

SeneCura *Magazín*

Domovy pro seniory

www.senecura.cz



GRATULUJEME

Hana Prchalová ve finále soutěže Sestra roku



Značka kvality
strana 3



SeneCura Award
strana 4



Zahradní slavnosti
strana 11

Milí čtenáři,

jsme rádi, že vám můžeme přinést letošní druhé vydání SeneCura Magazínu. Najdete v něm tradičně zajímavé informace z naší společnosti a krásné příběhy a momenty ze života klientů v našich SeniorCentrech SeneCura.

Uvědomujeme si, že nejdůležitějším stavebním kamenem kvality péče jsou naši zaměstnanci, jejich průběžné a cílené vzdělávání a oceňování. Proto se v aktuálním čísle dočtete, co v tomto směru pro naše zaměstnance děláme a kdo z našich kolegů vyhrál SeneCura Award 2023. Letošní podzim byl pro SeneCura bohatý i na získaná ocenění a certifikace – další naše SeniorCentra získala Značku kvality a certifikaci Equalin. Představíme vám také kolegyni, která obsadila 3. místo v celostátní soutěži Sestra roku. V druhé části Magazínu vám přinášíme ohlédnutí za aktivitami s našimi klienty, které již neodmyslitelně patří k životu v našich domovech.

Nový rok 2024 už klepe na dveře, a proto bychom vám všem, našim klientům, jejich rodinám, zaměstnancům, partnerům, představitelům státní správy a samosprávy, chtěli poděkovat za spolupráci v rámci celého letošního roku. Ze srdce vám přejeme hodně zdraví a láskyplné klidné Vánoce, strávené v kruhu vašich nejbližších.



Věra Husáková
provozní ředitelka



Martin Krňávek
regionální ředitel



Miloslav Klíma
regionální ředitel

Z OBSAHU

SeneCura Award Ocenili jsme výjimečné zaměstnance	Strana 4
Sestra roku Naše Hana Prchalová ve finále soutěže	Strana 5
Noví lidé v SeneCura Vítáme nové kolegy	Strana 7
Kurz pro pracovníky v sociálních službách Rozhovor s absolventkami	Strana 9
Zahradní slavnosti V létě jsme přivítali stovky hostů	Strana 11
Mezigenerační spolupráce Spolupracujeme se školami a školkami	Strana 14
Narozeniny a výročí V SeniorCentrech je stále co slavit	Strana 16
Podzimní tvoření Zábava i trénink motoriky	Strana 20

SeneCura Magazín

Vydává: SeneCura, s. r. o., Ke Smíchovu 1144/144, 154 00 Praha 5, Česká republika, IČO 24677035.

Náměty a připomínky lze posílat na e-mail: m.koprivova@senecura.cz.

Vychází 2x ročně v České republice. Cena: zdarma. Náklad: 2 000 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



Značka kvality

DALŠÍ TŘI SENIORCENTRA SENEcura SE PYŠNÍ ZNAČKOU KVALITY

Naše SeniorCentra SeneCura v Olomouci, Praze a Hradci Králové slavnostně převzala na začátku října prestižní Značku kvality od Asociace poskytovatelů sociální péče. V Praze na Klamovce se tým pod vedením Petry Pipkové může pyšnit pěti hvězdami, což je nejvyšší možné ocenění, které po 3 letech obhájili. SeniorCentra v Hradci Králové a Olomouci pak získala krásné čtyřhvězdičkové hodnocení. Přidala se tak k našim domovům, které již značku kvality obdržely v minulosti – Liberec, Terezín, Chrudim, Kolín, Písek, Telč. Nutno podotknout, že letos se značka předávala pouze pěti zařazením za celou Českou republiku, z toho právě 3 byla naše.



„Díky našim týmům se podařilo opět pozvednout dobré jméno značky SeneCura v oboru. Všem upřímně děkuji za jejich práci, úsilí a obětavost, se kterou se o klienty starají. Jsem o to více hrdá, že toto hodnocení kvality udělují právě samotní klienti,“ říká provozní ředitelka skupiny SeneCura Věra Husáková.

Značka kvality vznikla s cílem poskytnout potenciálním klientům a jejich rodinám nezávislé hodnocení, podle kterého se mohou řídit a rozhodovat při výběru zařízení. Hodnotitelé se proto zaměřují na vše, co souvisí s pobytem v Seni-

orCentru – od ubytování přes stravu až po nabízené aktivity.

Během slavnostního večera si **14 z našich ředitelů převzalo Evropský Certifikát manažera sociálních služeb** za úspěšné absolvování tohoto programu. 200hodinový kurz se v šesti modulech zaměřuje na nejdůležitější aspekty sociální práce pohledem manažera – od právního minima přes řízení lidských zdrojů a ekonomiky až po etiku.

Všem upřímně děkujeme a blahopřejeme!

Co je Značka kvality?

Cílem Značky kvality v sociálních službách je poskytnout klientům sociálních služeb, ale také jejich rodinným příslušníkům jednoznačnou informaci o tom, jakou kvalitu mohou od využití dané sociální služby očekávat. **Jde o jednoduchý systém externí certifikace** těchto zařízení, který je založen na tzv. **udělování hvězd**. V praxi tak již při vstupu do domova pro seniory uvidí, jak jeho nový uživatel, tak případně i jeho rodina, zda jde např. o dvouhvězdičkové nebo pětihvězdičkové zařízení. Značka kvality v sociálních službách jako nástroj a měřítko kvality je zcela běžná v mnoha západoevropských zemích. **Zjistit, zda dané zařízení má Značku kvality, můžete na stránkách www.znackakvality.info.**



CENÍME SI VÝJIMEČNÝCH ZAMĚSTNANCŮ

SENECURA AWARD 2023 ZNÁ SVÉ VÍTĚZE

SeneCura Award je ocenění, které jsme už třetím rokem udělovali našim zaměstnancům za neobvyklé individuální úsilí a přínos nad rámec jejich pracovní náplně. Tři vítěze z osmnácti nominovaných zaměstnanců ze všech domovů a z centrály vybrala na začátku října porota, v níž zasedli provozní ředitelka Věra Husáková, finanční ředitelka Lenka Horňáková, regionální ředitelé Martin Krňávek a Miloslav Klíma a HR Development Jana Klindery.



Kateřina Dubská
SeniorCentrum Písek



Dagmar Veletová
SeniorCentrum
Humpolec



Michal Novák
SeniorCentrum
Modřice

Letošní ročník SeneCura Award **vyhrála Kateřina Dubská, vrchní sestra SeniorCentra Písek**, a získala tak pobyt pro dvě osoby v hodnotě 20 000 Kč. Její zásluha se těžko popisuje slovy, neboť zachránila život své kolegyni po kolapsu u vchodových dveří domova. Podle odborného názoru záchranářů byla profesionální pomoc paní Dubské rozhodující a bez ní by kolegyně příhodu nepřežila. Kromě toho si ocenění zaslouží za mimořádné pracovní nasazení, zájem o práci a ochotu vždy najít řešení situace. Kateřina Dubská působí v SeniorCentru SeneCura Písek od roku 2018, začínala jako zdravotní sestra, vrchní sestrou je od srpna 2023.

