

SeneCura *Magazín*

Domovy pro seniory

www.senecura.cz



SeniorCentrum v Písku rozšířilo služby o Domov se zvláštním režimem

Strana 6



Rizika na internetu
Strana 9



V Hradci Králové se pyšní
novou Značkou kvality
Strana 4



Hasičská cvičení
v našich SeniorCentrech
Strana 10

Milí čtenáři,

Léto je obdobím zaslouženého odpočinku. Každoročně nás obdarovává sluncem, pestrými barvami, zelenou vegetací a teplejším počasím. Je to období, kdy si naplno můžeme užívat přírody a nasávat energii, kterou budeme opět na podzim a v zimě potřebovat. Byli bychom moc rádi, kdyby k začínající letní pohodě přispělo i první letošní vydání SeneCura Magazínu, které držíte v rukou.

První polovina roku 2023 byla pro nás opět plná aktivit, které jsou pro skupinu SeneCura tradiční. Jak víte, v našich SeniorCentrech to stále žije něčím zajímavým. Ať už jsou to tradiční gurmánské dny, canisterapie, hipoterapie nebo stále oblíbenější šití a pletení, které navíc často i pomáhá dobré věci – výrobky našich klientů mnohdy putují jako dárky, například dětem do nemocnic.

Důležitým milníkem pro nás bylo rozšíření SeniorCentra Písek o služby Domova se zvláštním režimem. V březnu jsme slavnostně otevřeli tuto moderní přístavbu s 38 lůžky, která již slouží novým klientům

Protože ve skupině SeneCura se neustále snažíme zlepšovat kvalitu naší péče a služeb, máme radost, že i v polovině letošního roku jsme získali další významné certifikace.

Rádi bychom poděkovali všem klientům, zaměstnancům a partnerům za přízeň. Těšíme se na spolupráci s vámi také v druhé polovině roku. Přejeme vám krásné léto.

Věra Husáková
provozní ředitelka

Martin Krňávek
regionální ředitel

Miloslav Klíma
regionální ředitel

Z OBSAHU

Školení

Strana 3

Kvalifikační kurz pro pracovníky v sociálních službách

Značka kvality

Strana 4

SeniorCentrum Hradec Králové získalo 4 hvězdy

Nové služby

Strana 6

V Písku od března pečují o klienty Domova se zvláštním režimem

Vzdělávání klientů

Strana 9

Byli jsme součástí projektu se zaměřením na bezpečný internet

Technologie

Strana 9

SeneCura finišuje v projektu Anume Care

Vzdělávání a HR

Strana 11

SeniorCentra SeneCura získala jako první v České republice certifikaci E-Qalin

Mezigenerační aktivity

Strana 13

Klienti se s dětmi učili pracovat na tabletech



Poděkování

MEZINÁRODNÍ DEN SESTER A PEČOVATELŮ

Světový den připomínající důležitou práci sester a ošetřovatelů patří v naší společnosti k nejdůležitějším svátkům.

Každý náš zaměstnanec se totiž podílí na výsledné kvalitní péči o naše klienty. 12. května proto každoročně děkujeme všem týmům v SeniorCentrech. Všem našim zaměstnancům od srdce děkujeme za každodenní práci a nasazení. Vážíme si vaší laskavosti, lidskosti a úcty jak směrem ke klientům, tak navzájem mezi kolegy. Každý den nám dělá obrovskou radost, když vidíme, jak skvěle funguje týmová spolupráce v jednotlivých domovech. Děkujeme moc!

V loňském roce se skupině SeneCura podařilo získat akreditaci Kvalifikačního kurzu pro pracovníky v sociálních službách (PSS) u MPSV ČR. Od letošního března se scházelo prvních 20 účastníků na lekcích v SeniorCentru Slivenec. Kurz byl završen na konci června zkouškou a certifikátem. Následně je plánováno spuštění dalšího kurzu.

Cílem kurzu je upevnit stávající znalosti, dovednosti a také získat nové podněty. Následně

i sdílet zkušenosti a posunout se tak nejen odborně dále, ale též naplnit podstatu odborné a kvalitní péče



Ocenění a certifikace

CERTIFIKOVANÝ KURZ PRO PSS

pod záštitou skupiny SeneCura. Prvního běhu kurzu v rozsahu 208 hodin, včetně 64 hodin praxe, se účastnilo celkem 20 pečovatelek z našich SeniorCenter. Jednotlivé výukové bloky, kterých je celkem 23 rozdělených do 18 dní, vedou zaměstnanci skupiny SeneCura i externí lektori. Završení kurzu proběhlo 29. června formou závěrečné zkoušky a následně předáním certifikátu. Blahopřejeme všem absolventům a těšíme se na další kurz! Děkujeme lektorům, za organizační podporu týmu SeniorCentra Slivenec a Janě Vosecké z centrály.



Česká alzheimerovská společnost udělila SeniorCentru v Praze na Klamovce certifikát Vážka, který potvrzuje kvalitu péče o klienty s demencí. Certifikace se uděluje na základě výsledků auditu v daném zařízení a platí dva roky.

„Neustále se snažíme zlepšovat naše služby. Naším cílem je, aby klient cítil fyzickou a duševní pohodu, aby byl obklopen lidmi, které má rád, a zároveň bylo pro něho prostředí dostatečně motivační a podnětné,“ říká ředitelka SeneCura SeniorCentra Klamovka Petra Pipková.



