

SeneCura *Magazín*

Domovy pro seniory

www.senecura.cz



Již 17. domov SeneCura byl otevřen v Humpolci

Do nového SeniorCentra se nastěhovali klienti

Strana 3



První rehabilitační
centrum otevřeno
Strana 5



Zvířata
přinášejí radost
Strana 14



V domovech SeneCura
je stále co slavit
Strana 22



Z OBSAHU

Milí čtenáři

Srdečně vás zdravíme s dalším vydáním našeho magazínu, tentokrát v nové vizáži a s ohledem na naše životní prostředí i z ekologického papíru. Doufáme, že se vám bude líbit.

Rádi bychom vás informovali o vývoji skupiny SeneCura, která se k naší radosti opět rozrostla. Letos na jaře jsme otevřeli už sedmnáctý domov v České republice, a to v Humpolci. SeniorCentrum Humpolec je mimořádné tím, že je prvním PPP projektem v sociální oblasti v České republice. Tedy projektem, který vznikl ve spolupráci soukromého a veřejného sektoru, v našem případě skupiny SeneCura a Kraje Vysočina.

Významným krokem v životě naší skupiny bylo rozšíření záběru do zdravotní oblasti v České republice, když jsme v Plzni otevřeli své první rehabilitační zařízení. Ve zcela nových prostorách nabízí SeneCura Rehabilitace Plzeň širokou škálu profesionálních služeb.

Magazín je také plný zpráv ze života klientů, dočtete se o jejich zážitcích, přáních, oslavách a dalších aktivitách.

Přejeme vám příjemné čtení!

Anton Kellner, MBA, CEO

Dr. Markus Schwarz, COO

Ing. Dita Chrastilová, FCCA - CFO

Nový segment

Strana 5

Rehabilitační centrum v Plzni

První denní stacionář

Strana 7

SeniorCentrum Chotěboř pomáhá pečujícím rodinám

Mezinárodní den sester a ošetřovatelů

Strana 8

Slavilo se ve všech domovech

Značka kvality

Strana 10

Ocenění získaly další domovy

Léčíme se skrze dotek

Strana 16

Klienti potřebují emoční pouto

Gurmánské týdny každý měsíc

Strana 17

Cestujeme po celém světě

Úspěšné rehabilitace

Strana 18

Fyzioterapie změnila paní Malé život

SeniorCentrum Liberec

Strana 22

Přivítali jsme 100. klientku

Vydává: SeneCura, s. r. o., Ke Smíchovu 1144/144, 154 00 Praha 5, Česká republika.

Náměty a připomínky lze posílat na e-mail I.vaneckova@senecura.cz. Cena: zdarma. Náklad: 3 500 kusů.

Redakce: SeneCura, s. r. o., 4JAN PR, s. r. o.

Grafické práce: Roman Horák. Veškerá práva jsou vyhrazena.

Jakákoliv část časopisu může být rozšiřována, reprodukována či jiným způsobem užívána pouze se svolením vydavatele. Ev. č.: MK ČR E 23494



Nové SeniorCentrum v Humpolci

SKUPINA SENEcura OTEVŘELA SVŮJ 17. DOMOV

SeniorCentrum Humpolec je po Telči a Chotěboři již třetím otevřeným domovem skupiny SeneCura na Vysočině. Humpolec je tak 17. domovem SeneCura, a navíc prvním PPP projektem v oblasti sociální péče v České republice. Moderní domov totiž vznikl díky partnerství veřejného a soukromého sektoru, Kraje Vysočina a skupiny SeneCura.



„Naše domovy se stávají komunitními centry v dané lokalitě, kdy podporujeme mezigenerační setkávání a rozvíjíme soužití klientů, obyvatel, příbuzných, dobrovolníků i zaměstnanců,“ uvedla Věra Husáková, provozní ředitelka skupiny SeneCura. Do nově postaveného SeniorCentra v Humpolci se už přestěhovali první klienti z původního domova Humpolec. Stavba trvala jeden a půl roku a domov postupně nabídne místo až 203 klientům.

Prvním obyvatelem nového SeniorCentra v Humpolci se stala paní Ludmila Dvořáková. „Jsem opravdu

ráda, že jsem konečně tady. Všichni jsme se sem těšili. Jsme v novém prostředí. Každý má svou koupelnu, to je velké plus.“ říká paní Ludmila, která nedávno oslavila 87. narozeniny.

„Dvě dosluhující budovy domova pro seniory na ulici Lužická a Máchova nahradila díky tomuto projektu jedna moderní. Objekt bude po celou dobu trvání projektu ve vlastnictví Kraje Vysočina. Pro kraj je důležitý i fakt, že spolu s klienty přechází do nového komplexu i většina kmenových zaměstnanců,“ uvedl radní Kraje Vysočina pro



Nový domov navštívil také ministr práce a sociálních věcí Marian Jurečka

oblast sociálních věcí Jan Tourek. Nový domov vznikl v rámci projektu PPP, tedy partnerstvím veřejného a soukromého sektoru, kdy zařízení vlastní Kraj Vysočina, ale skupina SeneCura nese náklady na jeho vybudování a závazek provozovat domov 25 let.

V citlivě navrženém, funkčním a logicky členěném čtyřpodlažním domově se nachází 55 jednolůžkových a 74 dvoulůžkových pokojů, každý s vlastním sociálním zařízením. „Pokoje jsou uspořádány formou

domácností, kde společný prostor obývá skupina klientů, kteří se navzájem znají a mohou žít obdobně jako v přirozeném domácím prostředí,” vysvětluje provozní ředitelka skupiny SeneCura Věra Husáková.

SeniorCentrum je kompletně bezbariérové, je vybaveno moderní kuchyní, prostornou jídelnou i odpovídajícím zázemím pro zaměstnance. Klienti zde mají k dispozici společenské místnosti, ergoterapeutickou místnost, fitness, vybavení

pro terapie a masáže, kadeřnictví a kapli sv. Mikuláše.

Součástí domova bude i terapeutická zahrada Memory Garden s nekonečnými cestami, které pomáhají k lepší orientaci klientů s demencí. Vznikne letos na místě původního sousedního objektu, který byl zdemolován. SeneCura se stala také významným zaměstnavatelem, protože v domově zaměstnává přes sto pracovníků – pečovatelské, zdravotní sestry, kuchařky a další personál.





Vstup do nového segmentu

SENECURA OTEVŘELA SVOJE PRVNÍ REHABILITAČNÍ CENTRUM V ČR

Skupina SeneCura otevřela v Plzni své první rehabilitační zařízení. Nová rehabilitace nabízí jak lékařské vyšetření, tak léčebné rehabilitace. Kromě zvýšení kvality stávajících služeb plánuje i rozšíření o další moderní metody. Provoz byl zahájen ve zcela nových prostorách v Papírnické ulici.

Nová rehabilitace funguje pod názvem SeneCura Rehabilitace Plzeň s.r.o. a vede ji MUDr. Ludmila Sobotková. „Klinika navázala na úspěšnou praxi paní doktorky a jejího týmu. Během několika let působení se jim podařilo vyvinout široké portfolio služeb, které bychom rádi ještě rozšířili,” říká regionální ředitel skupiny SeneCura v ČR Miloslav Klíma.

Zařízení tak nabízí pomoc při léčbě bolestivých stavů, od klasických fyzioterapeutických metod až po alternativní postupy. Pacienti také v rámci péče mohou využít třeba akupunkturu či fyziologickou regulační medicínu. „Naší předností je kvalita personálu, který absolvoval širokou škálu fyzioterapeutických kurzů, díky nimž zajišťuje velké množství služeb. Nabízíme řadu různých metod a postupů vyšetření i léčby. Zaměřujeme se jak na dlouhodobé problémy, tak na poúrazové stavy,” říká vedoucí lékař MUDr. Ludmila Sobotková.