Druhé místo a poukázky do Alza.cz v hodnotě 12 000 Kč **získala Dagmar Veletová, pracovnice v sociálních službách SeneCura SeniorCentra Humpolec**. Porota ocenila paní Dagmar za neobvyklé úsilí nad rámec pracovní náplně při zaučování nových členů týmu. Od nich jako mentor získala velice pozitivní zpětnou vazbu. Právě její kladný přístup má podíl na vysoké motivaci „nováčků“ během prvních týdnů a měsíců

po nástupu do práce. Je velice přátelská, pracovitá, usměvavá, vstřícná a vždy připravená pomoci. Dagmar pracovala v původním domově pro seniory v Humpolci ještě před otevřením SeniorCentra SeneCura. A jak ji v Humpolci poznáte? Samozřejmě podle stálého úsměvu na tváři.

Na krásném **třetím místě se umístil šéfkuchař SeneCura SeniorCentra Modřice Michal Novák** a obdržel za něj poukázky do Kauflandu v hodnotě 6 000 Kč. V kuchařském oboru je velmi kreativní, aktivně vypomáhá a radí i svým kolegům v ostatních domovech SeneCura. Je to „srdcař“ – ať už kouzlí v kuchyni pro klienty či zaměstnance. Vždy si najde čas na povídání s klienty, a to nejen o vaření. Celý tým domova je hrdý na to, že jeho součástí je šéfkuchař, který vyzařuje pohodu a pozitivní náladu.

Všechny nominované zaměstnance na letošní SeneCura Award včetně vítězů čeká v lednu 2024 wellness den plný péče o ně samotné.

Zároveň vedení skupiny SeneCura v Rakousku ocenilo 9. listopadu

celé týmy v kategoriích: média, životní prostředí a inovace. Máme velkou radost, že jednu z těchto kategorií – za mediální komunikaci – vyhrálo za celý region (5 zemí) naše **SeneCura SeniorCentrum Havířov**. Tým havířovského domova prokázal velký posun, co se týče kvality přípravy materiálů – fotografií, témat, ale i videí, která zajistila úspěšnou veřejnou publikaci. Získal tak 1 000 eur na společnou týmovou aktivitu.

Za Českou republiku byly však nominované další dva domovy, které obdržely každý 500 eur pro své týmy. V kategorii životní prostředí to bylo **SeniorCentru Chrudim**, které je jedním z pilotních domovů, kde budou instalovány fotovoltaické panely. Ředitel domova Marek Bíško se také zasloužil o významnou úsporu nákladů na energie. Do kategorie inovace jsme nominovali **SeniorCentrum Hradec Králové**. Jako první z našich domovů spolupracovalo na jedinečném projektu vývoje monitorovacích podložek Anume, nyní už zastoupené ve všech domovech SeneCura.

Velice děkujeme všem kolegům SeneCura za pozitivní energii a ochotu udělat „něco navíc“. Oceňujeme všechny naše zaměstnance, protože se všichni denně podílejí na tom, aby život v domovech pokračoval s námi. Díky nim fungujeme jako jeden tým a vytváříme příjemný pocit domova pro naše klienty.

Všechny nominace na SeneCura Award 2023

Martina Balounová, SeniorCentrum Slivenec | Michaela Břízová, SeniorCentrum Chotěboř | Jiří Jiřík, SeniorCentrum Kolín | Markéta Kendíková, SeniorCentrum Terezín | Pavel Ležák, Šanov | Daniela Lhotáková, SeniorCentrum Štěrboholy | Kateřina Meissnerová, SeniorCentrum Liberec | Alena Milerová, SeniorCentrum Olomouc | Zuzana Mucová, SeniorCentrum Plzeň | Milan Perun, SeniorCentrum Hradec Králové | Agáta Pilariková, SeniorCentrum Havířov | Jitka Skřípská, SeniorCentrum Klamovka | Lenka Švecová, SeniorCentrum Telč | Jana Vosecká, Centrála SeneCura | Blanka Zlesáková, SeniorCentrum Chrudim

GRATULUJEME

Hana Prchalová ve finále soutěže Sestra roku



Máme velkou radost z umístění naší vrchní sestry Hany Prchalové ze SeneCura SeniorCentra Slivenec v celostátní soutěži Sestra roku. Na slavnostním vyhlášení, které proběhlo v říjnu, převzala cenu za krásné 3. místo v kategorii Sestra v sociálních službách. Do soutěže bylo v tomto ročníku nominováno téměř 400 zdravotníků z celé České republiky, i proto považujeme její umístění za opravdu veliký úspěch.

Sama Hanka Prchalová nominaci vnímá nejen jako své ocenění, ale uznání všech svých kolegů. „Velmi mě těší, že v této prestižní soutěži mají svou kategorii právě sestry v sociálních službách, a vnímám to jako velké ocenění nejen mé, ale i kolegyň z oboru. Někdy mám pocit, že se práce zdravotní sestry v domovech pro seniory velmi zlehčuje. Zpětnou vazbu mám i od sester, které dříve pracovaly v nemocnici i na specializovaných odděleních. Zdravotní sestry u nás musí být samostatné a musí se umět rozhodnout s plnou odpovědností za klienta i své kolegy,“ říká Hana Prchalová.

Moc děkujeme Hance za skvělou reprezentaci naší společnosti. Jsme velice hrdí na to, že máme takového inspirativního člověka v našem týmu. Věříme, že příběh Hanky může zaujmout i ostatní sestry a inspirovat je k práci v sociálních službách.

Soutěž Sestra roku je určená všeobecným sestrám, porodním asistentkám, praktickým sestrám a dalším nelékařským zdravotnickým pracovníkům, kterým se jejich profese stala spíše posláním než pouhým zaměstnáním.



SENIORCENTRA HAVÍŘOV, PÍSEK A ŠANOV ZÍSKALA CERTIFIKÁTY EVROPSKÉHO MODELU ŘÍZENÍ KVALITY



Společnost SeneCura pracuje s evropským modelem E-Qalin® (řízení kvality při práci se seniory) již od roku 2020 jako jedna z prvních v České republice. Postupně během 3 let získávají naše domovy prestižní certifikát E-Qalin® od Asociace poskytovatelů sociálních služeb. Naším cílem je, aby tuto certifikaci měla všechna naše SeniorCentra.

Certifikace s tříletou platností osvědčuje, že zařízení model E-Qalin zavedlo do praxe, a to při respektování všech jeho pravidel a principů. Je založen na interním sebehodnocení procesů manažerů a zaměstnanců. Výsledky jsou zahrnuty do procesu neustálého zlepšování kvality. Zároveň se díky implementaci tohoto modulu



učíme vzájemně komunikovat a pracovat na společných tématech a posouvat je dál. Model je tak součástí každodenní praxe a fungování domova.

Aktuálně mají platná osvědčení SeniorCentra SeneCura v Telči, Olomouci, Liberci, Tereziňě a Chrudimi, ke kterým tento rok přibýly také domovy v Písku, Havířově a Šanově. Gratulujeme!