Audit je rozdělený do tří hlavních oblastí – péče, zařízení domova a personál. V každé oblasti se poté hodnotí několik konkrétních kategorií, a to se zaměřením na klienty s Alzheimerovou chorobou nebo jiným typem demence. V oblasti úrovně péče je to například důraz na lidskou důstojnost, spolupráci s rodinou či zajištění bezpečného prostředí. Dále tým auditorů analyzuje prostory pokojů a společenských místností s důrazem na dodržení všech zásad hygieny prostředí, ve kterém je zajišťována naše služba. Neméně důležité jsou zaměstnanci zařízení, u nichž hodnotitelé auditují kvalifikaci pro práci s lidmi s demencí, ale také jejich dostatečný počet.

Ocenění a certifikace

SENIORCENTRUM KLAMOVKA ZÍSKALO CERTIFIKÁT VÁŽKA

„Certifikace nám významně pomohla v utvrzení kvality naší práce. Celý proces byl pro nás také důležitou inspirací v procesu neustálého vylepšování služeb. Zároveň jsme mohli identifikovat další rizikové oblasti, které pravidelně vyhodnocujeme ve spolupráci s naším oddělením kvality,“ oceňuje Petra Pipková.

Ocenění a certifikace

V HRADCI KRÁLOVÉ SE PYŠNÍ NOVOU ZNAČKOU KVALITY

V rámci hodnocení kvality jsou posuzovány i zdánlivé maličkosti. Jsme rádi, že díky promyšlené koncepci SeneCura dbáme na detaily, které však hrají ve výsledném dojmu důležitou roli,“ říká ředitel SeniorCentra Martin Trávníček. V oblasti ubytování je to například lednice v každém pokoji, možnost využívat vlastní spotřebiče a nábytek, polohovatelná lůžka, kvalita zatemnění či regulace teploty.

Naše SeniorCentrum v Hradci Králové získalo Značku kvality od Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR (APSS). Certifikátoři hodnotí kvalitu péče, partnerství mezi klientem a personálem, stravu, ubytování či volnočasové aktivity.

Hodnotitelé v hradeckém domově SeneCura ocenili rovněž vysokou kvalitu a pestrost stravy.

Personál věnuje značnou pozornost rovněž individuální komunikaci s klienty. „Náš tým se s klienty pravidelně schází a povídají si o životě, zážitcích z minulosti i současnosti,“ popisuje Martin Trávníček a dodává, že obyvatelé mohou využít i schránku důvěry. Důraz je také na partnerství s rodinami, od nichž personál získává postřehy a zpětnou vazbu k aktivitám v domově.

APSS uděluje certifikát Značka kvality od roku 2011. Dosáhla na ni již více než stovka zařízení v České republice.



SeniorCentrum Hradec Králové je osmým domovem skupiny SeneCura se značkou kvality, držiteli jsou i zařízení v Chrudimi, Praze na Klamovce, Kolíně, Liberci, Šanově, Terezíně a Telči.



Téma

DIAGNÓZA DEMENCE NEMUSÍ BÝT ZJEVNÁ NA PRVNÍ POHLED

Společnost SeneCura letos překročila další významný milník. Od letošního března provozuje ve všech svých SeniorCentrech pobytovou sociální službu Domov se zvláštním režimem pro osoby s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence. Při této příležitosti jsme připravili článek na náročné a nepříliš známé téma – demence.

Demence je neurologické onemocnění, které postihuje paměť, poznávací schopnosti a chování člověka. Lidé s touto diagnózou se tedy mohou potýkat s problémy, jako je zapomínání, zmatenost, ztráta orientace, problémy s řečí. Postupně začínají žít v minulosti, domnívají se, že jsou nižšího věku než ve skutečnosti. I proto jsou SeniorCentra SeneCura vybavena retrokoutky s dobovým nábytkem a vybavením, kde se klienti cítí dobře.

Přes výše zmíněné projevy výše mohou lidé s demencí na první pohled působit zcela zdravě, což je velmi matoucí zejména pro blízké, další návštěvníky domovů, ale i širší veřejnost. Poruchy myšlení a vnímání se někdy projeví v podobě bludů a halucinací. Klient s demencí může mít v důsledku nemoci nerealné představy a být přesvědčen o prav-

divosti události, která se nestala. Také často zapomene, že bral léky, nebo jestli před chvílí jedl či zda snídal. Personál domova i proto podání léků či stravy vždy eviduje.

Lidé s diagnózou demence si zaslouží jednání plné respektu. Proto je personál domova školen na komunikaci a jednání s klienty s demencí. I s touto těžkou diagnózou touží být lidé stále nezávislí a cítit uznání. Pro blízké osoby je důležité zůstat trpělivý, komunikovat jasně a srozumitelně a udělat si na svého blízkého čas, jít s ním na procházku, zahrát si hru, společně si čist. Aktivity musí být důstojné a úměrné věku i možnostem. Proto jsou v SeniorCentrech SeneCura pro klienty Domova se zvláštním režimem plánovány aktivity, které podporují kognitivní funkce a příjemný pocit klienta.