Mezi další služby patří aktuálně elektroléčba, magnetoterapie, aplikace MD injekcí, radiofrekvenční terapie, terapie ultrazvukem či laserterapie. Na oddělení v současnosti působí dva lékaři a šest fyzioterapeutů, kteří pravidelně procházejí dalším vzděláváním. Od změny prostředí si vedení slibuje vyšší komfort pro stávající pacienty a zároveň navýšení jejich počtu. „Doposud jsme pracovali v areálu polikliniky na Slovanech a doufáme, že moderní zázemí nám umožní i lepší kvalitu služeb,” říká MUDr. Ludmila Sobotková.

Pro společnost SeneCura se nejedná o krok do neznáma. „Skupina SeneCura vlastní v Rakousku společnost OptimaMed, provozující rehabilitační centra, takže můžeme velice efektivně sdílet know-how v této oblasti,” říká Miloslav Klíma. Rehabilitace je k dispozici pro ambulantní péči všem věkovým kategoriím od pěti let věku. Zdravotnické služby jsou nadále hrazené v rámci veřejného zdravotního pojištění.



Nové technologie

PODLOŽKA ANUME POMÁHÁ V BOJI PROTI PROLEŽENINÁM



Lůžková monitorovací podložka vznikla ve spolupráci se společnostmi Anume Care a je v pilotním provozu na 55 lůžkách SeniorCenter SeneCura. Tato chytrá podložka je neinvazivní metodou, která slouží k nepřetržitému sledování

Společnost SeneCura chce svým klientům poskytovat kvalitní a moderní péči, a proto stále drží krok s moderními technologiemi. Na mnoha lůžkách například fungují podložky Anume, které pomáhají v prevenci vzniku dekubitů a zvyšují bezpečnost klientů.

některých vitálních funkcí klientů a usnadňuje tak péči o jejich zdraví. Je umístěna pod matrací, funguje bezdotykově a snímá mikropohyby těla. Je schopna měřit srdeční aktivitu včetně zachycení arytmií či jiných nepravidelností srdečního tepu, sleduje frekvenci dýchání a jeho případné změny, průtok krve tělem, spánkový cyklus či různé otřesy.

Velkým pomocníkem je v rámci prevence proleženin. Sleduje, kdy klient opustil lůžko nebo jak dlouho je v jedné pozici, upozorní na její změnu, což je přínosné zejména v případě nebezpečí vzniku proleženin u imobilních klientů.

Data jsou na dálku přenášena do mobilních zařízení a ohlašují případné neobvyklé hodnoty. Ošet-



řující personál má tak stále přehled o klientově stavu či pohybu. Podložky Anume představují technologii umožňující maximální bezpečí pro klienty, což je jeden z hlavních cílů péče o seniory v SeniorCentrech SeneCura.

Každoroční integrační schůzka nových ředitelů v rakouské centrále je vždy spojena s návštěvou tamního SeniorCentra. Letošní rok navštívili SeniorCentrum v Grafenwörthu.

Domov v Grafenwörthu má krásnou vzrostlou zahradu tzv. Memory garden ve tvaru dvou protínajících se osmiček. Stejný koncept nekonečných cest přebírají také nově postavená SeniorCentra v České republice.

Ve vybavení domova nechybí retro koutky v podobě lesa, typické rakouské restaurace, tapety evokující procházky po louce nebo dětského pokoje s kolébkou. Domov v Grafenwörthu poskytuje služby jako Domov se zvláštním režimem,

Návštěva SeniorCentra

GRAFENWÖRTH

tak jako Domov pro seniory. Testují zde inovace v náramcích pro klienty s demencí. Aktuálně využívaný náramek připomíná hodinky.



SeniorCentrum Chotěboř

NOVÉ SLUŽBY PODPOŘÍ RODINY PEČUJÍCÍ DOMA O SENIORY

„Chceme umožnit seniorům, aby mohli zůstat co nejdéle v domácím prostředí. Jejich rodinám ale můžeme nabídnout pomoc v té nejvytíženější denní době, kdy potřebují do práce nebo si zařídit osobní záležitosti a nemohou pečovat o svého blízkého. Snažíme se posilovat soběstačnost a samostatnost seniorů, zpříjemnit a obohatit jejich dny,“ říká ředitel SeniorCentra v Chotěboři Jan Špidlen. Denní stacionář je přednostně určen pro občany z Kraje Vysočina. Klienti si mohou sami zvolit frekvenci do-

SeniorCentrum Chotěboř otevřelo dvě nové služby pro rodiny, které doma pečují o své blízké. Denní stacionář může využít až 7 klientů, a to každý všední den od 7:00 do 17:00 hodin. Díky odlehčovací službě nově domov nabízí i krátkodobé pobyty až na tři měsíce.

cházky, ale i čas strávený ve stacionáři během dne, podle potřeb a možností rodiny.

„V případě odlehčovací služby se ve dle ubytování jedná o standardní pobyt v našem zařízení se všemi aktivitami, které nabízíme, s plnohodnotnou stravou během dne,“ popisuje Jan Špidlen. Odlehčovací služba zahrnuje denní program i pobyt po dobu až čtvrt roku.

„Myslíme i na klienty s Alzheimerovou chorobou, proto můžeme zapojit paměťová cvičení, procvičování jemné motoriky a prvky reminiscenční terapie,“ doplňuje Jan Špidlen. I proto je součástí místnosti



stacionáře retro koutek, připomínající tradiční obývací pokoj, v němž se klienti mohou cítit jako doma. Ten je ostatně dobře známý i pro klienty ostatních SeniorCenter SeneCura v České republice.

Nový babybox pro odložené děti bude otevřen v Chrudimi 8. září letošního roku. Na projektu spolupracuje organizace Babybox s vedením chrudimského SeneCura SeniorCentra, které dalo k dispozici prostory.

Pardubický kraj patří mezi regiony s největším počtem odložených dětí v přepočtu na obyvatele v celém Česku. „Konkrétně v Pardubicích připadá 9 odložených dětí na 10 tisíc obyvatel,“ říká zakladatel iniciativy Babybox Ludvík Hess. Prá-

vě tento muž má zásluhu na vzniku všech 81 babyboxů v celé zemi. Od roku 2005 je buduje za podpory soukromých dárců a ve spolupráci s místními úřady. A také se Zdeňkem Juricou, jehož firma z Náměšti nad Oslavou má na starost jejich výrobu. Babyboxy už pomohly zachránit 230 životů.

Významným podnětem pro další zařízení byl případ nově narozeného miminka, které bylo odloženo v lednu letošního roku do kontejneru na odpad v Pardubicích. „Každý podobný případ je děsivý, ale tentokrát jsme se rozhodli, že musíme v tomto kraji s babyboxy pokročit. Později se mi navíc ozvala maminka přímo



SeniorCentrum Chrudim

PRVNÍ OKRESNÍ BABYBOX NA DOMOVĚ

z Chrudimi, která byla bohužel v kritické situaci,“ říká Ludvík Hess.

U vedení SeneCura SeniorCentra se možnost umístění babyboxu setkala s okamžitým souhlasem. „Máme na toto zařízení dostatek prostoru, který navíc nijak neovlivní provoz domova. V projektu vidím i jistou symboliku, neboť kromě toho, že se staráme s úctou o lidi ve stáří, můžeme přispět k tomu, že v nouzi pomůžeme zcela novému životu,“ říká ředitel SeniorCentra Chrudim Marek Bíško.



