

ZPRAVODAJ

č.15 / březen 2019

**ZBYNĚK GEMBICZKI
DARKOV, ROZTOKY,
... A CO DÁL? MOST!**

**ROZTOKY: NOVÉ BENEFITY
PRO ZAMĚSTNANCE**

**DARKOV: TERAPIE
VZPOMÍNKOU A NOVÝ
MAZLÍČEK**

**KALENDÁŘE CHYSTANÝCH
AKCÍ (BŘEZEN – KVĚTEN)**

**PROJEKTOVÉ PRÁCE
NOVÉ PŘÍSTAVBY
V ROZTOKÁCH**

**LEONA SEBEROVÁ
DOMOV ALZHEIMER DARKOV
V ROCE 2019**

ZMĚNA V ROZTOKÁCH

**Rozhovor s novou ředitelkou
Petrou Tesařovou**

PETRA TESAŘOVÁ

Něco změním a něco budu muset změnit u sebe

Na první pohled příjemná, velmi energická žena, která má za sebou mnoho zkušeností a ví, co ji čeká. Nová ředitelka Domova Alzheimer v Roztokách u Prahy Petra Tesařová měla už od malička jasno v tom, že bude pracovat v oblasti zdravotních služeb, jako sestra nebo lékařka. Dnes po více jak 18 letech praxe v sociálních službách nastupuje do našeho Domova v Roztokách s optimismem a hlavou plnou nápadů.

Co u Vás rozhodlo o přijetí nabídky pozice ředitelky Domova Alzheimer v Roztokách u Prahy?

Když jsem vstoupila do budovy v Roztokách, řekla jsem si „Jo, tady je to fakt pěkný, ten prostor je krásný,“ a hned mi začaly chodit nápady na nové možnosti, které se tady nabízejí. Měla jsem pocit, že tady můžu využít svoji kreativitu, že se tady dá něco dělat, cítila jsem potenciál místa i sebe samotné.

Jednání s majiteli pro mě pak bylo příjemným překvapením, které rozhodlo. Jejich lidský přístup a péče o klienty, která je v popředí finančních a byrokratických zájmů, je přesně to, co se mi líbí. Pracovní nabídku jsem tak přijala i přes to, že už jsem se do sociálních služeb vrátit nechtěla, a dojíždět více jak dvě hodiny z Písku do Prahy už vůbec ne.

Máte už tedy konkrétní plány na změny směrem k poskytovaným službám, které se týkají přímo klientů?

Popravdě, mám toho v hlavě hodně. Nejříve budu muset vše ještě trochu rozmyslet, co je reálné, co ne a v jakém čase.

Co se týká klientů, ráda bych je zapojila do samotného chodu Domova a „otevřela dveře ven“. Vnímám, že zdravotní péče, technické zajištění i jednotlivé aktivity v rámci Domova jsou výborné, ale já bych chtěla klienty zapojit ještě více do normálního života. Líbilo by se mi, kdyby naši klienti mohli, v rámci svých možností, žít stále naplno. Variant tady vidím hned několik. Pokud by se nám povedlo na každém patře zřídit kuchyňku, kde si budou moci klienti za dopomoci téměř sami uvařit kávu, když na ní budou mít

chuť, bylo by to skvělé. Spousta z našich klientů může s dopomocí dělat přesně to, co je baví, co jim dělá radost, co by dělali i ve svém domově, kdyby byly úplně zdraví. Můžeme se společně starat o zahradu, vařit, pečovat jeden o druhého a spoustu dalšího. My jim samozřejmě zajistíme jídlo, zdravotní péči, aktivity a určujeme, co kdy se děje, ale já bych byla ráda, kdybychom ne vše dělali my, ale v rámci možností a chuti i sami klienti. A s tím souvisí i častější pobyt našich klientů mimo prostory zařízení.

Máte také nějaké plány týkající se zaměstnanců?

Jak už jsem řekla, pro mě je prioritou přístup k lidem a stejně tak jako u klientů, to vnímám i u zaměstnanců. Víte, práce s lidmi, kteří jsou postiženi demencí je velmi náročná jak fyzicky, tak i psychicky. Máme tady klienty, kteří dříve bývali váženými lidmi, profesory, jsou velmi vzdělaní a mají za sebou mnohdy náročné životy. Je důležité, abychom k nim nikdo z nás neztráceli úctu a respekt, ani když jsou dnes tak nemocní. Obzvláště pak lidé, kteří s nimi přicházejí dennodenně do styku, tedy naši zaměstnanci. Proto, aby však tuto náročnou práci zvládali, jim taky musíme vytvořit odpovídající podmínky, a to je jeden z mých hlavních úkolů. Nechci, aby naši zaměstnanci brali klienta jako objekt péče, ale jako člověka. K tomu slouží nejen vzdělávání pracov-



níků v oblasti péče o klienty, ale i nové benefity. Připravujeme jógu pro zaměstnance, zvýhodněné masáže i další odměny. Věřím, že když jsou pracovníci v pohodě, odvádějí i dobře svoji práci, těší se do ní a mají z ní radost.