Téma

SENIORCENTRUM V PÍSKU ROZŠÍŘILO SLUŽBY O DOMOV SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM

Domov pro seniory SeneCura v Písku se od letošního roku stará také o klienty s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence. Téměř celou moderní přístavbu s 38 lůžky již zabydleli noví klienti. V březnu jsme slavnostně přivítali první dva klienty – manžele Budičovy. Slavnostního setkání se zúčastnili zástupci vedení skupiny SeneCura i města Písek.

SeniorCentrum v Písku doposud nabízelo službu Domov pro seniory s kapacitou 103 lůžek, nově se celková kapacita zvýšila na 141 míst. Díky moderní přístavbě vznikla v přízemí nová velká jídelna a ve dvou nadzemních podlažích celkem dvě domácnosti, kdy společný prostor obývá určitá skupina klientů, kteří se navzájem znají. „Každá domácnost má 14 jednolůžkových a dvoulůžkových pokojů, ale také vlastní sesternu. Na obou

patrech jsou rodinné pokoje pro příbuzné klientů v paliativní péči,“ říká ředitelka SeniorCentra Písek Jaroslava Kučerová.

Služba Domov se zvláštním režimem (DZR) je určena klientům, pro které je kvůli Alzheimerově chorobě nebo jinému typu demence nemožný pobyt v domácím prostředí. Zařízení jim může poskytnout veškerou sociální i zdravotní podporu, kterou jejich stav vyžaduje.

Písecký domov se nachází na místě bývalých píseckých Otavských kasáren, v blízkosti řeky Otavy i centra města. „Klienti u nás mají k dispozici vybavení pro různé formy rehabilitace, terapie, masáže či cvičení. Součástí péče je široká paleta aktivit, díky nimž klienti mohou aktivně využívat volný čas – od tvořivých činností až po nejrůznější společenské události,“ dodává Jaroslava Kučerová.



Modernizace

SENIORCENTRUM ŠANOV PROŠLO DALŠÍ FÁZÍ MODERNIZACE



V září loňského roku jsme v Šanově zahájili druhou etapu rekonstrukce SeniorCentra Šanov. Během prací vznikla nová recepce a kanceláře pro zaměstnance. To nejpodstatnější jsou však vylepšení pro naše klienty – přibýlo kadeřnictví a rodinný pokoj, který slouží příbuzným klientů v paliativní péči. Nově byla vybudována také místnost pro poslední rozloučení.

V první fázi SeniorCentrum Šanov prošlo rekonstrukcí, která zahrnovala vytvoření moderní kuchyně,

prádelny a jídelny. Také jsme propojili tři budovy SeniorCentra jedním koridorem. Díky tomuto spojení

jsme zajistili větší pohodlí a možnosti volnočasových aktivit pro klienty i zaměstnance.

Neustálá zlepšování ve všech oblastech péče o naše klienty jsou nám vlastní a ve skupině SeneCura bychom bez nich ani nemohli pracovat. Některá z nich jsou sofistikovaná, jako například využití Snoezelenu, jiná naopak překvapí svou jednoduchostí.

Inovace

POJÍZDNÁ KUCHYŇKA V TELČI



Patří mezi ně také nová pojízdna kuchyň, kterou nechali vytvořit na míru v SeniorCentru Telč. Klienti díky ní mají možnost vaření a pečení oblíbených pokrmů přímo ve své domácnosti.

„Kuchyň jsme pojali v moderním a praktickém designu, takže skvěle zapadá do našeho domova. Vybavení tvoří trouba, indukční deska, několik zásuvek a samozřejmě prostorná pracovní plocha,” říká ředitelka SeniorCentra Telč Marika Krejčí.

A co se připravovalo v kuchyňce během její premiéry? Pro klienty byla jasnou volbou bábovka, takže vyzkoušeli hlavně troubu. Výsledek byl samozřejmě vynikající.



Rehabilitace Rakousko

OPTIMAMED WIESING

První malí pacienti na rehabilitačním oddělení pro děti a mládež OptimaMed ve Wiesingu.

Součástí skupiny SeneCura je rovněž rakouská dceřiná společnost OptimaMed, provozující rehabilitační a lázeňská centra. OptimaMed letos otevřela ve Wiesingu nové rehabilitační oddělení zaměřené na děti a mládež. Na nové klinice v Tyrolsku je tak k dispozici 22 míst pro mobilizační rehabilitaci a 15 míst pro psychosociální rehabilitaci, kromě toho je zde k dispozici 22 míst pro doprovázející osoby. Rehabili-

tační centrum OptimaMed Wiesing pokrývá svou nabídkou region Západ a je významným doplňkem již existujícího dětského rehabilitačního centra OptimaMed ve štyrském Wildbadu.

Skupina SeneCura v roce 2022 otevřela první vlastní rehabilitační zařízení. Nyní, po více než roce provozu, můžeme říci, že jsme v novém segmentu byli úspěšní, neboť rehabilitační centrum přispělo k fyzickému zdraví řady klientů.



Centrum se nachází v moderních prostorách v Papírnické ulici a nabízí především pomoc při léčbě bolestivých stavů – od klasických fyzioterapeutických metod až po alternativní postupy, jako je akupunktura či fyziologická regulační medicína.

„V našem portfoliu služeb nově nabízíme také vysokoenergetickou indukční terapii s přístrojem emFieldPro. Metoda je obzvláště přínosná jako podpora při léčbě faktur, zlepšuje prokrvení, stimuluje svalové tkáně a obecně pomáhá jako terapie bolesti,“ říká Ivana Šlaisová, ředitelka SeneCura Rehabilitace Plzeň.