Poděkování našim zaměstnancům

MEZINÁRODNÍ DEN SESTER A OŠETŘOVATELŮ

Mezinárodní den sester a ošetřovatelů jsme oslavili v SeneCura SeniorCentrech opět 12. května. Všem zaměstnancům děkujeme z celého srdce za to, jak poctivě a neúnavně vykonávají svou práci. Víme dobře, že není jednoduchá a vyžaduje velkou míru lidskosti. V tento sváteční den dostali všichni zaměstnanci

dárky v podobě sladkého překvapení a praktické lahve, která je vyrobena z ekologického materiálu.

Díky osobnostem, jako jsou naši zaměstnanci, můžeme pro naše seniory zajistit krásný a naplněný podzim života plný radosti.



Konference zdravotních sester

CÍLEM JE ZVÝŠENÍ KVALITY PÉČE

Skupina SeneCura uspořádala ve Vídni Mezinárodní symposium kvality ošetrovatelství. Jednalo se o vůbec první akci svého druhu, díky níž mohli své zkušenosti sdílet zástupci SeniorCenter z České republiky, Slovinska, Švýcarska, Chorvatska a Rakouska. Prezentaci o prevenci pádů zde měla i Lucie Ficová, vrchní centra ze SeneCura SeniorCentra Šanov.

Cílem sympozia, kterého se účastnily zejména právě zdravotní sestry z domovů pro seniory z uvedených zemí, bylo seznámit se navzájem s indikátory kvality, které jsou společností SeneCura sledovány. Zjednodušeně řečeno, jedná se o ukazatele, podle nichž lze určit kvalitu péče v daném zařízení.

Českou republiku zastoupila Lucie Ficová, vrchní sestra ze SeniorCentra v Šanově, která se s ostatními účastníky podělila o zkušenosti s prací s indikátory kvality, konkrétně problematikou pádů.

Prevence pádů v Šanově

Jedním z důležitých ukazatelů je i míra používání prostředků k omezení pohybu klienta. Mohou to být třeba postranní zábrany na lůžku nebo bezpečnostní pásy při seze-

ní v křesle. V souladu s hodnotami a cíli skupiny SeneCura se v Šanově zaměřují na prevenci pádů bez využití těchto prostředků, neboť díky celé řadě aktivit klienti sami vnímají, jak se jejich pohyblivost postupně zlepšuje a zároveň u nich roste pocit soběstačnosti a jistoty.

„Vycházíme z toho, že pády a jejich případné následky představují pro zdraví a kvalitu života v seniorském věku obrovské riziko. Navíc se jedná o velice stresovou situaci. Snažíme se proto maximálně využít prevenci. V praxi to například znamená, že v domově máme zřízenou tzv. protipádovou laboratoř, ve které zkoumáme možnosti, jak pádům zabránit. Organizujeme také workshopy prevence pro zaměstnance i klienty, pravidelné mini tréninky, rehabilitační a fyzioterapeutické místnosti jsme vybavili potřebnými pomůckami,” vysvětluje Lucie Ficová.

Workshopy a školení pro klienty jsou další možnou preventivní aktivitou vedle fyzického cvičení. Personál domova za tímto účelem pro klienty připravuje fotografické a obrazové materiály, díky nimž klienti lépe chápou celé téma prevence a zároveň zjistí, jak v průběhu dne prakticky postupovat.



Výsledky i plány

Aktivizace a neustálá inovace zaměřená na prevenci pádů přináší skvělé výsledky: počet pádů se od roku 2017 do roku 2021 snížil o 50 %. A vedení SeniorCentra v Šanově hodlá i do budoucna v této oblasti udělat další pokroky. „Rádi bychom například navázali spolupráci s odbornými školami v našem širším okolí s cílem zajistit si i nadále kvalitní personál pro náš domov,” říká Michal Veleba, ředitel šanovského SeniorCentra. „Důraz chceme klást také na mentoring, zaučování a další vzdělávání zaměstnanců, protože věříme, že neustálé zdokonalování našich služeb do značné míry závisí právě na znalostech a dovednostech v našem týmu,” dodává.

Plány v Šanově však zasahují také do materiální roviny. Domov totiž v rámci další etapy rekonstrukce získá zcela nové rehabilitační oddělení, včetně nových cvičebních pomůcek. Proběhne také výměna některých nevhodných podlahových krytin.



Značka kvality

HVĚZDY PRO SENIORCENTRA SENEcura

Ubytování, strava, kultura a volný čas nebo péče a partnerství. Všechny tyto oblasti jsou pro klienty domovů pro seniory velmi důležité. Proto je hodnotí certifikátoři APSS, kteří následně mohou udělit od jedné až po pět hvězd v rámci Značky kvality. SeneCura SeniorCentrum Šanov letos uspělo ve všech oblastech, a díky tomu se může pyšnit hned pěti hvězdami.



Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR (APSS) uděluje respektovanou Značku kvality, která sleduje úroveň sociálních zařízení z pohledu klienta. V naší síti SeneCura již tento certifikát získaly domovy v Chrudimi, Praze na Klamovce, Kolíně, Liberci, Šanově a Terezíně. SeniorCentrum v Telči aktuálně certifikací prochází.

Za úspěchem dle ředitele domova Michala Veleby stojí zejména zaměstnanci SeniorCentra a týmová práce. „V Šanově máme dlouhodobě stabilní personál, který na sobě neustále pracuje a vzdělává se. Také máme silný koncept péče o klienta,” dodává. Vrchní sestra šanovského domova nedávno přednášela na Mezinárodním sympoziu kvality ošetrovatelství ve Vídni, kde mimo jiné představila výsledky unikátní protipádové laboratoře. SeniorCentrum Šanov je také držitelem ocenění Vážka, které uděluje Česká alzheimerská společnost.

Značku kvality získalo také SeniorCentrum v Kolíně, kde obdrželi čtyři hvězdy. „Náš domov byl otevřen v roce 2017. S přibývajícím klienty bylo nutné ukotvit procesy péče i provozu. Také proto jsme si až v loň-



ském roce dovolili požádat o certifikaci značkou kvality. Nešlo tedy o změny, ale o postupný vývoj,” říká Marta Menšíková, ředitelka domova. Také v případě Kolína hrál roli týmový duch personálu. „Značka kvality nám ukázala, že se domov vyvíjí správným směrem. Velmi nám záleží na tom, aby se u nás klienti cítili jako doma a aby péče o ně byla na profesionální úrovni. K tomu je potřeba vyškolený, laskavý a empatický personál i dobré pracovní a technické podmínky,” doplňuje Marta Menšíková.

Skupina SeneCura se již v roce 2020 zapojila do implementace evropského systému kvality E-Qalin. Jedná se o další z možností, jak řídit a zvyšovat kvalitu poskytovaných služeb v domovech pro seniory. V letošním a loňském roce prošla E-Qalinem SeniorCentra v Telči, Havířově, Plzni a Šanově. Již dříve však absolvovaly školení vedoucí týmy ze SeniorCenter Terezín, Liberec, Chrudim a Olomouc.

E-Qalin byl ověřen ve čtyřech evropských zemích a nyní je zaveden v mnoha pobytových zařízeních v Rakousku, Německu, Slovinsku, Itálii, Belgii, Lucembursku a Francii. Je založený na základních principech lidských práv, Směrnici o podpoře práv pečovatelských, Chartě práv osob v nouzi a péči a Evropské sociální chartě (zejména čl. 23). Jedná se o model respektující světové názory, filozofie i náboženství. Vychází ze základních etických zásad a hodnot, jako je důstojnost, čestnost, tolerance, řešení konfliktu a svoboda. Licenci na šíření modelu E-Qalin

do českých pobytových zařízení získala Asociace poskytovatelů sociálních služeb.



