

# Pohodář

Číslo 2 | ročník 8 | 2021

## Jaké bylo naše léto...

**Přinášíme pár zajímavých informací o aktivitách, které proběhly během letních měsíců.**

Pokud nám přálo počasí, hodně jsme se seniory využívali **zahradní areál centra**. Jen pro zajímavost, od začátku června do konce září jsme do zahrady vyvezli nebo doprovodili celkem 369 seniorů ze všech tří úseků.

Dvakrát nás během letních měsíců navštívil **canis-terapeutický pejsek Dasty** s jeho majitelem Ing. Frgálem (o něm píšeme v samostatném příspěvku).

Dvakrát se podařilo uskutečnit oblíbené **posezení s harmonikáři z Břidličné** – panem Rostou Adámkem a jeho partnerkou Jaruškou Vojáčkovou. Poprvé mělo zpívání úžasnou atmosféru, protože proběhlo venku, v zahradním areálu centra. Všichni si akci užili a moc pochvalovali. Podruhé se nás sešla znovu velká skupina, tentokrát v jídelně centra a celou hodinu jsme společně zpívali známé lidové písničky. Řada uživatelů měla radost i z toho, že zpěv doprovázeli hrou na jednoduché rytmické nástroje. Oba harmonikáři si získali srdce našich uživatelů nejen svým hraním a zpíváním, ale i srdečným přístupem a lidskostí. Oba harmonikáři jsou navíc velcí cestovatelé a po jejich návratu z cest po různých kontinentech pořádáme s nimi i besedy s promítáním jejich fotografií. Publikum se za ty roky, kdy k nám do domova naši muzikantští přátelé jezdí, už několikrát obmě-



nilo, ale chuť a radost zpívat nebo jen tak naslouchat zůstává.

## Výroční kongres poskytovatelů sociálních služeb

**Ve dnech 7. - 8. 10. 2021 se tradičně v Táboře konal XII. výroční kongres poskytovatelů sociálních**



**služeb. Na kongresu byly představeny projekty a novinky z oblasti sociálních služeb, ale také blížící se legislativní změny.**

Přítomni byli i zástupci Centra sociálních služeb pro seniory Pohoda, p. o., kteří převzali ocenění „Značky kvality“. S bodovým hodnocením 918 bodů a 5\* jsme byli druhou nejvýše oceněnou sociální službou za rok 2020 - 2021.

Značka kvality hodnotí službu v oblasti péče, ubytování, stravování, kultury a volného času a partnerství. Značka kvality je dlouhodobě součástí projektu „Česká kvalita“.

Budeme pracovat na rozvoji služeb a zvyšování kvality v centru, abychom Značku kvality opět za 3 roky obhájili.

### Staronová posila týmu

Od 1. září došlo k posílení týmu aktivizačních pracovníků o Veroniku Frydrychovou, která se po mateřské dovolené a přechodném zařazení mezi pracovníce přímé péče vrací zpět na úsek aktivizací, kde již v minulosti pracovala. Ve své práci se bude zaměřovat na výtvarně rukodělné skupinové aktivity. Převzme tak program „Šikovné ruce“ od naší kolegyně Lenky Musilové, která od 1. září přešla do denního stacionáře v Bruntále, kde působí na pozici koordinátorky.

Po vzájemné dohodě bude Veronika Frydrychová pomáhat rehabilitační pracovníci centra Evě Čamkové při organizačně náročnějších pohybově zaměřených aktivitách s uživateli na všech úsecích přímé péče.

### Podporujeme vztahy mezi uživateli

Vždycky máme velikou radost, když vidíme, že se v našem domově rodí nová přátelství. Jedno takové začalo celkem nenápadně, kdy dvě naše uživatelky měly svůj každodenní rituál spojený s návštěvou zahrady, kde se po čase na sebe napojily, chytily se za ruce a dělaly spolu okružní „jízdy“ - každý den několikrát kolem celé zahrady. Na podnět pracovníků přímé péče, že by bylo hezké s těmito uživatelkami vyjít někam dál než jen po areálu centru, jsme se rozhodly, že s oběma uživatelkami navštívíme cukrárnu na bruntálském náměstí. V cukrárně si obě uživatelky vybraly na co

měly chuť, společně pak pomalu popíjely kafičko nebo pojídaly dortíky a pozorovaly procházející lidi kolem. V klidu si všechno vychutnaly a potom jsme se s nimi ještě přesunuly směrem k bruntálskému zámku. Po cestě obdivovaly všechno, co většině z nás přijde jako samozřejmé a běžné, nakoukaly do kočárků a občas došlo i na krátký rozhovor s kolemjdoucími dětmi apod. Zámek zvenku obě znají, ale projevily přání jít se někdy podívat i dovnitř. Domluvily jsme se, že pokud to bude jen trochu možné, zámek bude cílem některé z našich dalších výprav.