Rehabilitace Plzeň

PRVNÍ ROK PROVOZU

Mezi další služby patří elektroléčba, magnetoterapie, aplikace MD injekcí, radiofrekvenční terapie, terapie ultrazvukem či laserterapie. „První rok nám ukázal, že v tomto oboru můžeme klientům nabídnout služby vysoké kvality. Odráží se to především v zájmu a vytíženosti centra, která nás pozitivně překvapily,“ hodnotí regionální ředitel SeneCura Miloslav Klíma.



Projekty

RIZIKA NA INTERNETU

Rizika na internetu číhají i na seniory. Nový projekt jim pomáhá je rozeznat.

Díky evropskému projektu ICT4Elders vznikly výukové materiály pro seniory ve 4 jazycích. Cílem je především zprostředkovat starším osobám pravidla bezpečného zacházení s moderními technologiemi a chování na internetu.

„Na projektu jsme spolupracovali s partnery z ČR, ale také z Německa



a Řecka. Výsledkem je webová stránka www.ict4elders.eu, kde lze najít množství podkladů, včetně online modulů k jednotlivým tématům. V dubnu jsme program ukončili závěrečným projektovým setkáním,” říká provozní ředitelka SeneCura Věra Husáková.

Kurzy jsou rozdělené do 3 modulů. První lekce seznamují seniory se základními informacemi o technickém vybavení v oblasti výpočetní techniky. V dalších modulech se poté mohou seznámit s tématy, která souvisí s bezpečností. „Klienti mohou zjistit, jak například bezpečně používat internetové bankovníctví, platit kartou či spolehlivě nakupovat online,” popisuje Věra Husáková.

Důležitou kapitolou jsou pak jevy, s nimiž se setkáváme až v posledních letech – falešné zprávy na internetu, tzv. fake news nebo pojmy phishing a spam. Zatímco v případě fake news jde o prosazování politického či jiného názoru skrze dezinformace, například phishing může být nebezpečným nástrojem podvodu či krádeže osobních údajů.

Kromě možnosti sledovat kurzy online proběhla i dvě školení fyzicky v SeneCura SeniorCentru Klamovka v Praze. Klienty s tématy seznámil lektor organizace Život Plus, z. ú. Oškolení byl neobvyklý zájem a zpětná vazba od klientů byla jen pozitivní.



SeniorCentra v Hradci Králové, Praze-Slivenici, Praze-Klamovce a v Kolíně byla součástí projektu Univerzity v Hradci Králové Smart-Care. Testovací fáze projektu bude v letošním roce zdárně ukončena.

V rámci výzkumu se vědci snaží odhalit včas zdravotní potíže klientů. Jedním z nástrojů se staly chytré podložky Anume Care. Ty se umísťují pod matrace, disponují multifunkčními čidly a umožňují vzdálené bezdotykové

Projekty

V SENIORCENTRECH POMÁHALY V PÉČI I CHYTRÉ PODLOŽKY ANUME CARE

sledování zdravotního stavu dohlížené osoby, jejího pobytu na lůžku a případné změny polohy.



Bezpečnost

HASIČSKÁ CVIČENÍ V UPLYNULÉM POLOLETÍ

Hasičská cvičení se uskutečnila v letošním roce v Havířově, Liberci a Olomouci. Loňský rok také v Chotěboři a v Hradci Králové. Další preventivní zásahy jsou pečlivě plánovány a není výjimkou, že se taková akce domlouvá až rok předem. „Díky zkoušce se prověřuje funkčnost protipožárního systému, akceschopnost jednotek v případě

požáru a taktické postupy při zásahu,“ říká ředitel SeneCura Senior-Centra Chotěboř Jan Špidlen, který je zároveň členem hasičského sboru.

V Chrudimi se pak na bezpečnost zaměřila přednáška místních hasičů. V ní představili svou práci, předvedli uniformy a poskytli užitečné informace pro klienty ohledně prevence požárů a správného jednání v případě krizové situace. Mezi klienty

jsou rovněž dobrovolní hasiči, kteří se aktivně zapojili do přednášky a přispěli svými vlastními zkušenostmi. Bylo to skvělé propojení mezi staršími členy hasičského sboru a těmi, kteří jsou v aktivní službě.

Naším společným cílem je zvýšení bezpečnosti jak klientů, tak personálu domova a snižování rizika vzniku nenadálé situace požáru.



V průběhu léta 2022 se v souvislosti s energetickou krizí začalo diskutovat o možnosti dlouhodobého plošného výpadku elektrické energie. Takový stav by samozřejmě podstatným způsobem ovlivnil i provoz domovů pro seniory, a proto provozní tým SeneCura pracoval na preventivních opatřeních.

Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR vydala pro tento případ speciální metodickou příručku, na jejímž vzniku se podílel s dalšími autory i Facility Manager skupiny SeneCura Tomáš Černický.

„V rámci APSS byla zřízena zvláštní pracovní skupina v čele s prezidentem APSS Jiřím Horeckým. Nejprve jsem rešeršovali podobné dokumenty, které se používají např. v Německu. V rámci

Bezpečnost

PŘÍRUČKA BLACKOUT

ci rešerše a analýzy byly zjišťovány také místní podmínky u jednotlivých dodavatelů nejen elektrické energie, ale také vody, plynu a centrálního topení a také telekomunikační sítě. Na základě těchto informací byla zpracována podrobná metodika, pro všechny oblasti provozu pobytových sociálních služeb jako je stravování, hygiena, nebo spolupráce se složkami IZS,“ uvedl Tomáš Černický.