NOVINKY V SENEcura



PROJEKT NUTRIČNÍ KONCEPT – NOVÝ SYSTÉMOVÝ PŘÍSTUP ZAMĚŘENÝ NA VÝŽIVU KLIENTŮ

Jídlo vnímáme v SeneCura jako jednu z nejdůležitějších součástí péče o naše klienty. Proto jsme se rozhodli v rámci našeho nového projektu „NUTRIČNÍ KONCEPT“ věnovat pozornost výživovým potřebám klientů a připravit ucelený centrálně řízený systém pro včasnou eliminaci možného rizika podvýživy.

Několik měsíců pracoval speciálně vytvořený tým zástupců z různých úseků na novém nutričním standardu a prvcích konceptu, jako jsou centrální jídelní lístky, dietní systém, receptury atd. Ke spolupráci jsme si přizvali obecně prospěšnou společnost Nutriční péče o.p.s., která se touto oblastí zabývá. Koncept byl

odprezentován v listopadu na úvodním setkání týmu, vrchních sester a šéfkuchařů. První školení našich zaměstnanců proběhlo v listopadu a **od nového roku 2024 se můžete těšit na zahájení implementace konceptu do praxe.** Více se dozvíte v dalším vydání SeneCura Magazínu.

VÍTÁME NOVÉ KOLEGY

Wolfgang Kaltenegger

CFO skupiny SeneCura



Představujeme vám nového finančního ředitele skupiny SeneCura Wolfganga Kalteneggera, který nastoupil na místo Dity Chrástilové. Ve Wolfgangu Kalteneggerovi se nám podařilo získat finančního experta, který pracoval na pozici generálního a finančního ředitele mezinárodních společností, jako jsou VAMED AG a Magna International. Vystudoval ekonomii a své komplexní odborné znalosti v oblasti financí uplatnil ve společnostech v Rakousku, Německu, České republice, Slovenské republice a USA. Mezi jeho koníčky patří hokej a zimní sporty.

Aneta Kohoutková

procesní manažerka kvality



Do skupiny SeneCura mě přivedla velká osobní výzva, která znamenala přestěhovat se do Vídně, zlepšit si němčinu a rozšířit si obzory ve zdravotnickém a sociálním odvětví. Dříve jsem pracovala převážně se strojaři nebo vývojáři, ale potřebovala jsem odlišný přístup k lidem, aby byl v souladu s mým osobním nastavením. Jakmile jsem narazila na inzerát skupiny SeneCura, věděla jsem, že zde nemusím hledat přidanou hodnotu, neboť ta je zcela evidentní – pomáhat lidem.

Ve volném čase jsem vždy vyhledávala opak původního pracovního prostředí. Mimo jiné jsem se starala o děti v turistickém oddíle, absolvovala lektorský kurz první pomoci a mám velmi úzkou osobní zkušenost s odchodem blízkých až do posledních dní na tomto světě. Asi proto mě tato práce okouzila. Právě díky osobní zkušenosti vnímám a oceňuji velmi těžkou a náročnou práci lidí v přímé péči.

Ondřej Jebavý

ředitel SeniorCentra Terezín



Studoval jsem v Anglii, kde jsem rovněž strávil 15 let své kariéry. Věnoval jsem se hlavně řízení provozu v oblasti firemního stravování, eventů a cateringu. Po návratu do České republiky jsem působil v české biofarmaceutické společnosti a od ledna 2023 pracuji ve skupině SeneCura na pozici ředitel SeniorCentra. Mým cílem je udělat vše pro to, abychom společně s týmem SeniorCentra v Terezíně vybudovali nejlepší domov v Česku. Nejdůležitější však je, abychom měli šťastné klienty a spokojené zaměstnance. Není totiž až tak důležité, čeho docílíme, jako spíše s kým. Na mé práci mne fascinuje, že každý den je něčím nový. Vždy se těším na klienty a jejich příběhy ze života. Často mě inspirují a ukazují mi jiný náhled na můj život i problémy. Za každé vyřešení dalšího problému jsem totiž rád a přijdu si tak o zkušenost bohatší.

ROZVOJ A VZDĚLÁVÁNÍ

ROZVÍJÍME NAŠE MANAŽERY, ABY BYLI DOBRÝMI LÍDRY

Důležitým faktorem pro poskytování kvalitní péče a udržení zaměstnanců je spokojený a dobře fungující tým. Proto jsme pro liniové manažery spolu s externí společností připravili vzdělávací program Leadership, zaměřený na rozvoj dovedností při práci s podřízenými. Program se skládá ze šesti modulů, které rozvíjejí kompetence potřebné pro vedení lidí a rozvoj týmu. Účastníci si zároveň osvojí nástroje a techniky vhodné k řízení změn.

Manažer, aby mohl dobře pracovat se členy svého týmu, by měl nejprve poznat sám sebe. Proto je část programu zaměřena na sebepoznání a sebereflexi. Účastníci tu získávají představu o sobě jako o lídrovi a zjišťují, jaké mají osobní hodnoty a přesvědčení, které ovlivňují jejich styl vedení. Začít u sebe je nutné také pro dosažení efektivní organizace během pracovního dne. Jeden z modulů se tak zaměřuje na to, jak správně stanovit priority a jak efektivně využívat svůj čas.

V dalších částech se program zaměřuje na efektivní delegování a rozvoj samostatnosti podřízených. Tedy jak správně úkol zadat a také jaký styl vedení je pro konkrétní situaci nejvhodnější. Dále tu naši manažeři proberou, jak efektivně komunikovat se svými podřízenými, jak jim dávat zpětnou vazbu a jak je správně motivovat. Naučí se vést hodnotící rozhovory, správně analyzovat výsledky a jak je využít pro další rozvoj zaměstnanců. Nezapomeneme se ani na vhodné a efektivní řešení konfliktů na pracovišti tak,

aby nedošlo k narušení atmosféry v týmu.

Skvělí lídři nejsou jen ti, kteří mají přirozený talent, ale také ti, kteří jsou ochotni se učit a rozvíjet své dovednosti. Na tom i na přínosu tohoto vzdělávání se s účastníky prvního běhu programu shodujeme. Jsme také zajedno v tom, že dobrý šéf si musí umět na své podřízené udělat čas, slyšet co mu jeho lidé říkají, myslet dopředu, domýšlet následky a říkat věci tak, aby tomu jeho lidé porozuměli.





Rozhovor s absolventkami našeho kurzu pro pečovatele

NENÍ TO JEN PRÁCE, ALE POSLÁNÍ, KTERÉ BY MĚL ČLOVĚK VYKONÁVAT S LÁSKOU K LIDEM

Společnost SeneCura získala v roce 2023 akreditaci Ministerstva práce a sociálních věcí ČR pro vlastní Kvalifikační kurz pro pracovníky v sociálních službách (pečovatele). Cílem kurzu je upevnit stávající znalosti, dovednosti a také získat nové podněty. Na jaře se realizoval první běh s úspěšnými absolventy a na podzim byly spuštěny hned běhy dva, jeden v Praze a jeden v Brně. Pokračování se chystá opět na jaře 2024. V případě zájmu se obraťte na ředitele/ku svého SeniorCentra.



Radka Ganzwohlová

První kurz úspěšně završily kolegyně ze SeniorCentra Telč Radka Ganzwohlová a Vlasta Houzarová. Zeptali jsme se jich proto na jejich zkušenosti jak s kurzem, tak s prací s klienty.