### Výlet do Karlovy Studánky

Z plánovaných výletů se nám letos, bohužel, podařilo uskutečnit jen jeden – do Karlovy Studánky. S vybranou skupinkou uživatelů jsme vyjeli do oblíbeného lázeňského městečka 1. července a výlet jsme spojili s procházkou i posezením v místní cukrárně u kafička se zákuskem. Doprovod nám dělaly bruntálské „Aktivní seniorky“, kterým velice děkujeme, protože s jejich pomocí jsme bez problémů zvládli plánovanou procházku s uživateli.



### Náš oblíbený zookoutek

#### V Centru Pohoda je u řady uživatelů velmi oblíbený zookoutek.

V současné době v něm máme tato zvířátka: dvě vodní želvy (Frantíka a Lucinku), akvarijní rybičky, agamu vousatou a dvě andulky – žlutozelenou Aničku a modrobílého Ferdu a králíka Bobinu. Všechna tato zvířata uživatelé rádi pozorují a zvířata na ně působí pozitivně. Když jdou kolem zoo koutku do vestibulu centra, většinou se u zvířátek zastaví, potěší se s nimi, někdy si s nimi i povídají. Králíčka někdy nosíme k ležícím uživatelům, kteří mají z návštěvy

chlupáče velkou radost. Bobinu si naši senioři moc užívají, rádi si ji hladí a chovají v náručí.

Nedávno nám jedna andulka zemřela, proto jsme zakoupili modrobílou andulku (samečka), aby žlutozelená andulka Anička nebyla sama a nebylo jí smutno. Hodně uživatelů sledovalo, jak se obě andulky k sobě chovají. Zpočátku se ve společné kleci nemohly snést, ale asi po třech dnech se andulky sblížily a nyní už spolu sedí na bidýlku a zobají z krmítka. Uživatelé to velmi prožívali a drželi jim palce, aby se snesly a skamarádily. Nového „anduláka“ pojmenovali

Ferda. Do klece se také pořídilo malé „koupaliště“, kam se andulky chodí koupat. Tak ať se jim u nás už pospolu líbí!





# O očkování mají uživatelé zájem

V měsíci říjnu byli uživatelé centra očkováni proti sezónní chřipce. Očkování bylo dobrovolné a naočkovalo se 76 % uživatelů. Někteří nemohli být naočkováni pro souběh jiných očkování, jiní jsou na rekondičních pobytech a budou očkováni po návratu.



Obecnou indikací očkování je prevence chřipky u dospělých osob a seniorů.

Očkování je určeno pro osoby, u kterých je žádoucí snížit pravděpodobnost chřipkové infekce s možnými přidruženými komplikacemi.

**Vakcinace se zvláště doporučuje** osobám s chronickým onemocněním, u nichž onemocnění chřipkou

obvykle vede ke zhoršení jejich základního onemocnění, a osobám, u nichž existuje vysoké riziko výskytu komplikací po onemocnění chřipkou.

**1. starší osoby** – obvykle je do této skupiny řazena věková skupina osob ve věku 65 let a více

**2. osoby s chronickým onemocněním**

- chronická onemocnění dýchacího systému,
- chronická onemocnění srdce a cév,
- chronická onemocnění ledvin a jater,
- chronická metabolická onemocnění včetně diabetu,
- osoby s nedostatečností imunitního systému (vrozenou nebo získanou),
- osoby s poruchou funkce průdušek a plic.

Ve většině výše uvedených případů je očkování včetně očkovací látky hrazeno z prostředků zdravotního pojištění na základě znění zákona č. 48/1997 Sb., v platném znění.

## Oslava narozenin v Denním stacionáři - životní jubileum

Významné životní jubileum si s námi ve čtvrtek 21. října připomněla klientka stacionáře, paní Libuška Novotná, která před 90 lety spatřila světlo světa.

V tento významný den nesměly chybět i „rychlé špunty“, občerstvení, malý ohňostroj a pár dáreků od našich klientů.

V odpoledních hodinách paní Libušku ve stacionáři navštívila místostarostka Města Bruntál Ing. Hana Šutovská a vedoucí správního odbo-



ru Ing. Eva Mazouchová a se srdečnými slovy jubilantce popřály a při ovocném čaji si společně s uživatelkou zavzpomínaly na její prožitá léta.