Vzdělávání a HR

NOVINKY VE VZDĚLÁVÁNÍ A WORKSHOPY

V uplynulém půlroce podnikla SeneCura další kroky pro rozvoj zaměstnanců. Tým sestavený z provozu, HR a kvality připravil kompetenční model pro všechny pracovníky. Tento katalog vzdělávání přinesl mnoho výhod, které pomohou posunout profesní schopnosti zaměstnanců na vyšší úroveň.



Kompetenční model počítá s tříletým rozvojovým plánem pro každou z pozic v SeniorCentrech. Kromě



toho jsme rozšířili výukové materiály pro pracovníky v sociálních službách a v úklidu o videa s postupy, díky nimž můžeme společně zajistit kvalitu péče o naše klienty.

Nové znalosti si navzájem předáváme na pravidelných setkáních. Od ledna 2023 se v rámci tzv. workshopů opakovaně setkali ředitelé, vrchní sestry, sociální pracovnice, asistentky

i správci domovů. Tyto workshopy umožnily výměnu zkušeností mezi domovy, sjednocení některých postupů a opět vylepšit přístup k péči o naše klienty.

Vzdělávání zaměstnanců se stalo silnou součástí naší firemní kultury. Investování do profesního rozvoje našich zaměstnanců nám umožňuje neustálé zlepšování kvality péče.

SeniorCentra Chrudim, Liberec, Olomouc a Terezín získala certifikaci E-Qalin, evropský interní model měření kvality v sociálních službách. V květnu se k certifikovaným zařízením přidalo také SeniorCentrum Telč.

Ředitelka SeniorCentra Telč Marika Krejčí přiblížila konkrétní vliv na chod domova: „Do přípravy na certifikaci se v rámci pracovní skupiny zapojilo velké množství zaměstnanců z vlastní iniciativy, čehož si velmi vážím. Přínos vidíme zejména v interních procesech a v komunikaci. Díky E-Qalinu jsme se mohli podívat na naše procesy

detailně z pohledu klientů, zaměstnanců, rodiny, vedení i okolí. Náměty ke zlepšení jsme ihned začali aplikovat a už vidíme první výsledky.“

Klíčový náhled E-Qalinu je spokojenost všech zájmových skupin. Pracovní skupiny sestavené z vedení a zaměstnanců domova pak využívají metodu sebehodnocení, což má nespornou výhodu v tom, že probouzí vnitřní motivaci zúčastněných a díky tomu se může celý tým neustále zlepšovat, což má samozřejmě vliv na zvyšující se kvalitu péče.

Vzdělávání a HR

ZÍSKALI JSME CERTIFIKACI E-QALIN JAKO PRVNÍ V ČR

Aktuálně na získání E-Qalinu pracují i ostatní SeniorCentra SeneCura. Do konce roku 2024 by se tímto certifikátem měly dle plánu pyšnit všechny domovy skupiny v České republice.



Pracovníci v sociálních službách, tedy pečovatelky a pečovatelé, v SeniorCentrech SeneCura procházejí od prvního dne postupným zaškolením do profese. Cílem je sjednotit postupy a zajistit kvalitu péče pro všechny klienty.

V prvních dnech provádějí pracovníci postupy nového pracovníka mentoři z řad kolegů v péči. Získané zkušenosti po pár týdnech upevňují v rámci kurzu Poprvé u lůžka. Za první pololetí roku

2023 se uskutečnilo 11 těchto kurzů po celé republice. Každé setkání má teoretickou část, kdy Expert péče skupiny SeneCura Renata Pešavová předává důležité informace týkající se péče účastníkům.



Vzdělávání a HR

POPRVÉ U LŮŽKA

Klíčové je také přiblížit účastníkům teorii proměny stáří a onemocnění demence, aby si dali do souvislosti možné situace při komunikaci s klientem nejen v péči. Důležité téma je také prevence syndromu vyhoření a nevhodného chování či zacházení.

Druhá část se věnuje praktické stránce profese pečovatele a probíhá formou názorných ukázek. „Každý z našich pečovatelek a pečovatelů si díky kurzu Poprvé u lůžka vyzkouší péči z pohledu klienta. To znamená, že si navzájem dopomohou s jídlem nebo uloží na lůžko pomocí elektrického zvedáku. Zkouší si také polohování, výměnu inkontinenční pomůcky, hygienickou dezinfekci rukou a celkově manipulaci s imobilním klientem na lůžku,“ říká Renata Pešavová. Díky praktickým ukázkám získají noví pečovatelé cenné zkušenosti, které ihned využijí v praxi.

NOVÍ LIDÉ VE SKUPINĚ SENECURA



Hana Máchová

ředitelka SeniorCentra Kolín

Do funkce ředitelky našeho moderního SeniorCentra v Kolíně nastupuji poté, co jsem získala více než 20 let zkušeností v bankovníctví, managementu a obchodu. Měla jsem možnost podílet se na přípravě produktových kampaní, implementaci produktů a procesů do praxe a budování vztahů s významnými klienty v oblasti financí.