Jak dlouho pracujete jako Pracovník v sociálních službách v SeniorCentru Telč?

Radka Ganzwohlová (dále RG): Do SeniorCentra Telč jsem nastoupila v září 2022. Dříve jsem pracovala jako sanitář.

Vlasta Houzarová (dále VH): Oficiálně jako pracovník v sociálních službách působím už rok. Tato práce mě ale provází celý můj život, pečovala jsem totiž o svou maminku.

Co Vás motivovalo k tomu, abyste se zúčastnila Kvalifikačního kurzu

pro pracovníky v sociálních službách?

RG: Věděla jsem, že kurzem pro pečovatele musím projít, abych tuto profesi mohla vykonávat. Zprvu jsem měla strach jak ze samotného učení, tak z dojíždění. Ale překonala jsem ho a vše zvládla.

VH: Protože jsem měla osobní zkušenost s péčí o blízkého, zajímalo mě, zda splním nároky jako profesionál. A také jsem chtěla vědět, jaký bude tento kurz přímo od SeneCura.

Můžete popsat nějaký konkrétní moment nebo zkušenost z kurzu, která Vás nejvíce oslovila nebo ovlivnila?

RG: Nejvíce mě oslovily lektorky Renata Pešavová a Veronika Svěráková. Jejich výklad mě nadchl. Bylo vidět, že vědí, o čem mluví, a vše



Vlasta Houzarová

dokázali vysvětlit tak, že to dávalo smysl. Součástí praktické části byla dopomoc s jídlem – v leže, v sedu, pomalu i rychle – zažili jsme si, jaké to je, být na místě klienta.

VH: Určitě přednáška paní Renaty Pešavové a Veroniky Svěrákové. Díky nim jsem si potvrdila, že můj postoj i osobní zkušenost jsou správné.

Byla jsem také ráda za setkání s kolegy z ostatních SeniorCenter, se kterými jsme mohli vše rozebírat a sdílet. Víím, že se dá kurz „odchodit“ i online, ale tak bychom přišli o to cenné osobní setkání.

Jaké dovednosti a znalosti jste získaly během kurzu, které vnímáte jako klíčové?

RG: Poznala jsem více pomůcek na polohování a také více možností, jak s nimi pracovat.

VH: Když o někoho pečujete, tak chcete, aby ta práce měla úroveň. A toto moje nastavení jsem si v kurzu také potvrdila. A pak mě kurz přiměl k tomu, abych se naučila pracovat na počítači. Za to jsem moc ráda.

Jak vidíte svou budoucnost v profesi po absolvování tohoto kurzu?

RG: Dokud mi to zdraví dovolí, chci určitě tuto práci dále vykonávat. Konečně mám práci, kde si můžu s lidmi povídat.

VH: Práci pečovatelky jsem si vybrala cíleně, a to na závěr svého profesního života. A jsem za tuto volbu moc ráda.

Co byste poradila dalším kolegům, kteří zvažují, že se do kurzu přihlásí?

RG: Ať se přihlásí. Seznámí se s dalšími kolegy z ostatních SeniorCenter, což je skvělé. Víím, že se podobný kurz může dělat i online, ale o ta setkání by se ochudili.

VH: Všem vřele doporučuji. Je to čas, který je naplněn přednáškami, co stojí za to. Celý kurz byl moc příjemný. Užili jsme si i dvoudenní bloky, kdy jsme přespávali přímo v SeniorCentru Slivenec. Mohli jsme tak strávit i několik dní v Praze, kterou jsme díky tomu lépe poznali.

Jaký je Váš pohled na důležitost práce v sociálních službách?

RG: Práce v sociálních službách je velmi důležitá. Můj manžel říká, že každý k tomu stvořený není. Člověk k této práci musí mít vztah. Musíte milovat lidi, ať jsou, jací jsou. Bez toho to nejde.

VH: Je to ta největší výsada a povolání, které nemá sobě rovného. Pomáhat potřebným je nejvíc, co můžete v životě udělat. Vnímám jako velkou čest, že můžeme klienty doprovodit na jejich poslední cestě.

Můžete nám popsat příběh/zkušenost, kdy jste pocítila, že Vaše práce měla pozitivní dopad na někoho z klientů?

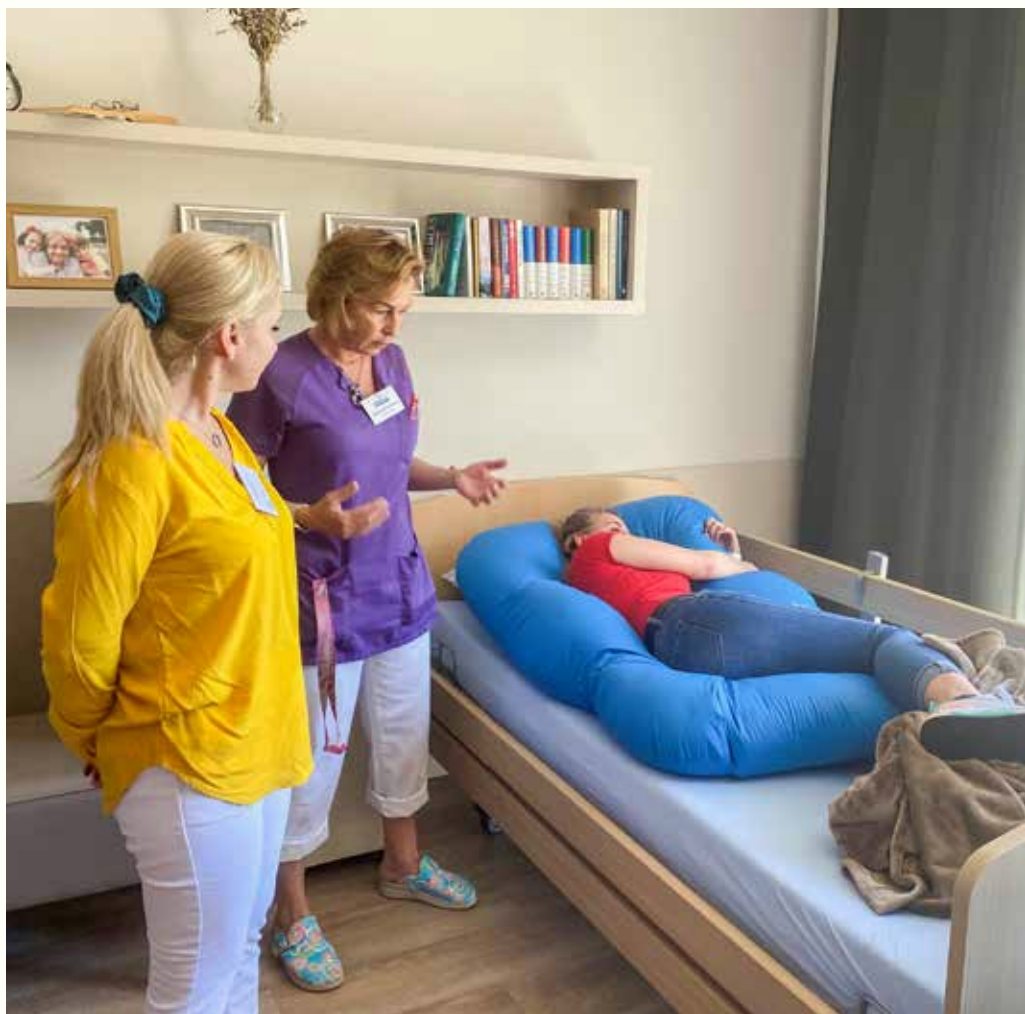
RG: Dopad je úžasný. U pár klientů jsem vypožadovala, že jsou šťastní, když je člověk ráno obejmeme a popřejeme jim hezký den. Úsměv na tváři klientů je pro mě opravdová odměna. A když je někdo smutný, snažím se ho vždy naladit, aby se usmál.