V praktické rovině je základem E-Qalinu především vzdělávání manažerů z domovů a sebehodnocení v oblasti řízení kvality. Ve srovnání

E-Qalin

DO PROJEKTU SE ZAPOJILY DALŠÍ DOMOVY

se Značkou kvality se jedná o hodnocení kvality zevnitř, především samotnými zaměstnanci. Manažeři procházejí školením a mohou poté zavést celý systém ve svém zařízení. Cílem metody je budovat systém neustálého zvyšování kvality prostřednictvím sebehodnocení bez vnějších zásahů. Model E-Qalin je založen na třech pilířích: procesy, struktury a výsledky, které jsou popsány a rozděleny do jednotlivých částí. Poskytovatel si přitom sám definuje, která kritéria jsou pro něj důležitá a která bude poté hodnotit.

Vzdělávání SeneCura

ŠKOLENÍ A WORKSHOPY NA VŠECH ÚROVNÍCH

První polovina roku 2022 byla věnována setkávání a sdílení znalostí. Proběhly interní workshopy sociálních pracovníků, asistentek, šéfkuchařů a správců ze všech sedmnácti SeniorCenter v České republice. SeneCura dále pořádá pravidelný kurz pro pečovatele Poprvé u lůžka. Ředitelky a ředitelé zahájili kurz pro manažery v sociálních službách od APSS ČR. Díky příznivé situaci jsme se také mohli zúčastnit konferencí.

Facility Manager Tomáš Černický školil na téma správy budov sociální péče kolegy v rámci Asociace poskytovatelů sociální péče a následně vystoupil také na konferenci SENIOR HOUSING v Senátu České republiky.



Pro pečovatele pořádá SeneCura školení s názvem Poprvé u lůžka.



Pečovatelky a pečovatelé si v rámci kurzu vše vyzkoušejí po praktické stránce: ať už pomoci se stravováním, polohováním, nebo použití zvedáku.



Provozní ředitelka Věra Husáková vystoupila s tématem Jak vybrat a udržet zaměstnance na konferenci Kvalita-Bezpečnost- Efektivita.

Otevřen další ročník
stipendijního programu
SeneCura:

STAŇ SE ZDRAVOTNÍ SESTROU

- Všeobecná zdravotní sestra / Praktická sestra
- Bakalářský nebo magisterský program získání kvalifikace - Sestra S3

Už třetí ročník vzdělávacího programu SeneCura čeká od září na nové zájemce. Chtěli bychom, aby naši zaměstnanci měli dostatek příležitostí ke svému rozvoji a vzdělávání. Zvýšit kvalifikaci si mohou v těchto programech:

- Specializace všeobecná sestra: Ošetrovatelská péče v interních oborech, Ošetrovatelská péče v psychiatrii

Každému zaměstnanci přispíváme na školné až 24 000 Kč po dobu řádného studia, které trvá 2,5–3,5 roku dle zvoleného typu. Hradíme také ubytování, dopravu a proplácíme 8 hodin studia měsíčně. Vzdělávací

program zajišťuje partnerská škola Mills. V roce 2020 nastoupili do programu dva studenti, loni přibýlo hned sedm nováčků. Rostoucí zájem o tento program nás těší a věříme, že se řady našich stipendistů budou dále rozšiřovat.

Pokud máte o tuto formu vzdělávání zájem, neváhejte se informovat u ředitele vašeho SeniorCentra.



Setkávání mezi generacemi

NEDÍLNÁ SOUČÁST AKTIVIT V SENECURA SENIORCENTRECH

Většinou probíhá na místní úrovni mezi konkrétními domovy a okolními školami či školkami. Tématem mezigenerační spolupráce se zabývá organizace Mezi námi, která rovněž uděluje ocenění Mezigeneračně.

Právě do projektů Mezi námi se zapojila například SeniorCentra v Praze-Štěrboholech a v Písku. Organizaci se ale daří inspirovat a strhávat k pozitivní činnosti v celém Česku – mezi spolupracujícími zařízeními již patří více než 70 skupin v Praze a dalších 200 v celé zemi. „Skupiny tvoří vždy školní a seniorská zařízení. Mohou se zapojit do konkrétních programů, takže například senioři chodí dětem číst, nebo naopak děti docházejí do seniorských zařízení. Společně se věnují výtvarným, hudebním či pohybovým aktivitám nebo si prostě jen povídají,” vysvětluje Helena Lukasová, koordinátorka z organizace Mezi námi.

Hlavním cílem aktivit je podpořit v dětech sociální citění a úctu ke stáří. Setkávání s dětmi má však pozitivní vliv i na život seniorů. „Pozorujeme, jak děti přenášejí na naše klienty radost a energii, vnášejí do jejich každodennosti jiskru a zpestření,” říká ředitelka SeniorCentra Štěrboholy Kateřina Vokálová. „Kromě toho, že se věnují tvořivé činnosti, jsou i rádi, když mohou dětem předávat nashromážděné zkušenosti ze života,” dodává Jaroslava Kučerová, ředitelka SeniorCentra Písek.

Kvůli koronaviru byla osobní setkání spíše výjimečná, proto organizace do jednotlivých spolupracujících zařízení zasílala pravidelnou měsíční aktivitu – inspiraci na tvoření.

Na jedné straně senioři vyráběli pro děti, na straně druhé děti tvořily pro seniory, výsledkem bylo společné dílo nebo drobné pozornosti, které si předdávali, aby na sebe nezapomněli.

SeniorCentrum v Praze-Štěrboholech dokonce získalo společně s partnerskou Mateřskou školou Dolní Měcholupy ocenění značkou Mezigeneračně. Ta symbolizuje hlavně ocenění za dosažení práce a znamená, že obě zařízení jsou součástí dlouhodobého projektu, který napomáhá sbližování generací. SeniorCentrum v Písku, které spolupracuje s třídou dětí z 3. mateřské školy v Pražské ulici, se pak umístilo mezi nejlepšími v soutěži nápadů na mezigenerační aktivity v době pandemie.



V SeniorCentru v Praze-Štěrboholech proběhlo předání značky Mezigeneračně

NOVÉ TVÁŘE SKUPINY SENEcura

Jsme velmi rádi, že vám můžeme představit nové zaměstnance skupiny SeneCura. I když vlastně – naši kolegové se vám představí sami.



Patrik Bělohlavý

Ředitel SeniorCentra Plzeň

V minulosti jsem působil na vedoucích pozicích v oblasti automotive a v bankovním sektoru, ale také v oblasti lázeňství jako manažer lidských zdrojů. Moje motivace pro práci ve společnosti SeneCura vycházela z touhy změnit zaměstnání směrem k činnosti, kde lze bezprostředně sledovat výsledky vlastní práce. A péče o klienty, kteří ji potřebují, mě velice lákala. Líbí se mi, že ze strany klientů máme prakticky okamžitou zpětnou vazbu o tom, jak se nám práce daří.

Na nové pozici mohu uplatňovat své manažerské zkušenosti, mojí vizí je „spokojený domov“, kde se dob-

ře vede klientům, mají odpovídající péči a jsou spokojení. Další důležitou součástí této vize jsou angažovaní zaměstnanci, které jejich práce baví.

S oblibou říkám, že chci, abychom se starali o naše klienty tak, jak bychom byli rádi, aby se jednou někdo postaral o nás. Věřím, že pouze kvalitní služba zaručí spokojené klienty a jejich rodiny. Jen tak můžeme garantovat, že zájem o službu, kterou nabízíme, se bude dále šířit a budeme mít kladné reakce a reference.

Téměř veškerý volný čas mi vyplňuje rodina, máme tři malé děti, kterým se rád věnuji.