O oblast sociální péče jsem se v minulosti zajímala stále více a možná i proto jsem ráda přijala tuto profesní výzvu. Zatím mohu říci, že jsem ani na chvíli nelitovala.

Mohu se učit novým věcem jak na poli legislativním, tak i praktickém. Život a procesy v domově obohacují mě a já doufám, že naopak mohu obohatit ostatní.

V našem SeniorCentru mě nejvíce těší malé důkazy toho, že odvádíme kvalitní práci – například když k nám přijdou rodiny klientů a ocení čistotu Domova, spokojenost klienta, či kvalitu stravování. Nebo když vidíme, jak se díky fyzioterapii zlepšuje fyzická i psychická kondice klientů. Za vším samozřejmě stojí náš tým. Je mi ctí, že moji nejbližší spolupracovníci jsou profesionálové, partáci, na které se mohu spolehnout.



Programy SeneCura

DO MEZIGENERAČNÍCH AKTIVIT JSME ZAPOJILI TABLETY I LEGO

Mezigenerační setkávání v SeniorCentru Štěrboholy obohatila nová společná aktivita – barevné kostky Lego se totiž staly pomůckou pro cvičení paměti a motoriky. Klienti SeniorCentra v Havířově se zase od dětí přiučili práci s tablety.

„Za našimi klienty chodí děti z Mateřské školy Dolní Měcholupy, s níž spolupracujeme více než dva roky,“ říká Věra Kolářová, aktivizační pracovnice SeneCura SeniorCentra Štěrboholy. Domov získal stavebnici darem díky projektu Nadačního fondu Ninin sen, podpoře společnosti LEGO a organizace Mezi námi. Ta se v Česku věnuje propojování generací na úrovni celé republiky.

Jemnou motoriku si procvičili také klienti SeniorCentra v Chrudimi, za kterými si přišly stavět lego děti z Mateřské školy U Stadionu.

Havířovský domov SeneCura spolupracuje se ZŠ Moravská. Její žáci si přinesli v rámci jedné ze společných aktivit tablety, na nichž klientům ukázali práci s internetem a ovládání jednotlivých aplikací díky dotykové obrazovce. Klienti měli možnost

vyzkoušet si například mapové aplikace, kde si našli své bydliště nebo další místa významná pro jejich život. A protože do tabletu lze stáhnout celou řadu dalších aplikací, zkusili si i ty, jež jsou přínosné pro mladší i starší ročníky. Byly to třeba postřehové a naučné hry, u nichž ovládání probíhá jednoduchými pohyby prstů. V neposlední řadě lze na tabletu procvičit i kreativitu v malování.





Programy SeneCura

VEČEŘE PŘI SVÍČKÁCH

Večeře při svíčkách pomáhají udržet rodinná pouta a přinášejí do domovů romantiku.

Stejně jako ostatní domovy SeneCura, i SeniorCentra v Modřicích, Olomouci a Praze-Klamovce uspořádala v jarních měsících Večeře při svíčkách. Klienti se znovu ocitli v roli hostitele a v atmosféře luxusní restaurace si společně se svými blízkými pochutnali na několikachodovém menu.

Pro většinu klientů je návštěva běžné restaurace náročnou aktivitou. „Večeře při svíčkách proto do jejich životů přináší možnost znovu prožít tuto společenskou událost,“ říká soci-

ální pracovnice domova v Modřicích Irena Šenkapoulová.

Každý klient má možnost pozvat si hosty jednou ročně, při svíčkách se tedy stoluje hned několikrát za rok. „Naposledy jsme připravovali tuto událost pro 8 klientů a jejich 16 hostů,“ říká šéfkuchař SeniorCentra Olomouc Martin Závodný.

Událost připomíná reálnou návštěvu luxusní restaurace – od výzdoby až po gurmánské menu. To je společné pro všechny domovy skupiny

SeneCura v Česku. Šéfkuchař Michal Novák a jeho tým v SeniorCentru Modřice proto připravili kachní rillettes s marmeládou z červené cibule jako předkrm, dále polévku – jemný celero-vý krém s vlašskými ořechy, praženou anglickou slaninou, krutony a petrželkou. Hlavní chod tvořila vepřová panenka Sous-vide se smetanovými žampiony, gratinovanými brambory a rozmarýnovým demi glace. A sladkou tečkou večera byl dezert ve formě jablečného koláče z křehkého těsta. K večeři přirozeně patří i kvalitní vína.





Aktivizace

INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE – SYMBOL KVALITY PÉČE SENECURA

„V případě imobilních klientů jsou omezené některé běžné aktivity. Tato ztráta pohybové schopnosti může mít negativní dopad na fyzické i duševní zdraví. Omezení pohybu často vede k pocitu izolace, deprese a zhoršení celkové životní spokojenosti,“ říká ředitel olomouckého SeniorCentra Vítězslav Rychlý.

V Olomouci využívají při individuálních aktivitách především

V životě se každý můžeme dostat do situace, kdy pro nás není možné pracovat, sportovat či zkrátka dělat vše tak, jak jsme byli zvyklí. I proto se v našich SeniorCentrech pečlivě věnujeme klientům, kteří se nemohou účastnit některých aktivit.

relaxační a terapeutickou metodu Snoezelen, která je v SeniorCentrech SeneCura velice oblíbená. Díky přenosnému zařízení, které navozuje relaxační světelné efekty, lze Snoezelen realizovat i v pokoji klienta.