Jak se v nové práci líbí Vám a co Vás baví nejvíce?

Já jsem opravdu spokojená. Pro svou práci potřebuji, aby mi vedení důvěřovalo, že svá rozhodnutí a to co tvořím, dělám s nejlepšími úmysly a ve prospěch klientů, zaměstnanců i samotné firmy, což tady cítím a mám.

Baví mě, jak se to vlastně všechno prolíná a vše se musí řešit komplexně, aby nám to ve finále drželo pohromadě. Pokud by se zanedbala péče o klienty, zaměstnance, prostory, ale i další navazující externí služby, bude to mít pak dopad na celé fungování.

Celý rozhovor i s dalšími otázkami a odpověďmi najdete na webových stránkách www.domovalzheimer.cz.



Post ředitelky Domova Alzheimer v Roztokách u Prahy převzala Petra Tesařová po Zbyřkovi Gembiczském, se kterým mají na vedení zařízení a prioritu lidského přístupu stejný názor

Zbyněk Gembiczki: Darkov, Roztoky, ... a co dál? Most!



Vizualizace nově zrekonstruované budovy Domova Alzheimer v Mostě na které můžete vidět část budovy s novou jídelnou a bezbariérovým přístupem

Zbyněk Gembiczki, MBA se z postu ředitele v Darkově přesunul na post ředitele v Roztokách u Prahy. S nástupem nové paní ředitelky, od ledna 2019, však jeho práce v Roztokách končí. Zeptali jsme se tedy nejen na rozdíly mezi oběma Domovy, ale také na to, kam povede jeho cesta dál...

V Darkově jste působil jako ředitel více jak tři roky a nyní jste funkci ředitele zastával v Roztokách u Prahy přes půl roku. Jak vnímáte rozdíl mezi těmito zařízeními?

Rozdíl je obrovský téměř ve všech ohledech. Darkov je oproti Roztokám velké zařízení, kde se pohybuje mnohem více zaměstnanců i klientů. Z pohledu provozu a řízení je to tak něco zcela úplně jiného. V Darkově jsem zkontroloval provoz a obešel jsem budovu za 15 min., v Roztokách mi to trvalo 2 min.. No a časově náročnější je pak cokoli co se řeší ohledně provozu nebo služeb.

Tam, kde jsem naopak rozdíl nevnímal až tak velký, jsou samotní lidé. Na první pohled by se mohlo zdát, že povaha „pražáků“ a „ostraváků“ bude jiná, ale opak je pravdou. Dobrosrdečnost lidí pracujících v sociálních službách je stejná tady, tam i jinde.

Čemu jste na zařízení v Roztokách věnoval největší pozornost?

Prioritou z hlediska provozu pro mě bylo „naplnit“ Domov a zajistit v té době chybějící personál. Největší

pozornost jsem pak věnoval lidem, tedy našim zaměstnancům a klientům. Začal jsem vyžadovat aktivnější přístup k práci, ale také ke každodenním aktivitám našich klientů. Obě strany si ve finále tento přístup chválili. Když jsem přišel, měl jsem pocit, že

se personál i klienti v některých dnech dostávají do stereotypu, a tím pádem do jakési nudy. To se stává všude a je pak třeba si toho včas všimnout a zareagovat. Myslím, že tady se nám to povedlo.

V jakých oblastech tedy došlo ke konkrétním zlepšením vůči klientům?

Předně bych chtěl říci, že nic nebylo mimo standard, ani po zdravotní stránce v péči vůči klientům či z pohledu technického zajištění nebo volnočasových aktivit. Byl tady třeba spíše více probudit „lidský“ faktor.

Zaměřil jsem se v první řadě na péči a žití klientů v Domově. Po domluvě se zaměstnanci jsme společně zlepšili a zkvalitnili některé úkony, ať už v oblasti hygienické péče a používaných zdravotnických prostředků a pomůcek, tak i změnou aktivit nebo odpočinku.

Nyní opouštíte druhý post ředitele zařízení v rámci sítě Domovů Alzheimer. Co Vás tedy čeká dál?