Významnou část pracovní kariéry jsem věnoval řízení lidí a týmů, působil jsem jako vedoucí hotelového zařízení a jako obchodní ředitel v několika společnostech.

Do sociálních služeb jsem vstoupil po pečlivém, ale krátkém rozhodování. Letitá praxe na manažerských pozicích v oblasti obchodu mě naučila zodpovědnosti, schopnosti umět stanovit cíle, správně se rozhodovat a svědomitě plnit úkoly.

Vždy mi ale chyběla lidskost a srdečnost, kterou mám někde uvnitř uloženou jako svou základní potřebu. Každý

člověk v domově je pro mě osobnost, zaslouží si pozornost, slušné zacházení, uznání a hlavně trpělivost. Nic nedodá více energie než úsměv a radost ve tvářích našich seniorů. Náš domov dotváří tým úžasných a pracovitých lidí, kteří se starají o volnočasový program, čistotu, stravování, zdraví a péči. Mým hlavním cílem je vytvořit zde atmosféru, která bude poskytovat klid a pohodu jak při práci zaměstnancům, tak i klientům během pobytu.

Ve volném čase se věnuji hlavně cestování, turistice či jízdě na kole.



Martin Trávníček

Ředitel SeniorCentra Hradec Králové



Jiří Vlček

Ředitel SeniorCentra Humpolec

Moje profesní kariéra začala ve státní správě, dále jsem pracoval v nejvyšších manažerských pozicích v nemocnicích různých zřizovatelů. V části své pracovní činnosti jsem také vedl vlastní výrobně obchodní společnost.

Pozici Integračního manažera a následně ředitele nového SeniorCentra v Humpolci jsem přijal jako příležitost zúčastnit se unikátního projektu přechodu z kraje řízené organizace na systém správy a řízení privátním subjektem.

Navíc jde o práci s lidmi, klienty a za-

městnanci, při které je nutno sladit očekávání, priority a zájmy obou skupin při dodržení maximální kvality poskytované péče za optimálního využití zdrojů, hlavně lidských.

V mojí práci je důležitá zpětná vazba od klientů, spokojených a usměvavých a i od zaměstnanců, motivovaných a empatických.

To je i mým hlavním cílem – vytvoření atmosféry klidného a bezpečného domova, který poskytuje klid a pohodu jak klientům, tak i zaměstnancům. Volný čas věnuji turistice, práci v lese a kolem domu a také odpočinku.



Zooterapie

ZVÍŘATA PŘINÁŠEJÍ KLIENTŮM RADOST

Terapie pomocí zvířat, odborně nazývaná zooterapie či animoterapie, je hojně využívána díky pozitivnímu vlivu na psychické i fyzické zdraví člověka. Často již pouhá přítomnost domácího mazlíčka vyvolává v člověku radost a klid. Dotyk a péče o zvíře může snižovat stres či úzkost. U klientů SeniorCenter SeneCura je terapie zvířaty velmi vítaná a její pozitivní účinky okamžité.



Nejčastější je tzv. canisterapie, terapie se psy, kteří jsou pro svou přátelskost ideálním a také nejvíce využívaným zvířetem. Například do SeniorCentra Modřice pravidelně dojíždí pan Karásek z Cantes Brno se svou psí partou. Klienti telčského SeniorCentra mají oblíbeného pejska jménem Buddy, který za nimi pravidelně chodí na návštěvu. Kočky jsou v rámci felinoterapie využívány obdobně, třeba do hradeckého SeniorCentra chodí klienty potěšit paní Ruckerová se svými dvěma sibiřskými kocoury.

Terapie s poníky či koňmi je dalším druhem zvířecí terapie, kterou si mohli vyzkoušet klienti chotěbořského SeniorCentra. Květnová návštěva poníka Lindy v domově

vzbudila u klientů velký ohlas a těšili se na další setkání. Domovy ale domácí mazlíčky dokonce sami chovají, klienti je pak mají stále na blízku. Například v Chrudimi pečují nově o dva králíky, andulky, nebo dokonce fretky.



JENNY DOKÁŽE NAVODIT POZITIVNÍ ATMOSFÉRU



Canisterapii se jako dobrovolnice Výcvikového canisterapeutického sdružení Hafík v Třeboni věnuje také Jaroslava Kučerová, ředitelka SeneCura SeniorCentra Písek. Chtěla přinášet radost lidem a také pomoci seniorům, nemocným, žákům ve školách i školkách. Její Jenny ji do domova provází každý den.

Je těžké vycvičit psa pro canisterapii?

Vstupní testy jsme složily s Jenny v září 2015. Skládají se z několika disciplín, ve kterých se hodnotí základní ovladatelnost psa a chování v neobvyklých situacích. Pak jsme absolvovaly speciální výcvik formou praktických cvičení a modelových situací a školení teoretických znalostí. Následně jsme na konci celého výcviku, který trval téměř dva roky, skládaly teoretickou a jako tým s Jenny i praktickou zkoušku a po jejích splnění jsme obdržely certifikát.

Co všechno canisterapie dokáže?

Pes musí umět navázat s člověkem kontakt a přimět ho k výkonu. Cílem u seniorů je, aby člověk odložil své obavy a načerpal od psa energii. Díky tomu si vytvoří důvěru k lidem, kteří ho ošetřují. Jenny má lidem pomáhat a někdy stačí jen drobnost, aby vykouzila úsměv na tváři. U nás v domově máme pravidelná setkání s klienty, a to jak formou společné, tak i individuální canisterapie. U individuální canisterapie se uplatňuje metoda polohování. Pes v polohování nahrazuje polštáře, které klienta podpiřejí, díky své

teplotě působí na klienta velmi příjemně a díky dýchání psa se zklidní i dech člověka.

Zároveň chodíme na jednorázové akce do škol a školek, které jsou zaměřeny zážitkově. Děti zapojujeme formou zábavných her a snažíme se o rozvoj sociálních dovedností, rozvoj jemné i hrubé motoriky, rozvoj edukativních schopností a učení se odpovědnosti. Navštěvujeme i děti ve speciální škole, kde jsou děti s mentálním či fyzickým handicapem.

Máte zlatého retrievera Jenny, vodíte ho k vám do domova?

Jenny dochází do domova každý pracovní den. Když jsem si vybírala štěňátko, už jsem pracovala v domově, takže jsem věděla, že potřebuji psa s dobrou povahou, kladným vztahem k lidem, s dobrou ovladatelností a přizpůsobivostí. Každý den se snažíme o navození příjemné atmosféry pro naše klienty v domově.

Vidíte v praxi přínosy canisterapie pro seniory?

V domově máme klienty, kteří se nemohou pohybovat v plném rozsahu, mají určitá omezení. Jenny pomáhá zlepšovat jejich motoriku, například

česáním, hlazením, zapínáním obojku a vodítka, krmením psa granulkami. Klienti po opakované návštěvě mají lepší náladu a vždy se na ni těší. Někteří klienti jsou uzavření do sebe, nechťejí komunikovat. A i tady dokáže Jenny pomoci, navázat s klientem kontakt a dopomoci nám pracovníkům, abychom ho dále rozvíjeli.

Váš nejhezčí zážitek z canisterapie?

Zúčastnily jsme se akce pro miminka, jejichž rodiče spolupracují se společností Raná péče. Jedná se o miminka, která se narodila předčasně. Na skupinovém setkání rodičů jsme miminka polohovali na naše canisterapeutické pejsky. Toto setkání bylo pro mne dojemné a rodiče miminek nám vyslovili velké poděkování a vděk.



