

ZPRAVODAJ

č.20 / červen 2020

JARO V ROZTOKÁCH

V DARKOVĚ NOVĚ CVIČÍME JÓGU

ROZHOVOR S KOORDINÁTOŘI
PRACOVNÍKŮ V SOCIÁLNÍCH
SLUŽBÁCH V DARKOVĚ

S VRCHNÍ A STANIČNÍ SESTROU
V ROZTOKÁCH NEJEN O DOBĚ
KORONAVIROVÉ

POZVÁNKA NA NAROZENINY
DOMOVA ALZHEIMER DARKOV

PODĚKOVÁNÍ ZA PODPORU
NAŠICH DOMOVŮ

KALENDÁŘE CHYSTANÝCH
AKCÍ



*Domov Alzheimer Most
již v plném provozu*

Mostecký Domov Alzheimer nabral druhý dech

Jak to všechno začalo? Mostecká radnice vyšla vstříc společnosti Domov Alzheimer, která hledala další místo pro svůj projekt pomáhající lidem s demencí, zejména těm, kteří trpí Alzheimerovou chorobou. V Mostě tak začalo postupně vyrůstat v pořadí již třetí zařízení tohoto typu. Investorem je Mostecká bytová a.s. a provozovatelem společnost Domov Alzheimer.

Zájem na úspěchu všeho měly obě strany. Město Most chtělo zajistit takovéto služby nejen pro své občany, ale také pro lidi z blízkého okolí. Společnost Domov Alzheimer dokázala nabídnout dlouholeté zkušenosti s péčí o klienty z předchozích dvou míst, z Dalkova a Roztok u Prahy. Spojení sil těchto dvou subjektů znamenalo mj. nové pracovní příležitosti pro Mostecko a zároveň příležitost pro zapojení řady místních firem, které se na vybudování celého za-



řízení podílely.

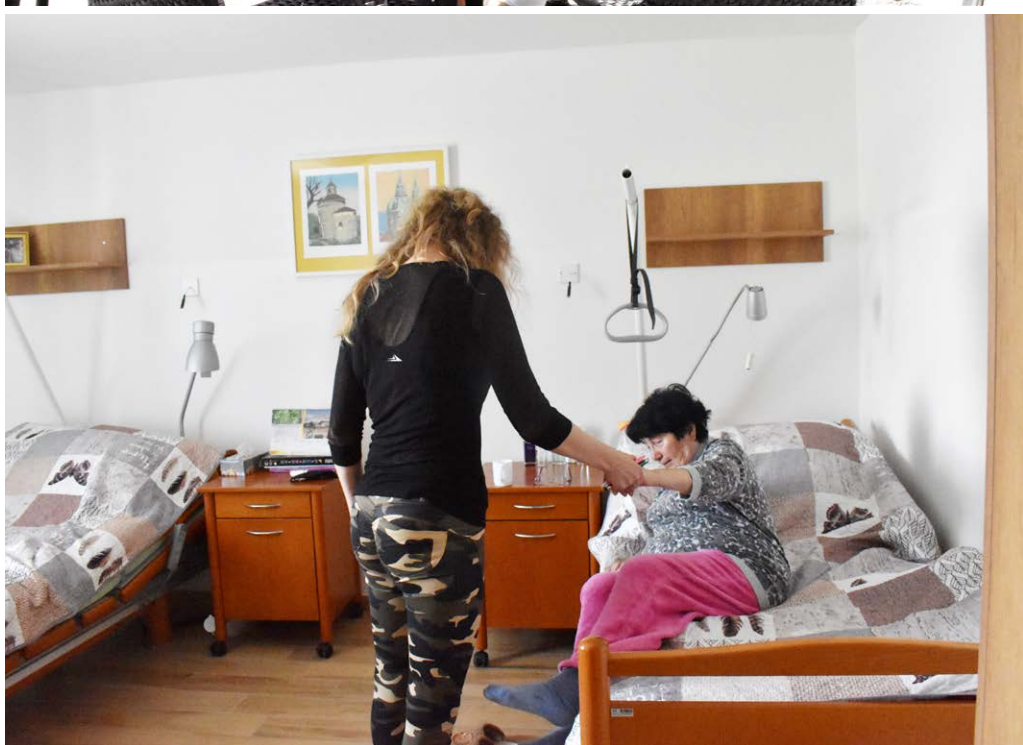
„Naše zařízení otevřelo své dveře pro první klienty koncem února letošního roku, avšak rušno bylo v objektu už od prosince roku loňského. Nastoupili první zaměstnanci, kteří museli zajistit úklid, nastěhovat nábytek a vyba-

sklady, šatny personálu, prádelna a další provozní místnosti, až po 5.NP, kde jsou, tak jako v patrech níže, pokoje klientů, aktivizační místnosti, sesterny a další zázemí pro úsek přímé péče. Součástí objektu je pak i nově vybudovaná kuchyň a jídelna, na kterou navazuje velická terasa se vstupem na zahradu.