Právě teď mám na stole rozpracované a rozjednané asi 3 projekty. Jedná se nejen o nová zařízení, ale také ti-pování nových lokalit, měst nebo samotných objektů. Toto je dlouhodobý proces, který vyžaduje mnoho času a jednání.



Prozradíte nám, co máte tedy konkrétně v plánu pro rok 2019?

S definitivní platností mohu oznámit, že ve čtvrtém čtvrtletí tohoto roku nás čeká otevření našeho nového Domova, který se nachází v Mostě.

Předpokládám, že aktivně se právě tomuto začnu věnovat asi od dubna. Na řadu tak přijde nábor nových zaměstnanců, přijímání přihlášek našich budoucích klientů, nastavování spolupráce s dalšími subjekty a mnoho dalšího, včetně zahájení samotného provozu.

Kolik zaměstnanců budete přijímat a jaká je kapacita lůžek pro klienty nového Domova Alzheimer v Mostě?

Celkem budeme přijímat okolo 70 stálých zaměstnanců od zdravotnického personálu, přes technické až po vedoucí zaměstnance. Další pak budou určitě na dohody nebo jako externí pracovníci.

Lůžek máme připravených celkem 96 a kontaktní formulář je k dispozici na našich webových stránkách www.domovalzheimer.cz.

Celý rozhovor i s dalšími otázkami a odpověďmi najdete na webových stránkách www.domovalzheimer.cz.



Rekonstrukce objektu je v plném proudu



Jóga a další benefity pro zaměstnance v Roztokách...

Od letošního února zavádíme v Domově Alzheimer v Roztokách u Prahy nové benefity pro zaměstnance. Vážíme si jejich práce, která je velmi fyzicky i psychicky náročná. Zrelaxovat se tak mohou při lekcích jógy nebo využít možnosti masáží a rehabilitačních cvičení. Jednou za měsíc odměníme také jednoho ze zaměstnanců speciálním dárkem v podobě dvou vstupenek do Dejvického divadla.



Tělo a duše v společném souznění, to vše přináší Jóga

Po náročné práci, tělo a mysl potřebuje odpočinek, proto jsme se rozhodli v našem zařízení tento „relax“ podpořit hodinami Jógy. Protáhneme svaly, uvolníme mysl,

naučíme se správně dýchat, to vše v příjemném prostředí a s relaxační hudbou.

Lekce pro naše zaměstnance probíhají každé úterý od 19:15 do 20:15 hod. v kavárně Domova, pod vedením Věry Spoustové, která v Domově pracuje jako aktivizační pracovnice.



Kulturní zážitek

Za podpory členky dozorčí rady Domova Alzheimer Mgr. Zdeňky Žádníkové Volencové, herečky Dejvického divadla, tak budeme od letošního roku moci každý měsíc odměnit jednoho z našich zaměstnanců kulturním zážitkem. Věříme, že vstupenky na divadelní představení právě Dejvického divadla našim zaměstnancům udělají radost a dopřejí příjemné zážitky.



Masáže a individuální rehabilitace pro zaměstnance

Kdo by si někdy rád nezašel na masáž. Rychlou pomoc od bolesti zad, uvolnění, zbavení stresu pro zaměstnance Domova Alzheimer Roztoky u Prahy nabízí za zvýhodněnou cenu pouze našim zaměstnancům fyzioterapeutka zařízení Viktória Nagyová.

Variety masáží a cvičení v délce 30 minut.

- Klasická masáž šíje a krku
- Klasická masáž zad
- Klasická masáž dolních končetin
- Měkké techniky v oblasti šíje, krku a zad
- Baňková masáž
- Kinesiotaping
- Relaxační cvičení na uvolnění přetížených svalů

Nostalgie v kavárně

Klienti v našem Domově v Roztokách se mohou zase o trochu více vrátit do dob dávno minulých. Nostalgicky se zasnít a ve svých představách odplout na kávu třeba do Londýna či Paříže.

Omamná vůně kávy, vkusné retro doplňky, pohoda, swing linoucí se ze stylového přehrávače...to vše je atmosféra naší nově zrekonstruované

a vyzdobené kavárny.

Klienti si zde mohou i se svými blízkými posedět nad lahodným nápojem, odpočívat, začíst se do své oblíbené knihy. Anebo se spolu s aktivizačními pracovníky věnovat zajímavým, kreativním činnostem v inspirativním prostředí.

Spokojený úsměv na jejich tvářích je naší největší odměnou.



