využívá různých druhů plemen. Do našeho domova dochází canisterapeutičtí jezevčíci a border kolie.

Hipoterapie je forma rehabilitace, kdy se využívá komplexní léčebné působení koně. Tělesná teplota koně je důležitá pro ztuhlé svalstvo. Uvolnění svalů jde ruku v ruce s uvolněním duševním, což sebou nese psy-

chickou pohodu, uvolnění a navázání kontaktu se zvířetem. Vytvářením kontaktu dochází k lepšímu navázání vztahů navzájem a odbourávání bariér úzkosti a nedůvěry. U našich klientů můžeme při každé z návštěv poníků pozorovat navozování pozitivních emocí, úsměv na tváři, spokojenost a celkově lepší kvalitu jejich života. A to není vůbec málo.

Návštěva "lékařů" pejsků a poníků přináší do našeho domova velkou radost klientům a to ve spolupráci s personálem zařízení, který umožní mobilním i imobilním klientům setkání se zvířecími miláčky - terapeuty. Jsme přesvědčení, že canisterapie i hipoterapie neléčí pouze naše klienty, ale zpřijemňuje dny i personálu domova. A my chceme, aby náš "Domov" byl milý a vstřícný pro všechny. A i jen sebemenší okamžik radosti a zažívání pocitu štěstí u našich klientů nám stojí za to!



## ŽIVOT V DOMOVĚ



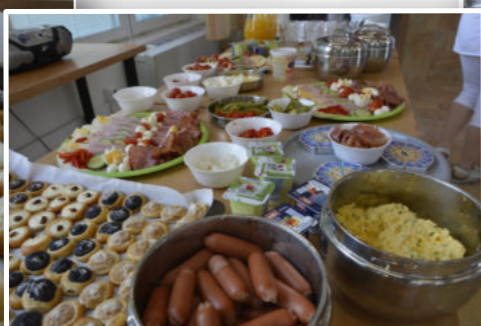
# Canisterapie

## ŽIVOT V DOMOVĚ



## SNÍDANĚ TROCHU JINAK

Spokojenost našich klientů je pro nás velmi důležitá, proto jsme ve čtvrtek 29.6.2022 nabídli našim klientům Domova pro seniory snídani formou "švédského stolu". Mohli si vychutnat čerstvé suroviny a harmonické chutě v příjemném prostředí. Základem celé snídani bylo perfektní provedení našich šikovných kuchařek, kterým patří velký dík. Pro úspěch budeme v této nabídce rádi pokračovat.



# ŽIVOT V DOMOVĚ



# TURNAJ V PÉTANQUE



Děkujeme Vám



## PODPOŘILI NÁS

Děkujeme Vám všem, kteří nám pomáháte. Děkujeme za vstřícnost a empatii. Vaší přízně a podpory si hluboce vážíme.



### Statutární město Zlín

Neinvestiční dotace ze sociálního fondu na podporu poskytování registrovaných sociálních služeb pro občany statutárního města Zlína

ve výši 993 000,- Kč



### Město Uherský Brod

Poskytnutí neinvestiční dotace na činnost za účelem poskytování sociálních služeb občanům města Uherský Brod

ve výši 28 100,- Kč

### Město Vizovice

Neinvestiční dotace na poskytování sociálních služeb občanům města Vizovice

ve výši 23 700,- Kč



Účelový příspěvek na provoz k zajištění dostupnosti sociálních služeb na území Zlínského kraje

ve výši 32 144 620,- Kč



### Město Otrokovice

Neinvestiční dotace na činnost za účelem poskytování sociálních služeb občanům města Otrokovice

ve výši 28 600,- Kč



### Nadační fond Českého rozhlasu,

Vinohradská 12, 120 00 Praha 2

Finanční hotovost ve výši 48 840,- Kč

na realizaci projektu "Zvířecí návštěvy v zařízeních"

# Tajenka pro Vás

|     |          |  |  |  |  |
|-----|----------|--|--|--|--|
| 1.  | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 2.  | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 3.  | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 4.  | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 5.  | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 6.  | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 7.  | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 8.  | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 9.  | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 10. | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 11. | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 12. | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 13. | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 14. | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 15. | <b>B</b> |  |  |  |  |
| 16. | <b>B</b> |  |  |  |  |

BLÁTO

HUDEBNÍ NÁSTROJ

SAMEC OD OVCE

VRATA

DLOUHÁ TYČ

BEČET

TANEC V DIVADLE

TRÁPIT

JAKÝ ZVUK VYDÁVÁ MEDVĚD

DOMÁCKY BOŽENA

PŘÍBĚH SE ZVÍŘÁTKY

STAVEBNÍ HMOTA

MALÁ BOTA

TLUMOK

DŘEVĚNÁ KRABICE

DOMEČKY PRO PTÁKY

*připavila Ing. E. Kašpárková*

|    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |     |     |     |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. | 11. | 12. | 13. | 14. | 15. | 16. |
|    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |     |     |     |