První klient u nás našel zázemí koncem měsíce února. V následujících dnech, kdy se měl nově otevřený Domov Alzheimer začít intenzivně rozvíjet, přišla epidemie koronaviru a vše se zpomalilo. Museli jsme společně zvládnout situaci nelehkou nejen pro klienty, za kterými nemohli chodit rodinní příslušníci ani další návštěvy, ale i pro samotný personál. Neobešlo by se to bez pomoci zvenčí, včetně té, kterou poskytli příbuzní našich klientů, jako například pan Miroslav Fencel, který se postaral o dodání dezinfekcí a šitých roušek. Za to moc děkujeme," řekl Zbyněk Gembiczki, ředitel Domova Alzheimer Most.

Od chvíle, kdy se situace rozvolnila, přibývají noví klienti takřka denně, souběžně přicházejí i další zaměstnanci. Na konci června bude v Domově ubytováno 50 klientů a do konce roku 2020 se počítá s bezmála stovkou seniorů. O ty se bude starat přibližně 80 stálých zaměstnanců, jako jsou - zdravotní sestry, pečovatelé a zaměstnanci provozu – kuchaři, pomocné síly v kuchyni, pracovníci prádelny, úklidu a další. Zároveň se bude rozšiřovat spektrum poskytovaných služeb mimo služby sociální a zdravotní, které naši klienti využívají již od začátku otevření Domova. Mezi tyto nově poskytované služby patří např. pedikúra, kadeřnictví až po nabídku kulturních akcí a výletů. Dále pak připravujeme zahájení canisterapie, hipoterapie a další aktivizační činnosti, které umožní klientům lépe zvládat jejich zdravotní stav i sociální začlenění v našem Domově.

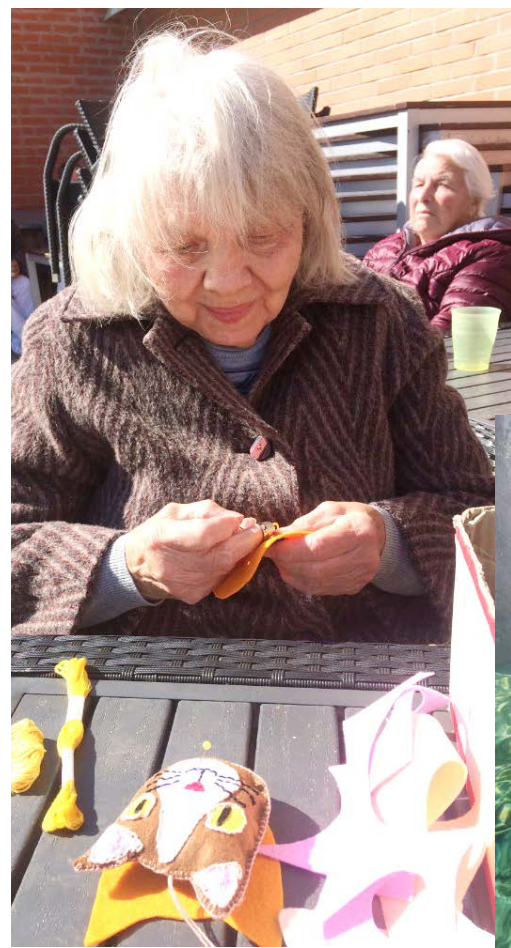


Jaro v Roztokách

Jaro jsme si v Roztokách vychutnali plnými doušky a užili si sluneční paprsky a čerstvý vzduch na naší zahradě.

Pořídili jsme nové ohniště a mohli tak pořádat country sedánky. Klienti vzpomínali na časy svého trampování, opékali jsme buřty, zpívali táborové písničky a dobře se bavili.

Ohniště se nám hodilo i na tradiční pálení čarodějnic. Letos jsme na čarodějnici využili zbytky skartovaného papíru. Klienti si při její výrobě procvičili jemnou motoriku. Tato cvičení patří u nás k těm nejoblíbenějším. Ve složité době koronavirové, kdy klienti přišli o možnost návštěv svých rodin i výletů, se tyto dovednosti velmi hodily. A tak jsme neustále stříhali, vyšívali a pořídili si spoustu krásných dekorací pro vyzdobení našeho Domova.