Výlet na výstavu loutek v Roztokách

Začátkem února jsme s našimi klientkami navštívili hned dvě výstavy v místním Roztockém muzeu. První výstava, s názvem Kašpárkův svět, nám přiblížila český fenomén tzv. rodinného loutkového divadla, které se těšilo velké oblibě zejména v první polovině 20. století. V této době nechybělo domácí loutkové divadlo snad v žádné české domácnosti. Na výstavě bylo možno vidět rozmanité loutky, jeviště, kulisy, scény, ale také nábytek a interiéro-

vé doplňky. Klientky pak podle scén a loutek poznávaly různé názvy pohádek a pohádkových postavíček. Druhá výstava s názvem Prima sezóna a podtitulem Vily v okolí Prahy, Interiérový a oděvní design první republiky. Výstava přibližuje architekturu a životní styl první republiky a módu v meziválečném období. Klientky nejvíce zajímal styl odívání v tomto období. Načež klientky konstatovaly, že se móda stále opakuje. Bylo to příjemně strávené odpoledne.



Výstava Kašpárkův svět nám přiblížila svět loutkového divadla



Díky poutavému povídání s foto-projekcí pana Kratochvíla jsme se vydali až na Island

Přednáška o Islandu

Země ohně a ledu i tak lze nazvat ISLAND. Ostrov, který se rozprostírá na pomezí Severního ledového a Atlantského oceánu, který je svojí rozlohou jenom o něco větší než naše republika. Zajímavostí však je, že tam, na rozdíl od České republiky, žije jenom něco kolem 350 tisíc obyvatel. Tuto zemi, životní styl tamních obyvatel

a krásnou krajinu nám 12. února přišel představit pan Tomáš Kratochvíl, jehož velkým koníčkem je právě cestování, poznávání nových kultur a fotografování. Foto projekce, doplněná jeho poutavým povídáním, nám oživila odpoledne a pomyslně nás na okamžik přenesla do této úchvatné země.

Barevné odpoledne

Ani v roce 2019 nechybí mezi našimi aktivitami a zábavou tvoření. Tentokrát jsme si vybrali jako materiál – modelínu. Ať nám nikdo netvrdí, že modelína uchvátí jenom děti. I my, ač jsme dříve narození, se rádi vrátíme do dětství. Nejenom že si procvičíme jemnou motoriku při všem tom válení,

hnětení a tvarování, ale zapojíme svoji fantazii, kreativitu a barevnost, která nám i v seniorském věku není cizí. Zelené chobotnice, červení šneci, modrá hádاتا a mnohdy neidentifikovatelná zvířata, nám zpříjemnily jedno odpoledne, které jsme si jaksepatří užili, i když za okny ještě pořád vládla zima a chlad.



Modelování nás bavilo a probudilo naši fantazii a tvořivého ducha

Vyrazili jsme na Karlův most



Dopolední procházka po proslulém Karlově mostě nám přinesla víc než jen pobyt na čerstvém vzduchu a překrásné výhledy...

Procházku po nejkrásnějším místě v Praze, jsme si užili i s úžasnými výhledy ze světoznámého Karlova mostu. Tento most s bohatou historií okouzlí snad každého, kdo ho někdy viděl a okouzlil i nás. Ačkoliv je toto místo plné turistů, a to i v ranních hodinách, stál náš výlet za to. Začali jsme na Malé Straně, odkud jsme přešli na stranu Staroměstskou. Cestou jsme se pokochali nádhernými sochařskými díly Matyáše Brauna a dalších barokních mistrů, krásným výhledem na Staré Město a i na řeku Vltavu. Popovídali jsme si o historii,

připomněli několik pověstí a také jsme se dozvěděli spoustu zajímavých věcí. Věděli jste například, že se do malty nepřidávala vejce, jak to známe z legendy, ale podle rozborů v ní byly nalezeny stopy mléka a vína? Nicméně, most jsme přešli i z druhé strany, ze Starého Města na Malou Stranu. Tímto směrem jsme se pak nemohli vynadávat na Hradčany, které byly v dopoledním slunci naprosto překrásné. A jak zakončit tak hezkou vycházku? Samozřejmě odpočinkem. Došli jsme až k Lennonově zdi a poseděli si v Maltézské zahradě.

Projektové práce přístavby v Roztokách jsou ve finále



Domov Alzheimer®

Roztoky u Prahy z.ú.



Ve spolupráci s architektonickou a projekční kanceláří Archzone architects, s.r.o. finalizujeme tento měšic projekt zamýšlené přístavby našeho Domova v Roztokách u Prahy.