Terapeutické panenky

DOTEK, KTERÝ POMÁHÁ

Terapie panenkami se u seniorů začala používat v 90. letech a od té doby je vědecky hojně zkoumána a její účinnost potvrzována po celém světě. Je vhodná především pro práci s úzkostmi, pocity samoty, nejistoty a celkovým emočním laděním klienta. Lidé s Alzheimerovou chorobou či jinými druhy demence mohou mít k takovým potížím sklon, proto je pro ně tento druh nefarmakologické terapie velmi přínosný.

SeniorCentrum Havířov poskytlo svým klientům možnost se s terapeutickými panenkami seznámit díky dobrovolnickému centru ADRA, které tyto panenky domovu zapůjčilo. Senioři často vzpomíná-

Terapeutické panenky jsou relativně novým prvkem nejen v dětské psychoterapii, ale i v terapii seniorů a lidí trpících různými druhy demence. Domovy společnosti SeneCura je již začlenily do své široké škály terapeutických přístupů.

jí na svou rodinu, na vztah s těmi nejbližšími a třeba také na to, jak pečovali o své děti. Navázání jakéhosi pouta s terapeutickou panenkou tak pro ně bylo emotivním prožitkem, který jim tyto vzpomínky oživil. Vedení havířovského SeniorCentra se díky pozitivním reakcím rozhodlo koupit vlastní terapeutické panenky a aktivně je s klienty využívat.

Podobné nadšení vzbudila tato metoda i v SeniorCentru Humpolec. Běžně uzavření a tišší klienti s panenkami ožili a začali s nimi ihned interagovat. „Dostali jsme interaktivní panenky a zvířátka. Některým klientům udělali obrovskou radost. Obzvláště málo pohybliví a spíše uzavření klienti se po obdarování úplně rozzářili a začali si s nimi povídat,“

popisuje Štěpánka Zídková z domova v Humpolci. Doteky, objetí a fyzická vazba přispívá k lepšímu průběhu onemocnění či úzkostných stavů. V obou domovech se také přirozeně vytvořila tendence panenky pojmenovávat, což potvrzuje vytváření emočního pouta.



Společnost SeneCura pomáhá svým klientům zůstat v co nejlepší psychické kondici i v seniorském věku, proto je pro ně v domovech připraven každodenní program aktivizačních činností. Mezi velmi oblíbené patří rukodělné a výtvarné, od tematického kreslení až po vyrábění dekorací či výrobků. Klienti si procvičí jemnou motoriku a stráví hezké a často humorné chvíle s ostatními.

Jednou z výtvarných technik, kterou si vyzkoušeli klienti havířovského SeniorCentra, je relaxační kresba Zentangle. Tento cizí název

skrývá zenové meditativní techniky a slovo tangle v překladu znamená změť či zamotání. Zentangle mají člověku při kresbě poskytnout pocity uvolnění a zlepšení nálady, což se také v Havířově povedlo. Klienti nejdříve s pomocí dobrovolnic z ADRY nakreslili základní obrysy, a nakonec vytvořili krásné originální obrázky.

Aktivizace ve formě výtvarných činností bývají také tematicky zaměřené na určité dny a svátky, nejčastěji Velikonoce či Vánoce. V květnu se SeniorCentrum Chotěboř pono-

Aktivizační činnosti

TVOŘÍME A RELAXUJEME

řilo do ztvárnění netradičního dne, a to dne Slunce. Jak už i název napovídá, klienti i pracovníci domova díky výrobě papírových sluncí s nitkami jako paprsky vnesli do domova mnoho úsměvů a radosti.

Oblíbené techniky u klientů také směřují ke zkrášlování, na které se zaměřilo kolínské SeniorCentrum. Navlékání korálků je ideálním cvičením jemné motoriky, kterou si klienti s výrobou náramků procvičili. A pro lepší spánek si klienti v Havířově vyrobili lapače snů, které do svých sítí lapají noční můry.





Cestujeme

GURMÁNSKÉ TÝDNY SI KLIENTI UŽÍVAJÍ KAŽDÝ MĚSÍC

Tato aktivita, kterou připravuje personál všech domovů pro seniory v síti SeneCura v Česku, má předem daný průběh. Vždy se jedná o celý týden věnovaný konkrétní zemi. Klienty provází aktivizační pracovníci s připraveným plánem. Klienti se tak už letos „podívali“ například do Chorvatska, Rakouska, Číny či Německa.

Gurmánské týdny jsou bohaté na místní speciality, ale také na informace. Klienti mají možnost ochutnat typická jídla, která jsou z velké části vždy připravena z kuchyně domova. Některé pokrmy si však mohou připravit samotní klienti, což je rovněž součástí aktivit.

Nejen gastronomie však tvoří specifika dané země. Zaměstnanci SeniorCentra Senecura proto zařazují do programu i zajímavosti týkající se konkrétních zemí. Oblíbenou součástí týdne jsou tak třeba přednášky a debaty, tradičně nazvané Cestománie.

Cestování do jiných zemí v rámci gurmánských týdnů je jednou z dalších příležitostí, jak pomáhat klientům být aktivní a umožnit jim

Cestování je oblíbená činnost asi pro všechny z nás. Klienti SeniorCentra pravidelně na dálku poznávají nové země a kulturní specifika, včetně gastronomických specialit. A to díky jedné z nejoblíbenějších aktivit, tzv. Gurmánským týdnům.

prožít zajímavé dny. Aktivitu lze využít také jako součást reminiscenční terapie pro klienty s Alzheimerovou chorobou.



Chorvatské dny si užili také klienti SeniorCentra v Olomouci. Součástí byla i Cestománie, tedy záživná přednáška a diskuze o nejrůznějších specifikách této země na Jadranu.



Klienti telčského SeniorCentra měli možnost ochutnat typická chorvatská jídla, jako je například Pljeskavica se sýrem či lahodný dezert Bajadera. Mezi další pochutiny, které s láskou kuchaři připravili, patřily Dalmátská paštica, tedy hlavní jídlo z hovězí-

ho masa, nebo Kajgana – vaječná smaženice.

V SeniorCentru v Chrudimi nenechali chuťové buňky odpočinout. Klienti mohli ochutnat například tradiční bavorské klobásky, německý vývar, vepřové koleno se zadělávanou kapustou nebo klasické těstoviny špecle. Neméně lákavé byly i dezerty – třeba Schwarzwaldský dort s višněmi či klasický „apfelstrudel“. A vše se zapíjelo oblíbeným Radlerem.



V Modřicích dovedli rakouský týden k dokonalosti. Pro klienty uspořádali přednášku a následný kvíz o této zemi, a aby aktivitu oživil, součástí byla ochutnávka vídeňské kávy. Ta byla připravena z čerstvě namletých zrněk a ozdobena šlehačkou posypanou skořicí. Aby byl chuťový zážitek dokonalý, byl ke kávě podáván Schwarzwaldský dort a atmosféru Vídně umocnil poslech vídeňských valčíků od Johanna Strausse.

Příběh se šťastným koncem

REHABILITACE ZMĚNILA PANÍ MALÉ ŽIVOT

„Když k nám paní doktorka přišla, nebyla v dobré kondici. Bylo nutné za ní intenzivně docházet na individuální rehabilitaci,“ říká Jana Kabeláčová, vedoucí rehabilitační pracovníce domova v Modřicích. S postupem času se podařilo paní Malou vertikalizovat do sedu a později také do stoje s pomocí pultového chodítka. V ten moment

Fyzická aktivita je přínosná pro naše tělo i psychiku vskutku v každém věku. Jedním ze zářných příkladů je příběh paní doktorky Miroslavy Malé, vzděláním lékařky, která přišla do modřického domova pro seniory slabá a převážnou část dne strávila na lůžku. Po půlročním nasazení ve svých 87 letech prošla rehabilitací v SeniorCentru SeneCura v Modřicích, díky níž začala opět chodit.

zřejmě přišel zlom v motivaci, protože paní Malá mohla pomalu začít nacvičovat chůzi v zahradě, kterou miluje.