V Darkově cvičíme jógu

Již šestým rokem se v Darkově snažíme zpříjemnit klientům pobyt v našem Domově a nabídnout pestrou škálu různých aktivit. Letos na jaře jsme začali cvičit jógu.

Mnohdy stačí vnímat více své vlastní tělo, a i pouhá myšlenka konkrétního pohybu napomáhá zlepšení mobility a vitality seniorů.

Jóga pro seniory je určena nejenom pro starší věkovou generaci, kterou už bohužel doprovázejí různé zdravotní problémy, nejčastěji to jsou bolesti svalů a kloubů, vysoký krevní tlak, špatný spánek, ale také pro osoby s určitým fyzickým omezením nebo trpící nadváhou. Správné dýchání a vhodná fyzická aktivita šetrná k pohybovému aparátu mohou všechny tyto obtíže zmírnit nebo je odstranit.

I když jako při každém cvičení je kladen důraz na správné provedení

pozic, jde na těchto hodinách hlavně o dobrý pocit, objevení radosti z pohybu a odpočinek. Cvičíme tedy i s imobilními klienty.

Hodiny jsou vedeny v pomalejším tempu za doprovodu relaxační hudby a hojně se na nich využívají pomůcky (pásky, bolstery, ručníky, židle). Jednotlivé jógové pozice se prolínají s dechovými cvičeními a hodina je zakončena závěrečnou relaxací.

Mezi pozitivní účinky jógy patří například to, že rovnoměrně protahuje a posiluje svaly na celém těle, preventivně působí proti bolestem zad, stimuluje metabolismus a lymfu, pomáhá uvědomění si dna pánevního a jeho zapojení do cvičení jako prevence inkontinence, podporuje funkčnost vnitřních orgánů, posiluje imunitní systém, rozvíjí a zlepšuje funkci srdečně cévní, dýchací, vylučovací, trávicí a nervové soustavy, přináší zklid-



nění a schopnost lépe se koncentrovat, naučí správně a účinně dýchat a relaxovat.

A co říkají samotní klienti po cvičení? „Bylo to skvělé. Cítili jsme přívál energie a pocitu štěstí.“

Naši klienti se mohou těšit na pravidelné cvičení s kvalitním lektorem jógy jednou za týden.



Rozhovor s vrchní a staniční sestrou z Roztok

Od listopadu 2019 má Domov Alzheimer v Roztokách novou vrchní sestru Evu Krůčkovou (EK) a od května 2020 staniční sestru Petru Klarnerovou (PK). Přečtěte si rozhovor s těmito milými dámami, které se rozpovídaly nejen o tom, jak zvládaly dobu koronavirovou...

Jaká je vaše profesní zkušenost?

EK: Před nástupem do Domova Alzheimer v Roztokách jsem pracovala 14 let v nemocniční péči na jednotkách intenzivní medicíny a 15 patnáct let v sociálních službách na pozicích koordinátora bazální stimulace, směnové, staniční a vrchní sestry, posléze i metodika pro ošetrovatelskou péči a vzdělávání.

PK: Před nástupem do Roztok jsem byla zaměstnaná tři roky na interním oddělení nemocnice v Českých Budějovicích a po návratu z mateřské dovolené deset let v sociálních službách na pozici sestry, směnové sestry a posledních pět let na pozici staniční sestry.

Proč jste si vybraly toto povolání?

EK: Upřímně musím říct, že největší motivací pro mě už od dětství byly modré šaty a čepec. Naopak nejvíce

jsem se děsila sesterských bot na šněrování ☺. Také mě jako dítě „nadchl“ můj pobyt na chirurgii po operaci slepého střeva.

PK: U mě je to už obligátní radost, že mohu pomáhat lidem a starat se o nemocné a staré lidi. V dětství jsem trávila hodně času u babičky s dědou a bavilo mě jim pomáhat.

Společnou motivací pro nás obě byl dnes již kultovní seriál Nemocnice na kraji města od Jaroslava Dietla.

Co vás na tomto povolání baví nejvíce a co vás naopak znepokojuje?

EK: Určitě mě baví nové postupy, přenesení získaných zkušeností do praxe, zaškolení nových pracovníků, implementace prvků bazální stimulace do běžné péče u klientů s demencí. K tomu se váže i snaha o zpříjemnění prostředí a propojení společné péče mezi rodinou a pečujícím personálem. Znepokojuje mě nezáměr o povolání sester či pečovatelů.