VH: Na všechny. To cítíte, když se v sobě dokážete rozzářit, tak klienti získají pocit bezpečí, cítí klid a je vám moc hezky.

Co byste poradila těm, kteří chtějí začít s prací v sociálních službách?

RG: Není to jen o povídání si s klienty, ale je to práce, která je fyzicky i psychicky náročná. Když se někdo zajímá, tak říkám, že to není jen práce, ale poslání, které by měl člověk vykonávat s láskou k lidem.

VH: Ať si nejdříve položí otázku, zda má skutečně rád lidi. Naši klienti jsou křehcí a je potřeba, aby se k nim všichni chovali s úctou, respektem a laskavostí. Není to jen o tom, že si povídáte. To vnímám jako odměnu.



Z NAŠICH SENIORCENTER

KAŽDOROČNÍ ZAHRADNÍ SLAVNOSTI NÁS PŘENESLY NA DIVOKÝ ZÁPAD, UCTILI JSME I TRADICE

Zahradní slavnosti představují v životě našich SeniorCenter pomyslný vrchol celého roku. Vždyť se na ně několik měsíců dopředu společně s klienty těšíme a pracujeme na přípravách. Slavnosti jsou pro nás skvělou příležitostí setkat se s rodinami i zástupci místní samosprávy. A vůbec nejlepší na nich je, že můžeme společně vytvořit atmosféru plnou rodinné pohody, zábavy, dobrého jídla a hudby. Ustálená tradice velí, že zahradní slavnosti domovy připravují v různých stylech. A ty letošní nebyly výjimkou.



V SeniorCentru Humpolec uspořádali vůbec první Zahradní slavnost od otevření domova. Událost připravili ve stylu Divokého západu pro více než 450 hostů, mezi kterými byli i hejtman Kraje Vysočina Vítězslav Schrek, ředitel Krajského úřadu Zdeněk Kadlec či starostka Humpolce Alena Štěrbová. Hosty pobavila multižánrová skupina Fantastic Art, dechový orchestr humpolecké základní umělecké školy či tanečníci Western Dance. Skvělé občerstvení od místního kuchařského týmu doplnil i originální kotlíkový guláš.





Podobně jako v Humpolci, také v **SeniorCentru Olomouc** ovládli Zahradní slavnost kovbojové. Tomu odpovídaly nejen stylové obleky

především personálu, ale i vystoupení známé hudební country kapely Šediváci. „Zahráli nám legendární písně od známých zpěváků, jako jsou

Michal Tučný, Waldemar Matuška či Wabi Daněk, což u klientů a hostů vzbudilo radost i nostalgii,” říká sociální pracovnice Petra Podlasová.





Vzdát hold tradicím se rozhodli **v SeniorCentru Chrudim**, kde do programu zařadili cimbálovou muziku pardubické kapely Kobylka. Do přípravy programu se zapojili i sami klienti, kteří si tentokrát připravili dvě vystoupení – hudební představení a také cvičení se šátky.

S představením pomohl klientům personál domova, jednalo se tedy o týmovou spolupráci. Další formou zapojení klientů pak byl stánek, v němž vystavovali své rukodělné výrobky. „Možnost přispět do programu slavnosti je pro klienty zábava, ale také důležitý bod

v celém roce, na který se vždy těší. Je to také další z celé řady metod aktivizace, neboť se většinou jedná o manuální či kreativní činnost,” vysvětluje vedoucí sociální pracovnice Petra Novotná. V neposlední řadě si slavnost užily i děti, pro které byly připravené nejrůznější hry.



Zahradní slavnost **SeniorCentra Sliveneč** zahájil tradičně ředitel Lukáš Stárek, který přivítal i paní starostku části Prahy-Slivenec Janu Plamínkovou a její kolegy z radnice. „Událost jsme tentokrát připravili ve stylu pouťe, takže nechyběla střelnice, růže,

cukrová vata a pouťové koláčky,” říká Lukáš Stárek. Hosté se bavili díky hudebnímu vystoupení zpěvačky a herečky Petry Černocké, vystoupil kouzelník František Starý a vlastní báseň přednesla Jarmila Sluková, jedna z klientek domova. Stejně

jako v ostatních SeniorCentrech, ani ve Slivenci nezapomínají na bohatý raut. O ten se postaral se svým týmem šéfkuchař a také vítěz interní soutěže SeneCura Cooking Trophy 2022 Jiří Šula.



BĚHEM GURMÁNSKÝCH TÝDNŮ JSME SE PODÍVALI DO BULHARSKA, STŘEDOMOŘÍ I LATINSKÉ AMERIKY

Gurmánské týdny – jedna z nejoblíbenějších aktivit, které pravidelně každý měsíc probíhají v našich Senior-Centrech. V jejich průběhu mohou naši klienti potěšit své chuťové buňky, ochutnat jídla, která nikdy nejedli, získat řadu nových informací, ale také uplatnit tvořivost. Vždyť jejich součástí nejsou jen ochutnávky, ale i samotné vaření, pečení nebo třeba výzdoba prostor, na které si dáváme záležet.

V uplynulých měsících jsme se s klienty „vypravili“ především do teplých krajů – Bulharska, regionu Středomoří či Latinské Ameriky.

Když se řekne Bulharsko, řada z nás si stále vybaví jednu z mála možností vycestovat před rokem 1989 k moři. Ani po revoluci se její oblíbenost nevytratila a každoročně přijíždí do Bulharska 210 tisíc českých turistů. A právě bulharské dny si užili i **v plzeňském SeniorCentru**. „Z místních specialit jsme ochutnali například bulharské sýry a uzeniny, slaný koláč *Banica* či sladkou *chalvu*,“ říká ředitel Patrik Bělohavý. Na přípravě některých pokrmů, ale i na výzdobě prostor, se podíleli i samotní klienti. Spolu s personálem tak vytvořili příkladnou týmovou spolupráci. „Připravili jsme také trénink paměti s bulharskou tematikou – poznávali jsme státní znaky, faunu a floru, zvyky

a tradice. Na základě tréninku jsme pak ke konci týdne absolvovali závěrečný kvíz,“ popisuje aktivizační pracovník domova Jakub Hozák.

Pro české turisty je dobře známá i oblast Středomoří, která byla dalším cílem pro gurmánské cestování. V kuchyni **SeniorCentra Kolín** připravili charakteristické speciality: zeleninovou polévku *minestrone*, restovanou zeleninu s luštěninami a klobáskou *chorizo* či italský sladký chléb *panettone*. Týden byl bohatý i na doprovodné aktivity. „Připravili jsme si obrázky ze tří zemí na pobřeží Středozemního moře a vybírali obrázky, které jsme poznali



nebo nás něčím zaujaly. Následně jsme určovali, k jaké zemi patří. Povídali jsme si také o původu *croissantů* či cestě do *Santiago de Compostela*,“ říká aktivizační pracovníce Eva Němcová Krojová.