Stále častější využití nachází také aromaterapie, muzikoterapie či bazální stimulace. Stejně jako v ostatních SeniorCentrech, ani v Olomouci nechybí zvířecí přátelé – konkrétně dva králíci Kája a Ferda. Všechny tyto aktivity lze realizovat jak ve společných prostorách, tak v pokojích imobilních klientů.

Oblíbenou součástí individuální aktivizace je i četba. „Momentálně čteme z knihy Slepíci polévka pro duši – Sladká šťáva z kyselých citronů – příběhy obyčejných lidí, kteří zažili něco neobyčejného. Tyto příběhy čteme a postupně potom s klientem rozebíráme, jestli někdy zažili něco podobného nebo jak by se v takové situaci zachovali oni,“ říká u Petra Podlasová, sociální pracovnice. „Dále se s klienty věnujeme motomedu, kde procvičujeme horní i dolní končetiny. Někdy v rámci individuálních aktivit stačí být klientovi na blízku, držet ho za ruku a povídat si s ním,“ dodává.

Hudba může pomoci vyjádřit a vybavit si různé emoce. Poslech hudby, která rezonuje s našimi pocity, může uvolnit napětí, snížit úzkost a zmírnit stres. Právě na těchto předpokladech je postavena muzikoterapie, která je součástí aktivizací v SeniorCentrech SeneCura.



Sociální a aktivizační pracovník SeneCura SeniorCentra Plzeň Jakub Hozák vymyslel pravidelné hudební setkání prakticky náhodou – při výrobě velikonočních výzdob. Postupně se ze zpěvu stala pravidelná aktivita, která si našla místo v týdenním plánu aktivit domova.

V repertoáru jsou přitom kromě lidových písní třeba skladby z českých pohádek. A protože většinou se zpívá bez textu, pojal Jakub Ho-

Aktivizace

SPOLEČNĚ SI ZPÍVÁJÍ LIDOVKY I AMERICKOU HYMNU

zák aktivitu i jako trénink paměti. „Pokud s klienty nezpívám, věnuji se jim v rámci ostatních aktivit, jako je univerzita třetího věku, tematické přednášky, předčítání a další,“ uzavírá Jakub Hozák.



Aktivizace

101 LET I KAMENNÁ SVATBA OSLAVILI JSME UNIKÁTNÍ JUBILEA

V SeniorCentrech v Hradci Králové a v Praze-Klamovce klienti oslavili krásná výročí: Manželé Růžena a Radomil Krylovi v Hradci Králové kráčí životem spolu již 65 let a oslavili tak „kamennou svatbu“.

Pár se dočkal důstojné oslavy. A to jak v úzkém kruhu rodiny, tak s dalšími obyvateli domova. „Krylovi od nás dostali přání, květinu ozdobenou srdíčky, bonboniéru, chlebičky a zákusky. Dále si od nás vyslechli upřímné gratulace a vlídná slova do dalších let,“ popisuje sociální pracovnice Tereza Musilová. Personál od manželů pak dostal děkovný dopis.

A co stojí za tím, že jejich vztah zůstal více než 65 let pevný jak kámen? „Z rozhovorů s nimi víme, že navzájem si jeden druhého cení.

Paní Krylová na svém muži má ráda, že jí během celého života pomáhal ve všem, co bylo potřeba. A pan Kryl na své ženě oceňuje především obětavost a trpělivost,“ říká Tereza Musilová.

V Praze na Klamovce měli radost hned dvojnásobnou: Stanislava Hojgrová a Marta Čiháková se narodily v roce 1922 a oslavily tak 101. narozeniny.

„Minulý rok jsme si pochvalovali, že jsme mohli oslavit poprvé v historii našeho domova 100. narozeniny.

Navíc byly dvojité. Letos jsme tedy zaznamenali další milník,“ říká ředitelka SeniorCentra Klamovka Petra Pipková a dodává, že ještě větší radost má přirozeně z vitality, které se obě dámy těší.

Oslavy narozenin se nezúčastnily jen rodiny, poblahopřát přišla i starostka městské části Praha 1 Terezie Rodoměřská. Ta předala pamětní list a provedla slavnostní zápis do kroniky. Květiny a šlehačkový dort pak klientkám předala ředitelka Petra Pipková, která pronesla i slavnostní přání.



Aktivizace

PSÍ KUSY, PAPOUŠCI I HADI: ZOOTERAPII SI OBLÍBILI KLIENTI NAPŘÍČ VŠEMI SENIORCENTRY

„Psi procházejí speciálním výcvikem, v němž se simulují různé potenciální situace – například tzv. Polohování. To je metoda využívající tělesnou teplotu psa, která je o jeden stupeň vyšší než u člověka. Působením tepla dochází k uvolňování svalstva a k lepšímu prokrvení,“ říká Veronika Syrotiuková z Animal Therapy.

Canisterapie, tedy léčebné působení kontaktu se psy, je jednou z klíčových aktivit, kterou realizují v SeniorCentru v Liberci. Dlouhodobě ji zajišťuje spolek Animal Therapy, konkrétně dva terapeutické týmy, které mají canisterapeutické zkoušky.

Většinou se jedná o zcela přirozený kontakt se zvířetem – oblíbené je hlazení psů a odměňování různými pamlsky. Psi také aportují, provádějí neverbální povely klientů, případně řeší „psí hlavolamy“ – tedy dřevěné hračky, v nichž je opět ukrytá chutná odměna.