Hlavním účelem této stavby je přesunutí většiny technického zázemí z hlavní budovy právě do nově vzniklých prostor, které vyplní dosud nevyužívanou stráž mezi parkovištěm a budovou Domova. Nové umístění zde najde plynová kotelná a vzduchotechnické jednotky, vznikne zde větší skladovací prostor i zázemí údržby. Tyto

přesuny uvolní celou polovinu čtvrtého nadzemního podlaží pro vznik nových klientských pokojů i kanceláří administrativy, a umožní lepší využití technických prostor v přízemí budovy. Zároveň se zlepší přístup na parkoviště novým schodištěm, pod kterým najde nové umístění i záložní agregát výtahu, a na tuto změnu naváže i přesun odpadových nádob do přístavku směrem k hlavní silnici. Prostor přístupu na parkoviště se tak zcela uvolní.

Bonusem tohoto řešení se stane plynulejší propojení zahrady s budovou Domova. Na střešku přístavby totiž bude ústít nejen nové únikové schodiště, ale zároveň harmonický vstup z druhého patra Do-

movy přímo do prostoru terasy, která plynule naváže na vrchní část zahrady, stoupající od terasy u jídelny. Celkové provázání tohoto prostoru tak rozšiřuje možnosti aktivizace klientů a optimalizuje na maximum využití okolí Domova.

Ukončením projektových prací můžeme vstoupit do stavebního řízení, ježhož výsledkem by mělo být započnutí stavebních prací ještě v roce 2019.

***Marek Petrář,
správa majetku***



Vizualizace plánované přístavby Domova Alzheimer v Roztokách u Prahy, která přinese nové prostory pro klienty i technické zázemí

Nové auto pro naše klienty v Darkově

Vedení společnosti Domova Alzheimer zakoupilo začátkem tohoto roku nový víceúčelový automobil pro naše klienty v Darkově. Auto uveze až osm osob a sloužit bude převážně pro výlety s klienty a převozu k lékařským vyšetřením.

První výlet novým autem do Chotěbuzi

Koncem února někteří z našich klientů nový vůz hned vyzkoušeli. Cílem se nám stal „podvodní“ svět, který se nachází v Rybím domě v Chotěbuzi. Mimo příjemně strávenou návštěvu mezi akvárii jsme si tak tentokrát užili i samotnou cestu. Pohodlí a nový interiér vozu se s předchozími výlety objednávaným autobusem nedá vůbec srovnat.



Kalendář kulturních aktivit – Roztoky

Březen 2019

Vystoupení dětí ZŠ Žalov (7.3.2019)

Během dopoledne navštíví náš Domov žáci dvou tříd ZŠ Žalov, kteří za námi přijedou s hudebním vystoupením a kytarou.

Hudební cesta časem ku příležitosti MDŽ (8.3.2019)

Odpolední program s hudbou a zábavou pro seniory přinese Martin Krulich.

Procházka po Karlově mostě a jeho okolí

V rámci dopoledních aktivit vyrazíme s klienty na vycházku po Karlově mostě a jeho okolí.

Mořský svět Praha (14.3.2019)

Odpoledne si zpestříme výletem a vyjdeme se podívat do Mořského světa.

Březenové narozeninové oslavy seniorů

Jako každý měsíc oslavíme v jeden den všechny narozeny daného měsíce s našimi klienty s předáním drobných dáreků.

Duben 2019

České muzeum Hudby

Výlet do muzea a historie hudby.

Národní muzeum

Prohlídka Národního muzea s průvodcem jen pro naše klienty.

Oslava Velikonoc

Tradice u nás v Domově ctíme a tak ani na Velikonoce u nás nebude chybět výroba vajíček, pomlázek, ale i pečení mazance.

Dubnové narozeninové oslavy seniorů

Jako každý měsíc oslavíme v jeden den všechny narozeny daného měsíce s našimi klienty s předáním drobných dáreků.

Květen 2019

Návštěva kina Bio Oko

Návštěva kina, při které shlédneme film dle programu dopolední projekce.

Vycházka do kavárny

Naše oblíbené procházky jsou zpět.

Tentokrát vyrazíme do jarní krajiny v okolí, kterou zakončíme zastávkou v místní kavárně v Roztokách.

Květnové narozeninové oslavy seniorů

Jako každý měsíc oslavíme v jeden den všechny narozeny daného měsíce s našimi klienty s předáním drobných dáreků.

Pravidelné aktivity

Canisterapie

Arteterapie

Cvičení pro seniory

Náboženské okénko

Tvořivá dílna

Čtení seniorům

Společenské hry

Klub vaření



Mgr. Veronika Vorbachová
Vedoucí sociální pracovník



Terapie a další aktivity v Darkově

Terapie „vzpomínkou“ v našem Domově v Darkově

Jak řekl Johann Wolfgang Goethe: „Vzpomínky jsou jediným rájem, ze kterého nemůžeme být vyhnáni. Ve vzpomínkách i poupě, rozvíjí se v nejkrásnější růži“.