A na co se můžeme těšit v příštím roce?

V roce 2024 připravíme klientům pochoutky z české regionální kuchyně. Naši šéfkuchaři dostali za úkol sestavit menu, které je typické pro kraj, v němž se jejich domov nachází. Někteří z nich vyrazili pátrat v dobové literatuře i do národopisného muzea.



UDRŽUJEME NAŠE KLIENTY V POHYBU

Pravidelné cvičení, rehabilitace či procházky patří v SeniorCentrech SeneCura k běžným aktivitám. Kromě nich si s klienty užíváme i nejrůznější sportovní turnaje a soutěže. Cílem těchto pohybových aktivit je udržovat funkci svalového a pohybového aparátu, aby byl klient co nejdéle aktivní a soběstačný. Jsou ideálním nástrojem pro zachování motorických schopností tedy i prevenci pádů a v neposlední řadě pro udržení veselé mysli.

V SeniorCentru Telč uspořádali již 14. ročník tradičního Desetiboje seniorů. Jak je zvykem, pozvali jsme k účasti na něm Klub důchodců Telč, Dům s pečovatelskou službou Třešť, Domov Kamélie nebo Domov důchodců Proseč u Pošné. Desetiboj zahrnoval například kuželky, hod míčkem na cíl, šoupanou či puzzle.

„Do programu jsme zařadili také vystoupení dětí z telčské základní umělecké školy a jsme velice rádi, že se celé akce zúčastnil i místosta-

rosta města Pavel Komín,“ říká sociální pracovnice Jana Sejrková. V Telči přišli také s novinkou – mini-turnajem mezi učiteli základních škol.

Putovní pohár starosty si nakonec odvezlo vítězné družstvo Klubu důchodců z Telče, ostatní týmy si odvezly krásné dorty pečené naší šéfkuchařkou Jitkou Malou.

Sportovní den si užili také klienti **SeniorCentra Terežín**. Vyrazili na lito-měřické koupaliště, kde na ně čekalo

třináct soutěžních stanovišť s různorodými sportovními a paměťovými úkoly. Klienti si tak procvičili nejen svaly, ale také mozkové buňky. Za vloženou energii si vysloužili zmrzlinové osvěžení i možnost se vykoupat.

Radost z pohybu si užili i naši klienti **v Chotěboři**, kde pro ně personál připravil turnaj v kuželnkách. Přímo v zahradě SeniorCentra proběhl boj, na jehož konci samozřejmě ti nejúspěšnější získali kromě diplomů také sladkou odměnu.



V DOMOVECH SENECURA CHCEME PROPOJOVAT GENERACE A BÝT SOUČÁSTÍ MÍSTNÍ KOMUNITY

O propojování lidí navzájem a budování vztahů se snažíme neustále. Ať už se jedná o naše klienty, jejich rodiny, či zaměstnance domovů. Uvědomujeme si také, jak moc důležitý je pro nás i okolní svět a lidé v něm. Naším cílem je být součástí komunity – čtvrti, města či regionu, ve kterém SeniorCentrum SeneCura sídlí.

Jeden z hlavních nástrojů je mezigenerační spolupráce v propojování se školkami a školami, kterou realizujeme především pod záštitou organizace Mezi námi.

Ta kromě konkrétních projektů uděluje zařízením v sociálních službách značku Mezigeneračně, kterou už řada domovů SeneCura obdržela, a to za dlouhodobé a pravidelné aktivity s dětmi. Díky setkávání s dětmi mohou klienti sdílet zážitky a předávat jim životní zkušenosti, což přináší novou energii, radost a pocit užitečnosti do života. Děti si na druhé straně odnášejí větší úctu a respekt ke staří jako přirozené součásti života. V některých našich domovech najdete i dětské skupiny.

Spolupráce s místní komunitou pro nás ale neznamená jen spolupráci s místními školami. Jsme vděční, že můžeme do života v SeniorCentrech zapojit dobrovolníky z ADRA a dalších organizací. Těší nás každá příležitost uvítat u nás známé a rodiny klientů, lidi z okolí a zástupce místní správy a samosprávy.



SeniorCentrum Hradec Králové spolupracuje s mateřskou školkou Sluníčko v rámci programu „Přečti“. Klientka paní Holavová si připravila pro děti pohádku o kůzlátkách, kterou si děti s nadšením poslechly. Měla pro děti také otázky a ponaučení z pohádky, například proč je důležité poslouchat a respektovat rodiče.



Liberecké SeneCura SeniorCentrum navštívili žáci Základní školy Aloisina výšina v Liberci. Zapojili se tak do projektu #jsemlaskavec, jehož cílem je motivovat děti, aby ve svém okolí rozdávaly radost a dobro. Žáci přednesli několik básní, poté děvčata zazpívala a došlo i na gymnastické vystoupení.

Setkání na podzimní téma proběhlo v **SeniorCentru Štěrboholy**.

Děti s pomocí našich klientů vytvořily krásné obrázky a společně si všichni užili příjemné dopoledne.





DĚTI Z HAVÍŘOVA NÁM PŘIŠLY UKÁZAT PŘÍNOSY DIGITÁLNÍHO SVĚTA UČILY NAŠE KLIENTY PRACOVAT S TABLETEM

Společně se žáky **Základní školy Moravská v Havířově** pravidelně podnikáme aktivity, které našim klientům přinášejí nejen radost, ale také se při nich mnohé naučí. Jednou z nich bylo i setkání, během kterého se klienti společně se staršími školáky věnovali moderním technologiím – konkrétně práci na tabletech.



Na návštěvu za námi do Senior-Centra dorazila ze školy 15členná skupina, která se věnovala 14 klien-

tům. „Tablety si přinesly děti s sebou. S klienty se učili například ovládat některé aplikace, včetně map. Mohli si tak třeba najít vlastní bydliště,“ říká Dagmar Puščíková ze SeneCura SeniorCentra Havířov. Kromě toho dostali klienti konkrétní úkoly, které ve skupinkách mohli plnit.

A jak jim to šlo? „Byla nutná malá pomoc dětí, které ale dokázaly vše vysvětlit. Zpočátku byli klienti při dotyku s obrazovkou opatrní,

nechali se vést žáky, ale nakonec to někteří zvládli sami,“ dodává Dagmar Puščíková. Tablety jsou ideální také pro hraní rozvojových her nebo videohovory s rodinami.

Podobné setkání již naši klienti zažili. Dokonce jsme díky jejich nadšení zařídili koutek, kde si lze pustit osobní počítač, učit se pracovat s internetem či psát e-maily – třeba rodině.





V SENIORCENTRECH SENECURA JE POŘÁD CO SLAVIT

Na narozeniny našich klientů rozhodně nezapomínáme. Každé jubileum je jedinečné, v poslední době jsme však měli štěstí slavit několik opravdu výjimečných výročí.