## Pracovníci centra pomáhají - Srdíčkové dny a tornádo

V červenci Centrum Pohoda vyhlásilo finanční sbírku v souvislosti s neštěstím, které postihlo Jihomoravský kraj. Konkrétně jsme finančně podpořili S-centrum Hodonín (Domov pro seniory), které ničivé tornádo zasáhlo natolik, že klienti tohoto zařízení museli být evakuováni do okolních sociálních služeb v kraji.

Zaměstnanci centra vybrali 14.438 Kč a tato částka byla 16. 7. 2021 zaslána na účet Jihomoravského kraje (S-centra Hodo-



nín). Centrum se již 7 let aktivně zapojuje do finanční sbírky Srdíčkové dny.

Finanční sbírku pořádá občanské sdružení Život dětem a posláním občanského sdružení je pomoc nemocným dětem v rámci celé České republiky.

Pracovníci centra se zúčastnili letos podzimní akce ve dnech 20. - 24. 9. 2021 a zakoupením drobných dárkových předmětů přispěli na nemocné děti částkou 2.570 Kč.

Děkujeme tímto zaměstnancům za projev solidarity.

# Canisterapie se psem šampiónem - retrievrem Dastym

**Už několik let probíhá v centru zooterapie s různými zvířaty. Začínaly s ní nejdříve malé a milé Šeltie a následovala setkání s retrieverem Sheilou.**

Poslední roky pak navštěvuje naše uživatele **šampión**, který by si zasloužil společně s jeho majitelem více představit. Pan Ing. Václav Frgal za námi dochází podle domluvy a je hrdým a právem pyšným majitelem retrievera Dastyho.

Celé jeho jméno je „**Dasty od Rybníka Kamenný**“ a je narozen 8. července 2016. Je českým a polským Šampiónem krásy a na Slovensku šampiónem čekatelem. Zároveň je českým Šampiónem práce. Musíme dodat, že je jen málo psů, kteří jsou zároveň šampiónem krásy i práce.

Dasty tak patří mezi nejlepší psy v České republice. V naší zemi existují dva kluby, které se zabývají retrievery: Retriever klub, z.s. a KCHLS, z.s.s. - nejstarší klub v ČR sdružující všechna plemena retrieverů. Dasty uspěl u obou těchto klubů a byl u každého z nich vyhlášen jako **Nejlepší pracovní pes roku**. Pokud by se chtěl někdo dovědět o Dastym více, může tak navštívit internetové stránky [www.dastyrk.cz](http://www.dastyrk.cz)

Protože pejsci nemají lidské vlastnosti, není Dasty vůbec namyšlený a každého obšťastňuje láskou psům vlastní. Za příznivého počasí potěší naše uživatele na zahradě, za méně hezkého počasí pak přímo na jejich pokojích.

I canisterapeutický pes má své limity a není v jeho silách uspokojit vždy všechny uživatele. Někteří uživatelé už proto na něj číhají s dobrotami na chodbě a odmítají ho pustit. Protože je jeho čas v našem centru omezen, snažíme se s pejskem chodit především za uživateli imobilními, kteří tráví celý čas jen na svém lůžku, a za seniory v paliativní péči. Ti totiž ve většině případů nemají jiné možnosti vyžití. Věříme, že jim náš šampión bude ještě dlouho rozdávat lásku a radost.





# Terapeutické panenky jsou součástí péče o uživatele

**Terapeutické panenky a zvířátka jsou nepostradatelným pomocníkem při terapii Alzheimerovy demence a komunikaci s osobami, trpícími tímto onemocněním.**

V našem zařízení využíváme terapeutické panenky od roku 2015 s velmi dobrými výsledky. Uživatelé se mnohdy rozmluví, povídají si s panenkou, mazlí se, česou ji, povídají si s ní, zpívají si s ní nebo se snaží panenku nakrmit.

Terapeutické panenky, ale i terapeutického psa a kočku využíváme v bazální stimulaci. Pomocí těchto terapeutických

pomůcek se mnohdy podaří navázat s uživatelem lepší kontakt. Podařilo se nám rozmluvit i uživatelku, která nekomunikovala, ale díky kontaktu s terapeutickou panenkou si začala povídat s personálem. Uživatelé, kteří měli dříve pěkný kontakt s živým psem nebo kočkou, tak dobře reagují na tyto pomůcky.