Rehabilitačních aktivit začalo postupně přibývat – skupinová cvičení, aroma-perličkové koupele a dokonce jóga se staly běžnou součástí života paní doktorky. „V rámci individuálních tréninků paní doktorka

naprosto propadla cvičení na motomedu, který se nachází ve fitness místnosti a cvičení na něm je součástí prevence proti pádům,“ popisuje Jana Kabeláčová. Paní Malá si navíc pořídila vlastní zápisník, kam si poctivě zapisovala své časové výkony.

Po půl roce paní Miroslava dokázala samostatně vyjít schody a počáteční smutek se proměnil v nadšení, izolace od ostatních v navazování přátelství s ostatními klienty.

Příklad Miroslavy Malé ukazuje nejen sílu obrovské motivace, ale také důležitost proaktivního přístupu. V případě modřického SeniorCentra SeneCura je fyzická aktivita důležitou součástí každodenního programu. V každém zařízení SeneCura pracuje několik fyzioterapeutů a odborníků na rehabilitaci. Ti pravidelně za klienty docházejí, sestavují s nimi plány aktivit a provádějí jak individuální, tak skupinová cvičení, tréninky či vycházky.



Miroslava Malá:

INSPIRACE Z MODŘIC

Když jsem bydlela sama, ocitla jsem se několikrát na zemi. S dcerou jsme hledaly zařízení, kde je intenzivní rehabilitace. V žádném případě jsem nechtěla zůstat trvale imobilní. Při rehabilitaci v SeneCura jsem

se postupně dostávala do formy a vracela se sama k sobě. Pomohly mi na mé cestě nejen rehabilitační pracovníce a dennodenní individuální tréninky, ale i aktivizační pracovníce, které se mne snažily potěšit a zapojit do dění v domově. Postupně jsem dosáhla toho, co jsem si přála: Totiž být samostatnější a pohyblivá.

Považuji za úspěšný zájezd do ZOO ve Vyškově. Tam jsem sama sobě



dokázala, že jsem fit. Poskytla jsem unavenému klientovi invalidní vozík a prošla celou ZOO s nízkým chodítkem. Ukázala jsem ostatním, že sedět na invalidním vozíku není konec aktivnímu životu.

Kulturní okénko

MLÁDÍ, NEVYPRCHEJ!

Jeden takový host zavítal do pražského SeniorCentra Slivenec, konkrétně režisér a herec Zdeněk Troška. Svým humorným a lidským vyprávěním historek ze života rozesmál klienty i pracovníky domova. Podobně zábavnou talk-show Mládí, nevypřchej pobavily klienty



Zprostředkování kontaktu s vnějším světem a udržování aktivity klientů v sociálních vztazích jsou cíle, které SeneCura v domovech naplňuje mimo jiné díky kulturním zážitkům. Několikrát do roka si SeniorCentra zvou nejruznější osobnosti či skupiny z oblasti divadla, zpěvu, tance nebo také známé herce, kteří přijedou klientům vyprávět o svých životních příbězích.

dámy Hana Čížková a Jitka Asterová v SeniorCentrech Klamovka a Hradec Králové.

V domovech samozřejmě nechybí ani divadelní program. Divadlo bez pravidel je název interaktivního představení s loutkami se za-



měřením na výchovně vzdělávací program a také aktivizaci seniorů. Založili ho studenti Masarykovy univerzity, kteří věří, že loutkové divadlo má svou roli i v pomáhání. Do modřického SeniorCentra přijeli vystoupit s loutkami Kašpárek a Babička. Ty vkládaly klientům do ruky předměty, které měli uhodnout. Interaktivní představení mělo u všech zúčastněných velký úspěch.

Do SeniorCenter v Telči i v Havířově přijela hudebně obohatit klienty Katarína Ševčíková se svou královskou hrou na harfu. S klienty také o tomto starém nástroji pohovořila a zprostředkovala tak hezký kulturní zážitek. Klienti se mohou těšit na další kulturní program, který je v domovech čeká.

SeneCura zajišťuje klientům možnost zdravého pohybu a udržení celkové fyzické kondice, proto pracovníci SeniorCenter organizují pro klienty nejruznější sportovní aktivity. Jsou to sportovní dny, ranní rozcvičky, jóga pro seniory nebo výlety do přírody. Většina domovů disponuje fitness místnostmi, kde je všechno potřebné vybavení. Sportovní dny se těší velké oblibě mimo jiné proto, že většina klientů mezi sebou ráda soutěží.



V SeniorCentru Humpolec začali počátkem dubna nejdříve s ranními rozcvičkami. Aktivizační pracovníci si připravily základní protažení, do kterého se klienti rádi zapojili. Byli nadšení z aktivního startu dne, a tak se domov rozhodl uspořádat také sportovní soutěžní dopoledne. Klienti soutěžili například v hodu na koš, slalomu nebo kuželkách a na závěr dostali všichni svou sladkou medaili. Podobné soutěžní dopoledne zorganizovalo i SeniorCentrum Hradec Králové, kde klienti soutěžili také v disciplíně hod kroužkem.

Sport v domovech

KLIENTI RÁDI SOUTĚŽÍ

V Modřicích se v rámci Olympijských her objevila soutěž v lukostřelbě, rybaření, nebo dokonce tanci. Co se týče zdravé pohybové terapie, do olomouckého SeniorCentra například dojíždí profesionální lektorka jógy Jitka Žižlavská. Klienti s ní procvičují jemný druh jógy, při kterém se naučí správně pracovat s dechem a lépe pozorovat a poslouchat své tělo. Z cvičení pak odcházejí uvolnění a odpočatí nejen po fyzické, ale i mentální stránce.

Tajná Roční přání byla vyslyšena

Každý člověk má své tužby a přání. A naši klienti nejsou výjimkou. SeneCura se snaží zprostředkovat svým klientům především radost ze života, a právě tzv. Roční přání jsou toho dokladem. Každý senior může vyslovit svou touhu, ať už je to drobnost v podobě dárčku, nebo zážitek, na který se jen tak nedostanou.

Například v hradeckém SeniorCentru si klientka paní Ivanka přála neobvyklý, nicméně splnitelný dárek v podobě kosmetického ošetření pleti. Kosmetička paní Kuštanová toto přání ráda naplnila a paní Ivanka odcházela jako nová. Často klienti také touží vyrazit za kulturou, rádi si nachystají společenský oděv a zkrášlí se. V domově v Olomouci navštívili takto s klientkami pracovníci domova Moravské divadlo, kde společně zhlédli moderní komediální představení.

Někteří klienti si přejí také věcné dárky ve spojitosti s nějakým koníč-

kem nebo třeba s určitou vzpomínkou. V SeniorCentru Modřice udělal radost klientovi, který je vášnivým sportovcem, Fotbalový atlas světa. Doutník byl pro jiného klienta „pochutnáníčko“, na které si tímto rád zavzpomínal. V Kolíně bydlí v SeniorCentru klient, který býval instruktorem v autoškolě a toužil se vrátit na chvíli do svého zaměstnání. Pracovnice domova mu tedy sehnaly volant a společně si prošli testové otázky. Největším úspěchem je nakonec radost klienta a jeho úsměv na tváři.



Při mších se hodně zpívá

SeniorCentra naplňují také duchovní potřeby klientů díky bohoslužbám, které jsou pro mnohé příležitostí zastavit se u sebe sama. Kromě toho jsou laděny spíše eklekticky, hodně se při nich zpívá. V domovech jsou pro tyto účely zřízeny samostatné kaple, popř. oltáře

na nerušeném místě. Například SeniorCentrum Humpolec disponuje kaplí sv. Mikuláše. Mše se v domovech pořádají většinou každý týden. V SeniorCentru Klamovka se střídají hned tři faráři a faráčky, aby si každý klient mohl vybrat svého duchovního.