Personál v **Šanově** připravil příjemné posezení pro paní Ludmilu, které jsme popřáli k neuvěřitelným **103. narozeninám**. V SeniorCentru Šanov bydlí již od roku 2019. „Jsme šťastní, že můžeme slavit tak výjimečné narozeniny. Paní Ludmila je žena s bohatým životem, který nám všem slouží jako inspirace,“ říká ředitel domova Michal Veleba.

Po absolvování zdravotnické školy pracovala paní Ludmila jako zdravotní sestra, a to i v dětské obvodní ambulanci, kde se věnovala péči o děti. Její manžel byl vášnivým sportovcem a láska k pohybu a zdraví se stala také jejím životním motivem.

V SeniorCentru Klamovka v Praze bylo také veselo – paní Miroslava Malecká Svobodová oslavila kulaté **100. narozeniny**. Podobně jako v Šanově, i zde byla mezi prvními gratulanty ředitelka domova Petra Pipková. Paní Malecká je bývalá členka hereckého sboru Moravského divadla Olomouc, proto přišli pográtulovat i kolegové

z Herecké asociace. Samozřejmě nechybělo setkání s nejbližšími příbuznými a přáteli z řad klientů.

Protože oslavy vnímáme především jako možnost společně se setkat a užít si příjemné chvíle, naší pozornosti neujdou ani významné mezinárodní dny. A jelikož na jediné

datum připadá často více témat, v **Havířově** spojili více příležitostí do jedné. Připomněli si tak **Den seniorů, kávy, lékařů, cyklistiky a hudby**. Naše SeniorCentrum provoněla káva, ochutnali jsme jahodové řezy, pustili jsme si hudbu a povídali si o tématech, která byla s datem spojená.



CHORVATSKÝ TANEČNÍ SOUBOR ROZVESELIL SENIORCENTRUM PLZEŇ

O kulturní zážitky nemáme v našich SeniorCentrech SeneCura nouzi. Kromě nejruznějších přednášek a setkání se zajímavými hosty jsou obvyklé koncerty či divadelní vystoupení. A díky spolupráci s festivalem CIOFF Plzeň se nám podařilo zorganizovat **vystoupení tanečního a hudebního souboru Požega**, který pochází ze stejnojmenného chorvatského města. Členové našim klientům zahráli a zazpívali chorvatské národní písně a doplnili je tradičními chorvatskými tanci. Bylo jich opravdu hodně, ale nakonec se nám ve svých krojích na fotografii vešli.

Festival v Plzni je organizován organizací CIOFF – Mezinárodní radou organizátorů folklorních festivalů a lidového umění pod UNESCO. Hudební těleso Požega se v minulosti účastnilo festivalů v celém Chorvatsku i v zahraničí. V roce 2008 soubor získal ocenění Města Požega za obětavou práci jako uznání za záchranu kulturního dědictví.



NA CESTOVÁNÍ NENÍ NIKDY POZDĚ, NA VÝLETECH SI UŽÍVÁME POHODU I POZNÁVÁNÍ NOVÝCH MÍST

Nemusíme vždy cestovat do zahraničí, abychom si rozšířili obzory a obohatili život. Často je pro nás překvapením, jak krásná a neznámá zákoutí nabízí naše nejbližší okolí. Výlety z našich SeniorCenter SeneCura podnikáme s klienty proto, aby zůstali aktivní a zažívali hezké okamžiky. Jsou plné zajímavých diskusí, nových přátelství a nezapomenutelných zážitků. Zkrátka život pokračuje s námi!

V **SeniorCentru Liberec** využil náš skvělý tým termínu, kdy se slaví Mezinárodní den zvířat, a vyrazil s klienty do místní ZOO. Ta je mimochodem nejstarší v České republice. Během zhruba tří hodin absolvovali prohlídku celé zahrady, přičemž každý z účastníků měl za úkol najít si své oblíbené zvíře. Nejpozitivnější emoce vzbudily pandy červené. Vysoké preference

získali také levharti sněžní a kosmani.

Klienti SeniorCentra Modřice zvolili návštěvu města Rajhrad, které se nachází pouhých šest kilometrů jižně od Modřic. Doprava proto nebyla náročná a klienti za doprovodu personálu – včetně paní ředitelky Dany Valachovičové – vyrazili autobusovou linkou. „Prohlédli jsme si Benediktinský klášter, který byl

založen v roce 1045. Podívali jsme se také do Kostela svatého Petra a Pavla, kde jsme se dozvěděli řadu zajímavostí o historii této kulturní památky,” říká Dana Valachovičová. A jak to u výletů bývá, závěr patřil posezení u kávy a zákusku.

Ani v našem **domově v Písku** klienti a personál nelenili, vydali se totiž do jihočeského městečka Štěkeř. V místním zámku, který je nyní majetkem řádu Congregatio Jesu, absolvovali komentovanou prohlídku se sestrou Brigitou. Měli tak možnost obdivovat velkolepé prostory, nechyběla ani návštěva kaple a pokoje šumavského spisovatele Karla Klostermanna, který zde strávil posledních pár let života.





KRÁSNÉ PŘÍBĚHY DÍKY SPLNĚNÝM PŘÁNÍM

V rámci unikátního programu „Roční přání“ plníme přání klientů v našich domovech již více než 6 let. Při rozhovorech s nimi často slyšíme, co by chtěli ještě zažít, co by je nejvíce potěšilo a na co nejvíce vzpomínají. Pokud je to jen trochu možné, jsme připraveni jejich přání splnit.

Pánové Miloš Liška a Josef Tichý, klienti **SeniorCentra Hradec Králové**, působili dříve v armádě. **Přáli si proto proletět se armádním letounem.** To se jim splnilo díky akci na hradeckém letišti, a především zásluhou úžasného personálu našeho domova. Mohli se dokonce podívat do kabiny vojenského letounu a vyfotografovat se s piloty.

Pan Miloš Liška je 79letý generál ve výslužbě, který působil jako vojenský pilot na několika různých strojích. Létal i se stíhačkami, včetně Migu 21. Josefa Tichého pojí s panem Liškou stejný rok 2022, v němž se stali klienty domova SeneCura. Pan Tichý by však mohl soutěžit o věkový rekord mezi účastníky podobných letů, je mu totiž krásných 92 let. V armádě sloužil 45 let, převážně jako technik v Praze-Kbelích, Pardubicích a Košicích.

V SeniorCentru Štěrboholy se splnilo originální roční přání panu Jirkovi. Ten si přál vyrazit za rybařením, tedy za svým oblíbeným koníčkem. „*Jiří se věnuje rybaření od svých patnácti let. Jeho největším úlovkem je dva-*

náctikilový kapr. Tento rekord sice během rybaření s námi nezopakoval, i tak si ale výlet na ryby skvěle užil,“ říká ředitelka SeniorCentra Kateřina Vokálová.





ZOOTERAPIE ZLEPŠUJÍ PSYCHICKÝ STAV KLIENTŮ

Kromě pravidelných canisterapií a kontaktů se zvířaty, které s námi v SeniorCentrech SeneCura trvale bydlí, se snažíme do aktivit s klienty zařazovat i návštěvy ostatních zvířat. Není totiž lepší způsob jak navodit pocit uvolnění, zklidnit, rozptýlit chmury a zároveň povzbudit k aktivitě. Návštěva zvířecích kamarádů přináší klientům nezapomenutelný zážitek a v SeniorCentrech vzbudí vždy pořádný rozruch.