Reminiscenční terapie neboli terapie „vzpomínkou“ se řadí mezi terapie, které našim klientům v Domově Alzheimer v Darkově poskytujeme. Jedná se o terapii, při které se věnujeme dlouhodobé paměti našich klientů, konkrétně tedy jejich vzpomínkám.

V našem Domově tato terapie probíhá převážně v reminiscenční místnosti, která je vybavena dobovým nábytkem a různými starodávnými předměty, které jsou našim klientům velmi zná-

mé. Hned po otevření této místnosti na uživatele začne dýchat určité kouzlo minulosti. Jedná se tedy o podněty senzorické, mezi které můžeme zařadit fotografie, hudbu, vůni, ale i předměty, jako je nádobí, gramofón, kočárek, oblečení a psací stroj. Terapie pak zpravidla probíhá v podobě rozhovoru klienta s terapeutem, a to ve formě individuální nebo skupinové. Tento rozhovor se poté dotýká rozmanitých témat, včetně klientova dětství, mládí a také dospělosti, jeho rodiny, přátel, jeho práce, tedy jeho životních zážitků. Mezi oblíbená témata patří dále také například cestování, záliby, vaření a zvířecí mazlíčci.

Práci s touto terapií se intenzivně věnuje jedna z našich aktivizačních pracovnic paní Darina Frajkovská. Sama o této terapii říká: „S touto terapií jsem se seznamovala postupně při práci s našimi klienty, zkušenosti jsem získávala od svých kolegyně, z různé literatury a také z odborného semináře, který jsem absolvovala. Každodenně vidím obrovský přínos této terapie,



V Darkově se vzpomínkovým terapiím věnuje aktivizační pracovnice paní Darina Frajkovská

kteří velmi napomáhá zlepšení kvality života našich klientů. Klienti cítí zájem o svou osobu, mají se s kým podělit o své zážitky a zkušenosti, procvičují si takto paměť a také vznikají nová přátelství. Já sama si velice vážím důvěry, kterou do mě klienti při rozhovoru vkládají, zanechává to ve mně hluboký zážitek, když se při vzpomínání klienti nebojí projevit své emoce, jako například smích, radost, ale mnohdy i pláč“.

I nadále se tedy v našem Domově budeme této terapii věnovat a rozšiřovat své znalosti. Vždyť vzpomínky jsou to nejhezčí, co máme, a proto o ně musíme pečovat.



Společná posezení mají u klientů velký úspěch

Fyzioterapie u nás v Domově

Pohyb je nedílnou součástí lidského života. Z tohoto důvodu v Domově Alzheimer v Darkově klientům, kromě každodenního kondičního cvičení, poskytujeme i možnost fyzioterapie v rámci fakultativních služeb. Na její průběh dohlíží v našem Domově fyzioterapeutka Bc. Nikola Navrátilová ve spolupráci s paní Vladislavou Kalach, která je všeobecnou sestrou se zaměřením na rehabilitační ošetrovatelství.

Hlavním cílem je udržet u klientů co možná nejlepší fyzickou soběstačnost a poskytovat rehabilitační služby klientům, kteří z důvodu věku, nemoci, traumatických změn, pohybového omezení a následného omezení či úplné ztráty soběstačnosti potřebují zajistit dočasnou nebo trvalou pomoc k uspokojení svých potřeb, a pomoci tak k návratu k aktivitám, s přihlédnutím na fyziologický a zdravotní stav.

Fyzioterapie pak probíhá třikrát týdně po dobu 20 minut, a je tedy vždy přizpůsobena dle potřeb samotného klienta. Zaměřuje se například na zajištění hybnosti končetin, zlepšení jemné motoriky a celkové posílení

svalů. Terapie se jednak uskutečňuje ve vybavené tělocvičně, ale také přímo v pokoji klientů či v jiných prostorách našeho Domova. Při fyzioterapii terapeutky využívají nespočet pomůcek. Zapojují cvičení s overbally, nestabilní podložky, expandéry, šlapací kola a mnoho dalšího.