PK: Baví mě práce se seniory, ráda se podílím na léčbě chronických a akutních ran, zajímá mě problematika hospicové péče. Znepokojuje mě, že v tomto oboru nechce nikdo pracovat, a když už se rozhodne pro tento obor, tak je velmi často rychle demotivován finančními podmínkami v zařízeních sociální péče. Demotivací je taktéž práce se starými lidmi, kde nejsou vidět rychlé výsledky a je častá přítomnost smrti.

Jak náročné bylo období koronavirové epidemie?

EK+PK: Z našeho pohledu byl asi nejvíce náročný počátek epidemie, kdy jsme se každým dnem dozvíдали něco nového, nařízení vlády se měnila téměř z hodiny na hodinu a situace byla hektická a nepřehledná.

Chtěly bychom vyjádřit vděk za vlnu

solidarity v tomto období všem, kteří nám přinesli našité roušky, v domácích podmínkách tiskli ochranné štíty, nosili cukrovinky, kávu, ovoce, nabízeli finanční pomoc k zakoupení ochranných prostředků jak pro klienty, tak i pro personál. V tom velkém množství, nechceme nikoho jmenovat, abychom na někoho nezapomněli. Velký dík patří zaměstnancům, kteří se chovali zodpovědně, dodržovali všechna nařízení a uvědomovali si důsledky možné nákazy v zařízení. Byli připraveni na možnost karantény v celém zařízení. Toto období pro ně jistě nebylo lehké. Musíme si uvědomit, že celá situace netrvala týden, ale trvá již čtvrtý měsíc. I když se již postupně krizová opatření uvolňují, riziko nákazy stále přetrvává. Další dík patří rodinám za jejich pochopení a spolupráci během celého období. Jsme si vědomi toho, že pro ně jistě nebylo a není lehké nevidět své blízké vůbec nebo v omezené míře. Těžká byla tato situace i pro naše klienty, kteří vzhledem ke své základní nemoci nedokážou pochopit, proč je jejich děti, vnoučata, známí, nemožnou navštívit. Snažili jsme se s nimi hovořit, vysvětlit jim, co se děje, zprostředkovat jim kontakt s rodinou třeba pomocí skype.

Jak relaxujete?

EK: Nejvíce si odpočinu při četbě knih, při poslechu vážné hudby, při procházkách s mými dvěma pejsky, v létě miluji sluníčko. Také ráda renovuji, maluji a chodím do obchodů s hezkým oblečením.

PK: Ráda čtu, pracuji na zahrádce a rozptýlení mi přináší moje čtyři děti.



Zleva: Eva Krůčková, Petra Klarnerová

Zdeňka Žádníková

o tom, jak se žije s koronou v zádech...

Nikdy by mě nenapadlo, že můj první psaný příspěvek do občasníku Domova Alzheimer bude mít zrovna takové téma. Titulek mohl rovněž vypadat i takto: Jak se žije s Ing. Radkem Žádníkem s koronou v zádech. Upřímně – trochu jsem žárlila. Poprvé za 19 let manželství. Tolik zájmu a pozornosti se hned tak nevidí.

Úvod jsem si dovolila jemně odlehčit, snad z úlevy, že ten STRACH, který vládl společnostem březnem a dubnem, notně přizpůsobený médií, už není v plné síle.

Jsem herečka a tím mi od 10. března skončila veškerá práce. Děti byly celé šťastné, že mají maminku doma a role paní učitelky není ve druhé třídě základní školy zase tak herecky složitá. Sladit stavbu lega, násobení dvěma a pečení druhé bábovky (první už snědly) zvládám bravurně, čtyři děti nemáme první den.

Horší to bylo s Radkem Žádníkem. Od rána na telefonu s Petrem Jiráskem, sledování hned několika televizních stanic najednou, vymýšlení strategií a různých scénářů podle toho, kam se vrtnul vládní škuner plný dalších nařízení. Ředitelé a management domovů Alzheimer v pohotovosti. Zkrátím to – nepustil nás ani na nákup do Lidlu, chodil sám a pokaždé proběhla dezinfekce jako na operačním sále. U něj to ale nebyl STRACH, ale obrovská ZODPOVĚDNOST.

Za klienty a za personál. Připomínal lva v ohrožení, který krouží v pravidelných intervalech kolem smečky.