Rádi se plyšových zvířátek dotýkají, mazlí se s nimi a mají pocit bezpečí a ochrany. Pokud jde o terapeutické panenky, hlavně uživatelky je berou jako svoje dítě a často se stává, že je chovají, krmí apod.

V době zákazu návštěv, kdy jedna z uživatelky neměla dlouhodobě návštěvu syna a velice strádala, se nám u ní pomocí terapeutické panenky podařilo snížit

pocit smutku. Uživatelka panenku ihned přijala jako dočasnou náhradu za syna, mazlíla se s ní, povídala si s ní a krmila ji. Díky terapeutické panence se psychologický stav uživatelky podařilo stabilizovat.

V současné době využíváme v centru deset terapeutických pomůcek.

Za 6 let, kdy tyto terapeutické pomůcky v centru používáme, jsme je využili u 78 uživatelů, někdy s větším někdy s menším úspěchem, protože i přes naši snahu se ne vždy podařilo, aby si uživatel k terapeutické pomůcce vytvořil vztah.



## Draví ptáci potěšili děti z MŠ a klienty Denního stacionáře

Dne 9. září jsme přijali pozvání v rámci mezigeneračních vztahů do sousední Mateřské školy na Smetanově ulici. Součástí této akce bylo zhlédnutí dravých ptáků i soviček. Každý klient měl možnost si sovičku pohladit a tak se nám podařilo vykouzlit úsměv na tvářích klientů.





### Přivítejme léto s písničkou

Tato kulturní akce se uskutečnila ve dvou termínech, a to 19. a 26. 7. v dopoledních hodinách v zahradním areálu Denního stacionáře. Klienti stacionáře zavzpomínali na známé písničky, které jsme si společně zazpívali. Dopoledne jsme si zpestřili opékáním špekáčků



### Výlet do Karlovy Studánky

Dne 27. července se šest klientů v doprovodu personálu zúčastnilo výletu do Karlovy Studánky, kde jsme si prošli kolonádu, zhlédli vodopád, navštívili místní cukrárnu a krámky se suvenýry.

## Jablíčkobraní - voňavé buchty chutnaly velkým i malým



### „Včera, dnes a zítra“

Ve čtvrtek 21. 10. jsme společně s našimi klienty navštívili akci „Včera, dnes a zítra“, kterou pořádala společnost Fosanima, o.p.s. v Kongresovém sále Opal-Havlík, s. r. o. na ulici Dr. E. Beneše v Bruntále.

Vyslechli jsme zde spoustu zajímavých informací, mohli jsme si nechat vyšetřit paměť, ochutnat zdravou výživu, změřit krevní tlak, hladinu cukru v krvi nebo změřit BMI. Zúčastnili jsme se také prezentace zdravotních pomůcek a někteří z nás si nechali provést diagnostiku chodidel pomocí přístroje PODO-SKOP. Akci hodnotíme za velmi vydařenou a byla pro klienty příjemným zpestřením celého dne.

### Rozloučení s prázdninami

Pro velký úspěch s opékáním špekáčků jsme si v pátek 24. září v dopoledních hodinách tuto akci zopakovali. Přizvali jsme k nám i děti z Mateřské školy ze Sladovnické ulice, se kterými jsme si opekli špekáčky a povykládali si o podzimních zvycích a pranostikách.

Dne 14. září v zahradním areálu Denního stacionáře proběhla akce pod názvem „jablíčkobraní“. Akci jsme uspořádali v rámci mezigenerační spolupráce, s tím, že naši klienti společně s dětmi ze sousední Mateřské školy na Smetanově ulici sbírali do košíku jablíčka a následně klienti dostali nožičky a struhadla a pustili se do díla. Vydělali si listové těsto a uvinuli jablíčkové záviny, které jsme dali následně upéct do trouby v mateřské škole. Na závěr jsme si s dětmi udělali ochutnávku našich výrobků (jablečný závin, kompot a jablečná buchta s čokoládovou polevou). Všem chutnalo a už teď se těšíme na příští jablíčkobraní.