Sama fyzioterapeutka o své práci říká: „Cílem je vždy snažit se udržet klienta v pohybu, protože právě pohyb je pro nás ta nejpřirozenější činnost. Klient díky němu nabude sebe-

vědomí, a to se odráží na jeho duševním zdraví a celkovém psychickém rozpoložení. Mnohdy od svých klientů slyším, že jejich touhou je právě projít se po pokoji, projít se do kavárny nebo jen zajít k televizi do společenské místnosti. Během pohybových



Fyzioterapeutická cvičení v Darkově vede Bc. Nikola Navrátilová

terapií se snažíme i o rozvoj kognitivních schopností a podporujeme klienty v seberealizaci. Důležité pro nás také je, aby rehabilitace nebyla násilná a nucená, ale aby klienta bavila, těšil se na ni, ale především aby byla i příjemně stráveným časem“.



Pohybová cvičení neprobíhají ve speciálně vybavené místnosti, ale také na chodbách či pokojích



I nechodící klienti potřebují stále co nejvíce možného pohybu

Náš klub vaření v Darkově

Že láska prochází žaludkem a hlad je nejlepší kuchař ví asi každý. Zájem o vlastnoruční výrobu pochoutek teplé i studené kuchyně je mezi našimi klienty opravdu velký a není proto divu, že jedním z nejoblíbenějších odpoledních klubů se stal právě klub vaření.

I v novém roce jsme se tedy po odmlce, která nastala po vánočním pečení cukroví, sešli opět s klienty Domova Alzheimer Darkov a pustili se s chutí do díla. Ve středu 6. února to nakonec po spravedlivém hlasování vyhrál vajíčkový salát.

Jako je vždy zvykem, i tentokrát klienti s aktivizačními pracovníci začali pracovat až poté, co si pustili oblíbenou hudbu a uvařili dobrou kávičku. Následovalo rozdělení úkonů a mohlo se začít. Při výrobě salátu někdo krájel vajíčka, někdo zase cibulku, okurky či pečivo. Nejdůležitější prací se však stalo míchání surovin a následné dochucování. Tohoto úkolu se zhostila paní Janička, která při práci pronášela veselé i pravdivé průpovídky, jako například: „hudba je lék, to víme všichni, ale



to stejné platí o dobrém jídle“, v čemž jí všichni zúčastnění samozřejmě dávali za pravdu.

Mezi kuchaři vládla po celou dobu uvolněná, domácká atmosféra, a kromě vyprávění veselých příběhů o nepovedených receptech do-

šlo i na zpívání oblíbených písniček. Při závěrečném ochutnávání se pak účastníci domlouvali, co budou kuchtit příště, a my Vám již můžeme prozradit, že se chystá pečení jablčných závinů, které budou jistě znamenité.

Máme dalšího mazlíčka v aktivizační místnosti!

Poslední dva týdny bylo v jedné z našich aktivizačních místností v Domově Alzheimer v Darkově opravdu velmi živo a veselo. Mohl za to nový chlupatý přírůstek v podobě samičky králíčka dlouhosrstého.

Netrvalo to ani pět minut a králíčí krasavice s krásnými očima a ušlechtilým jménem Phoebe si získala srdce všech v Domově. Ihned po svém příchodu neváhala prozkoumat celou místnost a poté už se spokojeně

nechala hladit a hýčkat. „Ty jsi náš králíček ušáček“, „je to naše zlatíčko“, „jsem ráda, že ji tu máme“. Tyto věty šlo poté slyšet od našich klientů. A dle momentů zachycených na fotografiích se není čemu divit. Phoebe se tedy přidala k našim dalším mazlíčkům, africkému šnekovi Bédovi a vodní želvě Žofce a spolu s nimi svou milou společnost každodenně zpestřuje našim klientům dopolední aktivizace.



Králíček dlouhosrstý se jménem Phoebe je naším dalším darkovským mazlíčkem, který si okamžitě získal srdce každého z nás

Kalendář kulturních aktivit – Darkov

Březen 2019

Slavení MDŽ

Program dětí ZŠ Komenského a rozdávání drobných dáreků.

Soutěžní klání v „Bingu“

Hraní společenské hry o ceny.

„Ta naše písnička česká“

Vystoupení muzikanta Švidrnocha.

Exkurze do „podvodního“ světa

Výlet do Rybího domu v Chotěbuzi.



Duben 2019

Kino pro pamětníky

Promítání černobílých českých filmů.

Zooterapie aneb „Máme rádi zvířata“

Pozitivní působení při kontaktu zvířete a člověka.

Pomlázková zábava

Odpolední veselí s tradičními prvky.

Posezení ve Společenském domě

Procházka lázeňským parkem spojená s ochutnávkou zákusků a kávy.

Květen 2019

Výlet do Zoologické zahrady

Návštěva zvířátek a botanické zahrady v Ostravě.

Sportovní olympiáda

Sportovní den v našem Domově o zajímavé ceny.