Informace z domovů

Komunikace stojí v naší péči o klienty na prvním místě. A to nejen se samotnými klienty, ale i jejich rodinami a také s komunitou, jejíž součástí se domovy stávají. O mnoha

aktualitách informujeme na webových stránkách a pravidelně vydáváme i SeneCura Magazín, který právě čtete. Také jednotlivá SeniorCentra vydávají své časopisy, kde se dozví-

te podrobnosti o všech aktivitách daného domova. Časopisy domovů jsou také k dohledání na webových stránkách jednotlivých SeniorCenter.

Liberecké SeniorCentrum přivítalo 100. klientku

Domov pro seniory SeneCura v Liberci funguje od roku 2019. Nyní se počet jeho klientů vyhoupl na kulatou stovku. Jubilejní klientkou se stala paní Marie, která shodou okolností dříve pracovala také jako pečovatelka.

„Marie se do našeho domova těšila, protože zde má svou letitou přítelkyni. Kromě stejného křestního jména je pojí letité přátelství - jejich rodiny se vzájemně znají a tráví často společné dovolené,“ říká ředitelka domova Lucie Čechová.

A jaká má paní Marie očekávání od nového domova? Jedním z cílů je rozhodně zlepšení kondice. „Ráda bych se zapojila do pravidelného tréninku a s pomocí personálu zlepšila chůzi, která po úrazu není to, co bývala,“ říká.

Liberecké SeniorCentrum se pyšní několika „unikáty“. Klienti mohou využít například wellness koupelnu a k volnočasovým aktivitám slouží keramická pec. „Další zajímavostí je fototerapie, tedy uznávaná metoda léčení depresí, poruch spánku či zimního smutku,“ popisuje Lucie Čechová. Paní Marie a další klienti mohou využít i venkovní terasu, společenské místnosti nebo si zajít do kadeřnictví.

V rámci každodenních aktivit se pak personál soustředí nejen na život

uvnitř domova, ale také na spolupráci s okolním světem. Spolupracuje proto například s místním farářem, mateřskou školkou nebo technikou univerzitou a zapojuje se také do komunitního plánování města. „Naším cílem vždy je, aby klienti mohli nadále i přes různá omezení žít podle svých zvyklostí, aktivně a radostně,“ dodává ředitelka SeneCura SeniorCentra Liberec Lucie Čechová.

Domov byl otevřen v roce 2019 a nachází se na předměstí Liberce ve Vratislavicích nad Nisou. Výhodou je jeho dopravní dostupnost se zastávkou tramvaje přímo u domova. Navíc jej obklopuje malebné prostředí blízko přírodě s výhledem na Jizerské hory a Ještěd.





Oslavy na pražské Klamovce

V domovech SeneCura je stále co slavit

Nejhezčí chvíle v každém SeniorCentru se pojí s oslavami. Pravidelně se totiž slaví narozeniny klientů. Vedle toho život přináší i zajímavé shody okolností: Někteří klienti například slaví ve stejný den nebo se v jednom měsíci dožívají kulatých narozenin. Důvod k radosti se ale najde prakticky kdykoli, neboť si připomínáme i významné dny, třeba Mezinárodní den žen či matek.



Dvakrát 100 na Klamovce a dvakrát 90 v Chotěboři

Tak třeba na pražské Klamovce se letos slavila hned dvě stoletá výročí najednou. Stanislava Hojgrová a Marta Čiháková se narodily na jaře 2022 a tvoří vskutku unikátní dvojici. „Dámy se narodily pouze s několikadenním rozdílem, navíc k nám na Klamovku obě přišly v červnu 2016,“ vysvětluje ředitelka SeniorCentra Klamovka Petra Pipková. „Zažili jsme mnohá výročí, sto let ale slavíme poprvé v historii našeho SeniorCentra. Kromě toho, že máme velkou radost, naplňují nás tyto dny obrovskou úctou a pokorou k oběma dámám, k jejich životním příběhům a všemu, co zažily,“ dodává Petra Pipková.

A čím tráví v SeniorCentru aktuálně nejvíce času? Paní Čiháková má stále v oblíbě společnost ostatních lidí, nepohrdne žádnou aktivitou či procházkou v přírodě. Naopak paní Hojgrová spíše vyhledává svůj klid u televizních pořadů a oblíbených sladkostí. Paní Hojgrová slavila jak s ostatními klienty, tak s rodinou. Nechyběl dort, občerstvení a blahopřání od vedení domova. Martu Čihákovou, kromě neméně důstojné oslavy, zahrnula početná rodina pohlednicemi a gratulacemi.

Podobná shoda nastala také v Chotěboři, kde paní Emilie a Marie společně oslavily 90 let od narození.

Jubileum v Kolíně

Neméně krásnou příležitostí k oslavě měli v kolínském SeniorCentru. Paní Ludmila se totiž rovněž dožila úžasných 100 let. Klientkou SeniorCentra je od března letošního roku. „Nejdříve využívala odlehčovací službu, na které byla tak spokojená, že se zde rozhodla zůstat v Domově pro seniory,“ říká Hana Kiššová, sociální pracovnice kolínského domova.

Oslavy probíhaly v několika fázích, neboť paní Ludmila má rozvětvenou rodinu, s jejíž částí dokonce vyrazila z domova do restaurace. Další příjemné povinnosti pak čekaly na Ludmilu přímo v SeniorCentru, kde personál připravil hudební vystoupení.

Paní Ludmila žila celý život v Kostelci nad Černými Lesy, ze kterého také pochází. Její tatínek vlastnil hrnčířství a výrobu umělecké keramiky. Stejně jako mnoho jejích vrstevnic, i ona hned v mládí propadla tradici, ale také lásce k pohybu – cvičila v Sokolu a zpívala ve spolku Lumír. S manželem měli krásné manželství a dvě děti. Nejvíce si na svém životě cení toho, že se nikdy s nikým nepohádala a na nikoho se nehněvala. Život v SeniorCentru se jí zatím velice zamlouvá. „Líbí se jí zde zejména vzájemné pochopení, které u nás panuje, hodné sestřičky, vynikající strava a pestrost aktivit,“ vysvětluje Hana Kiššová.



Paní Ludmila s ředitelkou domova
Martou Menšíkovou



Modřice zažily diamantovou svatbu

Další příležitostí k oslavě byla v Modřicích. Jedna z klientek zde prožila diamantovou svatbu, tedy 60 let manželství. Irena Kantorová ze Vsetínska žije v SeniorCentru od loňského roku. K oslavě neuvěřitelných kulatin za ní přijel samozřejmě manžel a také syn. Setkání probíhalo ve velmi milé a dojemné atmosféře – paní Kantorová byla obdarována překrásnými pugety

i lahodnými zákusky, které dostaly přednost i před šampaňským.

„Mezilidské vztahy jsou někdy neuvěřitelná věda. Některé páry nám mohou být vzorem v tom, jak prožít radostmi i strastmi, porozuměním i polaritami. Jsme moc rádi, že právě u nás jsme mohli jeden takový pár oslavit,“ říká Martin Krňávek, regionální ředitel SeneCura.

Jedním z letošních důvodů pro oslavu v SeniorCentru v Liberci byl Mezinárodní den žen. Klienti z řad mužů dámám rozdali květiny, nedílnou součástí tohoto svátku. Do jejich čela se postavil aktivizační pracovník SeniorCentra Lukáš Pokorný.