## Kulturní podzim a zima - koncerty, divadlo, jarmark



**12. ledna 2022**  
Městské divadlo  
Bruntál

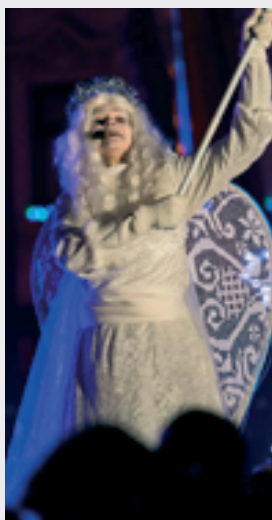


**11. února 2022**  
Městské divadlo Bruntál

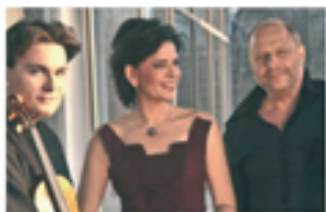
### Slavnostní rozsvícení vánočního stromu s příběhem - Trampoty s Ježíškem

Na náměstí Míru se opět rozsvítí vánoční strom. Při slavnostním večeru 26. 11. v 17 hodin se může veřejnost těšit na venkovní představení Trampoty s Ježíškem společnosti Cirkus trochu jinak z Ostravy.

Nebesky ozáření andělé povevou obrovský kočárek a v něm nezbedného a rozverného Ježíška. Vystoupení plné vtipu, zpěvu, hudby rozveselí a pobaví celé náměstí. Stánkový prodej zajištěn. Vstup volný.



### SMETANOVÉ TRIO



**9. 11. 2021 v 19 h.**

Koncert v sále ZUŠ Bruntál

### Vánoční jarmark s kulturním programem 8. a 9. prosince 2021

Dvoudenní jarmark u vánočního stromu na náměstí Míru s kulturním programem, vystoupením hudebních skupin, dětí ze škol a společným zpíváním koled večer 8. prosince. Těšit se můžete na místní kapely.



**Schola Gregoriana Pragensis**  
KONCERT  
20. 12. v 19 hod.  
ve farním kostele

## Kuželkářská liga v Denním stacionáři pokračuje a je velmi oblíbená

Od července 2021 jsme do našeho programu zahrnuli kuželky.

Klienti si tuto hru velice oblíbili a stala se naším týdenním rituálem. Klienti si veškeré hodnoty poctivě zapisují do tabulkového systému a na konci každého měsíce je vyznamenán vítěz, který obdrží sladkou odměnu.



## Mezigenerační cvičení s dětmi



V září jsme využili pěkného počasí a třikrát jsme se setkali s dětmi z MŠ Sladovnická a společně si zacvičili klienti stacionáře s dětmi.

Cvičení probíhala v zahradním areálu mateřské školy a byla provázena různými pohybovými říkadly a písničkami.

Personální  
změna  
na sociálním  
úseku



## Hledáme nové dobrovolníky

**Centrum stále hledá dobrovolníky, kteří by byli ochotni ve svém volném čase, bez nároku na honorář věnovat část ze svého volného času uživatelům centra a zpříjemnit jim tak pobyt v zařízení.**

Dobrovolnická činnost, kterou zaštiťuje dobrovolnické centrum ELIM Opava, probíhá v centru již od roku 2010 a za toto období se vystřídal v zařízení již několik desítek dobrovolníků, za což jim patří náš upřímný dík.

Od října začala do centra docházet nová dobrovolnice, sl. Karolína Rolandová, studentka gymnázia v Bruntále, čemuž jsme velmi rádi. Přejeme jí, aby

jí prvotní nadšení neopustilo a aby jí dobrovolnická činnost přinášela potěšení.

Další zájemci o dobrovolnickou činnost mohou kontaktovat vedoucí soc. úseku Bc. Marcelu Matušů, tel.: 734 417 080, e-mail: matusu@centrum-pohoda.cz.

Bližší informace k dobrovolnické činnosti jsou také k dispozici na stránkách centra [www.centrum-pohoda.cz](http://www.centrum-pohoda.cz), v sekci „Sociální služby-Dobrovolnictví“.



Od 1. listopadu dochází k personální změně na sociálním úseku centra, s tím, že pracovní poměr ukončil Mgr. Jiří Kočař a na místo sociální pracovnice nastoupila paní Alice Bačíková, DiS.

Mgr. Kočařovi děkujeme za dlouholetou spolupráci a Alici Bačíkové, DiS. přejeme, aby se jí na nové pozici dařilo.

**Pohoda**

Zpravodaj Centra sociálních služeb pro seniory Pohoda, p. o.

**Vydavatel:** Centrum sociálních služeb pro seniory Pohoda, p. o., Okružní 16, 792 01 Bruntál. Vychází čtyřikrát ročně. Redakční rada: Bc. Jarmila Šiblová, Bc. Marcela Matušů, Miroslava Sedláková. Redakční tým: Dana Svobodová, Mgr. Jiří Kočař. Tisk vlastní. Grafické zpracování: -dd-. Příspěvky a náměty na tel. č. 554 712 611.