Jednou z takových úchvatných aktivit byla i návštěva Radka Jareše a jeho **papoušků v Senior-Centru Humpolec**. Vzácní opeření hosté jsou zvyklí vystupovat před publikem, což bylo znát – předváděli totiž neuvěřitelné kusy, a navíc se s nejedním z klientů seznámili zblízka.

Pan Jareš chová zhruba 70 exotických papoušků, z nichž do Humpolce přivezl na ukázkou aru, žaka kong a korelu chocholatou. Doma má také několik opiček, a tak dou-

fáme, že se s nimi potkáme třeba při jeho další návštěvě.

V SeniorCentru Chotěboř využíváme v rámci zooterapie pravidelně terapeutické poníky díky spolupráci se Statkem Lesolg v Rozsochatci. „Pravidelně nás navštěvuje terapeutka Monika Fárka s klisnou Valčou,“ říká sociální pracovnice Jiřina Léblová. Paní Fárka je zdravotní sestra s osvědčením pro hipoterapii v psychologii a psychiatrii (HTP). Klienti si mohou koníky pohladit ve společných

prostorách domova, pro ty imobilní je pak často milým překvapením, když za nimi dorazí až do pokoje k lůžku.

Hipoterapie v psychologii (HTP) je metoda, která využívá spojení terapeut-kůň-klient. Člověk totiž se zvířetem naváže vztah snadněji než s další osobou. Kůň se tak stává tlumočníkem mezi klientem a terapeutem. Svojí přítomností a kontaktem s člověkem zlepšuje psychický stav i sebevědomí a zmírňuje pocit samoty.



PODZIM VĚNOVANÝ TVOŘIVOSTI

Během podzimních měsíců jsme si procvičili tvořivost i jemnou motoriku. Právě během tohoto období totiž můžeme využít krásných barev přírodních materiálů, které se nám nabízejí často přímo v okolí domovů.

To byl i případ **SeniorCentra Chotěboř**, kde se 23 klientů věnovalo tradiční výzdobě. „Vždy tvoříme výzdobu lepenou do oken, vestibulu domova či například truhlíky s květinami do oken a na balkony. Takto se snažíme vyzdobit náš domov v každém ročním období,“ říká vedoucí aktivizační pracovnice Jana Dlouhá.

Během další aktivity se podařilo vytvořit inspirující nápis do jedné z domácností. Skupina klientek vybrala citát „Rozdávej úsměv všude a všem. Tebe to nic nestojí, ale druhé obohatíš.“ Větu si vytiskly, vybarvily a zalaminovaly. „Již několikrát jsme si povídaly o tom, jak si dnes lidé mezi sebou méně pomáhají, jsou k sobě méně vstřícní. Shodly jsme se, že vlídné slovo a pár úsměvů nikoho nic nestojí, a přitom tolik dokážou pohladit na duši,“ říká Jana Dlouhá.



I v **SeniorCentru Humpolec** byl impulsem ke kreativě moment, kdy podzim zaklepal na dveře. V okolí domova se našel dostatek materiálu pro výrobu mechovéch zátiší do keramických květináčů včetně šišek, větviček a listů. Vytvořili jsme si společně i obtisky listů. Podzimní atmosféru jsme podtrhli tím, že jsme si k práci uvařili zahřívací dýňovou polévku. V Humpolci ale není trénink jemné motoriky spojený jen s tvorbou výzdoby. Pravidelně se klienti účastní keramických dílen, kde jim díky vedením aktivizační pracovnice Magdy Vencové pod rukama vznikají krásná díla.

Udržení motorických schopností klientů je jednou z důležitých oblastí, na které se zaměřujeme. V domovech SeneCura lze proto nalézt vybavení na celou řadu dalších aktivit, kromě keramických dílen a fitness center například i terapeutických kuchyňek.

V SENIORCENTRECH SENEcura CTÍME SVÁTKY A TRADICE

Tradici svatého Martina si 11. 11. připomněli klienti ve všech našich domovech. K obědu si mohli vychutnat husí kaldoun se širokými nudlemi, pečenou husu, červené zelí s jablky, žemlový a bramborový knedlík a jako dezert byl Svatomartinský rohlíček.

V SeniorCentrech Klamovka, Sliavenec, Chotěboř a Telč procvičili jemnou motoriku a napekli výborné svatomartinské rohlíčky. V Šanově ochutnávali mladé víno, v Olomouci zhlédli dokument z cyklu „Naše tradice“ a v SeniorCentru Písek pořádají už tradičně na svatého Martina hledání čokoládových podkov. Na program byla také společná ochutnávka svatomartinského vína a povídání o „husí tradici“. V Hradci Králové si společně užili hody a za-

hráli si hry. V Terezíně slavnostní den zpříjemnila hudební kavárna v po-

dání učitelky litoměřické ZUŠ Aleny Šefčíkové.



V NAŠICH SENIORCENTRECH S RADOSTÍ PŘIVÍTÁME KAŽDÉHO DOBROVOLNÍKA

Baví vás

- » ruční práce?
- » společenské a deskové hry?
- » četba?
- » lidská blízkost a společnost?
- » povídat si?
- » naslouchat?

Naše klienty také!

STAŇ SE DOBROVOLNÍKEM!

Věnuj svůj čas
dobré věci.



Naši klienti jsou senioři, kteří toho již mnoho zažili a jejichž životy napsaly a stále píšou spousty zajímavých příběhů. Kromě péče potřebují i naši společnost – náš čas a pozornost. Díky dobrovolnictví můžete být i vy součástí jejich radostných okamžiků.

Konec roku je čas, kdy člověk bilancuje a přemýšlí, co by chtěl změnit, co mu chybí. Zkuste se na chvíli zastavit a zamyslet se nad tím, zda vám v životě nechybí dělat někomu radost, navazovat nové kontakty, předávat a čerpat

životní zkušenosti nebo zda nevyměnit samotu za společnost. Dobrovolníkem se může stát každý. Přijďte se do našich SeniorCenter SeneCura podívat nebo kontaktujte naše sociální pracovníce. Stačí nám říct, co vás baví

a jaké máte představy, a my už vám vybereme vhodný clientský protějšek, ať jednotlivce, či skupinu. Můžete se obrátit i na organizace, které dobrovolníky zprostředkovávají, jako je Adra nebo Charita. Těšíme se na vás!

I DOBROVOLNÍCI SLAVÍ SVŮJ MEZINÁRODNÍ DEN, PŘIPADÁ NA 5. PROSINCE

VESELÉ VÁNOCE A ŠŤASTNÝ NOVÝ ROK 2024!

SeneCura přeje Vám i Vaším blízkým krásné a pohodové svátky. Ať je nový rok plný naděje a nových příležitostí, které všichni vyhlížíme stejně jako anděl na motivu přání.

Děkujeme autorce letošního přání paní Zálešákové, klientce SeniorCentra Modřice, která jej nakreslila během individuální aktivizace. Porota letos vybírala z téměř 50 soutěžních motivů zaslaných z 11 SeniorCenter SeneCura z celé České republiky.