Hudební vystoupení p. Patky

K poslechu i tanci při retro písničkách nám zahraje oblíbený místní muzikant.

Skupinová canisterapie

Léčebný kontakt psa a člověka a naše pravidelná milá návštěva.

Pravidelná Biblioterapie

Andělská léčení (6.12.2018)

Povídání na téma andělů.

Alžběta Bavorská přezdívaná Sissi (13.12.2018)

Vánoční básně, koledy a Jakub Jan Ryba (20.12.2018)

Poetoterapie.



Mgr. Mária Schindlerová
Sociální pracovník



Mgr. Leona Seberová: Domov Alzheimer Darkov v roce 2019



Vážení přátelé a klienti,
v roce 2019 Vám z celého srdce
přeji i nadále příjemný, spokojený
a důstojný pobyt v našem Domově
v Darkově.

Také v minulém roce byly naše ak-
tivity a činnosti podřízeny plnění
tohoto poslání. Měli jsme nasta-
veny cíle v různých oblastech ži-
vota Domova, mnohé z nich jsme
úspěšně splnili, některé však jen
částečně a proto budeme pokračo-
vat v cestě k jejich úplné realizaci.

V tomto roce se budeme věnovat zejména čtyřem stěžejním projektům. Systematickým vzděláváním zaměstnanců a posilováním jejich kompetencí a kapacit chceme zvýšit kvalitu poskytovaných služeb v oblasti individuální péče o klienta. V ročním plánu jsou tak školení, kurzy pečovatelské vybrané na míru, zefektivnění kontrolní a hodnotící činnosti vedoucích pracovníků a při výběru zaměstnanců se zaměříme především na míru empatie, která je zásadní pro plnění poslání pečovatelské.

Nadstandardní úroveň si také chceme uchovat a dále posunout v sociálně terapeutických činnostech. Podmínkou je především udržení si kvalifikovaného, vysoce motivovaného personálu. Jejich prostřednictvím chceme klientům nadále poskytovat a rozšiřovat skupinové i individuální formy terapií. Výborné výsledky jsme zaznamenali například v práci

s konceptem bazální stimulace, která je určená především klientům s těžkou demencí. Tu by mohl v tomto roce koncepčně doplnit multisenzorický relaxační přístup neboli tzv. snoezelen. Nové techniky jsme si také připravili i ve fyzioterapii nebo stravování při podávání mechanicky rozmělněné stravy. V minulém roce jsme rovněž započali s technickou úpravou přilehlé zahrady pro připravovanou zahradní terapii, a nemohu opomenout ani žádoucí rozšiřování chovu našich zvířecích miláčků pro účely zooterapie.

Třetí oblastí je zpříjemňování prostředí jak pro klienty a jejich rodiny, ale i zaměstnance. V tomto roce na pokojích III NP zkrášlíme okna novými závěsy v příjemném dekoru s blackout, zatemňovacím efektem. Také pracujeme na podnětném prostředí na chodbách našeho Domova a postupně se snažíme revitalizovat pokoje. Na terasách chceme zajistit kvalitní a trvalé zastínění, sloužící k příjemnému posezení, a pracujeme na jejich bezbariérovém přístupu. I v prostorách zahrady se budou dít změny: na základě doporučení odborníků budou setnuty některé stromy, bude dodáno více pohodlného posezení se zastíněním a bude opravena asfaltová cesta, která protíná vstup na zahradu.

Nedílnou součástí plánů Domova se stávají i potřeby provozní. Vzhledem

ke společenské zodpovědnosti připravujeme třídění odpadů, ekologické postupy při čištění a uchovávání odpadního potrubí, zvyšujeme také profesionální vybavenost kuchyně i údržby. Především pro klienty jsme v lednu zakoupili vícemístné užitkové auto pro převážení klientů a jejich kompenzačních pomůcek. Zvažujeme koupi mycího stroje pro úklid chodeb a vysokotlaký parní čistič pro fyzikální dezinfekční a čistící účely.

Naše vytyčené cíle budou prolínány periodicky významnými, organizačně náročnými událostmi Domova, na které se velmi těšíme. Jsou jimi velikonocní a vánoční svátky, které bývají spojeny s tradičními vystoupeními místních spolků pro potěšení našich klientů.

Za vrchol sezóny, jako poděkování klientům, rodinám, zaměstnancům, odborné spolupracující veřejnosti, zastupitelům města Karviná i místním obyvatelům, pak vnímáme pozvání na náš slavnostní, programem nabitý narozeninový den, který se bude konat opět ve čtvrtek 12. září 2019.

Mgr. Leona Seberová
ředitelka Domova
Alzheimer Darkov, z. ú.