Bez psích miláčků nemohou být ani v Modřicích. „Každé dva týdny nás navštěvují psí kamarádi – Blueberry, Azu a Jack. S jejich majiteli spolupracujeme již několik let,“ říká Irena Šenkapoulová, sociální pracovnice. Psi doprovází Radek Karásek z neziskové organizace Cantes Brno. Během aktivity většinou psi projdou celým domovem, kde si velmi rychle

získávají pozornost klientů. Zvířata totiž reagují na pokyny svých majitelů a předvádějí tak doslova psí kusy.

V SeniorCentru ve Slivenci pak měla úspěch přednáška o životě papoušků, se kterou vystoupila zkušená chovatelka Marcela Barborík. Klienti získali řadu zajímavých informací, ale také si mohli papoušky pohladit a mít papouška na ruce či rameni. Klienti ve Slivenci se však nebojí ani hadů či ježků. Zajímavé povídání si pro ně připravil spolek Zvěřinec na statku a odvážlivci si mohli vyzkoušet i hada omotaného kolem krku.





Programy SeneCura

DÍKY GURMÁNSKÝM DNŮM JSME SI PŘIBLÍŽILI DŮLEŽITÉ TRADICE

Jako každý rok, i letos pokračujeme v oblíbených gurmánských týdnech. Zaměřili jsme se však více na tradice a zvyky. V Telči si tak například klienti připomněli zabijačkové hody.

Klienty přivítala ve společenské místnosti ředitelka domova Marika Krejčí a představila program plánovaného dne. Jedním z bodů programu bylo hudební vystoupení talentované harmonikářky, která svým lidovým repertoárem klienty příjemně naladila. Odpoledne si pak hosté užili pěvecké vystoupení Klubu seniorek a na „inspekci“ se zastavil také starosta Telče Vladimír Brtník.

A co obsahovalo zabijačkové menu? Na stolech bylo bohatě připravené občerstvení v podobě škvarkového chleba, klobásek a dalších pochoutek, včetně ovaru a jitrnic.

V podobném duchu se nesly hody také v SeniorCentru Kolín, kde si však navíc upekli šátečky z listového těsta – to aby měli co zakousnutí, než bude hotový ovar. Pan řezník pak před zraky klientů připravil ovar, jitrnice a tlačenko. Vše připravoval před klienty. Společně jsme přitom vzpomínali na to, jak zabijačky probíhaly u nich.

Na exotické destinace jsme však rozhodně nezapomněli. Na zcela opačný „konec světa“ se proto podí-

vali klienti SeniorCentra v Chotěboři, pro které personál připravil thajské a vietnamské dny.

„Někteří klienti poprvé ochutnali smažené krevety, jarní závitky, thajskou sladkokyselou omáčku či pravý vietnamský čaj,“ popisuje sociální pracovnice SeniorCentra Chotěboř Jiřina

Léblová. Gurmánský týden se promítl také do aktivit SeniorCentra Humpolec. „Vyrobili jsme si tematické vlaječky, pustili jsme si zajímavé promítání s informacemi a k tomu jsme si pochutnali na jarních závitcích,“ přiblížila vedoucí aktivizační pracovnice SeniorCentra Humpolec Štěpánka Zítková.





Programy SeneCura

DÍKY ROČNÍMU PŘÁNÍ SE KLIENTI SETKALI I SE SUPERSTAR

V Terezíně se splnilo přání hned 4 klientkám současně. Shodly se totiž, že velkou radost by měly z posezení v restauraci u dobrého jídla a točeného piva. Tým SeniorCentra proto zajistil výlet do Biskup-

Individuální přístup ke klientům realizují týmy v SeniorCentrech i prostřednictvím programu Roční přání. Jednou za rok překvapí naši zaměstnanci každého klienta dárkem ať už hmotným, třeba v podobě oblíbeného parfému, nebo rovnou speciálním zážitkem.

ského pivovaru v Litoměřicích, který produkuje prémiová piva. Není proto divu, že se dámám přání splnilo bez jediné chyby – kromě „řezaného“ si pochutnaly i na tatarském bifteku.

Klientce havířovského SeniorCentra Kamile Fridriškové se splnilo přání setkat se s oblíbenou zpěvačkou a Superstar Terezou Maškovou.

V prosinci 2022 nejprve zavítala na její koncert a letos za ní Tereza osobně přijela na návštěvu.

„Nápad na toto milé překvapení přišel od naší kolegyně Anety. Vzpomněla si totiž, že po prosincovém vystoupení Terezy Maškové nebyl čas na delší setkání,“ říká aktivizační pracovnice SeneCura SeniorCentra Havířov Dagmar Puščáková. Paní Fridrišková navíc Tereze věnovala od srdce napsanou báseň. „Tereza nakonec zazpívala všem klientům v naší společenské místnosti a opět si tak rozšířila počet fanoušků,“ dodává Dagmar Puščáková.

V SeniorCentru Havířov splnili přání také paní Evě Wojaczkové, bývalé sólistce Národního divadla moravskoslezského v Ostravě. Ta si přála poslechnout si živě svého žáka Adama Grygara. A protože v našich domovech se přání plní nejen o Vánocích, Adam vystoupil za doprovodu klavíristky Regíny Bednaříkové přímo v SeniorCentru.