Při pečení třetí bábovky jsem nesměle nabídla, zda mohu nějak pomoci. Potřebujeme roušky pro klienty, ozvalo se od počítače. Šicí stroj se rozbil po hodině, opraváři v karanténě. Naštěstí mám hodně herecké kolegyně, které umí vládnout sociálními sítěmi.

Tímto chci poděkovat Veronice Khék Kubařové za výzvu na Instagramu, díky níž během tří dnů dorazily desítky roušek. Castingová ředitelka Mirka Hyžíková, herečka Lenka Zbranková, naše kostymérka Denisa z Dejvického divadla....dámy, děkujeme!

Roušky budeme i nadále využívat třeba při chřipkových epidemiích.

Svět sociálních služeb se nezastavil, ten umělecký úplně a pozvolna se snad rozběhne na podzim.

Možná si jen na závěr dovolím malou poznámku, že to, co nás v nucené karanténě těšilo, bylo právě i umění – filmy, hudba, knížky.

Přeji vám za rodinu Žádníků hezké léto.

Zdeňka Žádníková



Sportem ku zdraví V Roztokách sportujeme

Jednoho krásného, slunečného dne se naše zahrada v Roztokách změnila v bojiště...A to konkrétně v místo konání velké akce – sportovního víceboje. Naši klienti mají sportovního ducha a do soutěžení je nikdo nemusí pobízet. Sami si

vymýšleli další a další kategorie, ve kterých by mohli získat nějakou tu medaili. Všichni se snažili dosáhnout stupňů vítězů a samozřejmě dodržovat zásady Fair play. Sportu zdar, sláva vítězům a čest poraženým.



Poděkování z Roztok

Rádi bychom touto cestou poděkovali všem uvedeným i neuvedeným dárcům, kteří nás podporují v tomto nelehkém období. Jsme velmi rádi, že držíme spolu, a jak se říká „Spolu to zvládneme“. Je obdivuhodné, jak se v krizových situacích všichni dokážeme semknout. Určitě také děkujeme všem rodinám, zaměstnancům a v neposlední řadě klientům za trpělivost, pokoru a porozumění s mimořádnými opatřeními, která situace Covid-19 přináší.

Finanční dary:

Firma Heckl s.r.o. (20.000 Kč), paní Kadlecová (3.000 Kč)

Ochranné pomůcky (respirátory FFP1, FFP2, jednorázové roušky, nano roušky, látkové roušky, štíty, dezinfekce, nano filtry):

Firma Heckl s.r.o., Městský úřad Roztoky, firma Dukane, paní Krejčová, paní Kadlecová, paní Poláková, paní Růžicková, paní Rožňáková, Krajský úřad Středočeského kraje, HZS Roztoky, paní Klinkerová, paní Fridrichová, paní Khek Kubařová, EP Holding CZ, paní Seifertová, Eaton European Innovation Center, paní Dostálová, Česká advokátní komora

Občerstvení a vitamínové doplňky stravy:

Vietnamský obchod Roztoky, Hotel Diplomat, paní Seifertová, paní Dostálová, Staročeská pekárna – Lenka Fairaislová, Nadace Dagmar Havlové

Podpora kulturních akcí:

Projekt „Pod okny“ – paní Dostálová





Poděkování z Darkova

Domov Alzheimer Darkov děkuje

- nadaci ČEZ za finanční účelový dar ve výši 70 000 Kč
- nadaci Kaprona za věčný dar ve výši 7 560 Kč
- nadaci Grant Agreement za finanční účelový dar ve výši 100 000 Kč
- nadaci VDV Olgy Havlové za finanční účelový dar ve výši 50 000 Kč
- obci Stonava za finanční účelový dar ve výši 10 000 Kč
- obci Dolní Lutyně za finanční účelový dar ve výši 5 000 Kč
- Městu Karviná za poskytnutí dotace na vzdělávání zaměstnanců ve výši 35 000 Kč
- Městu Havířov za poskytnutí účelové dotace ve výši 5 000 Kč
- Firmám: Naturakosmais, Steriwund, Teta drogérie, L'Oréal, Tesco, Bella Bohemia za věčné i finanční dary, kterými nás v době pandemie podpořili

Děkujeme paní Kateřině Františové Müllerové za S.O.S balíčky, kterými pravidelně rozdává radost klientům i zaměstnancům Domova.

Děkujeme všem rodinným příslušníkům za trpělivost a také za jejich věčné i finanční dary ve výši 38 000 Kč.



Děkujeme za balíčky firmě L'Oréal



Převzetí daru od nadace Kaprona



Drogerie Teta děkuje sestřám



Zahradní prvky zhotovené firmou Dakol z prostředků nadace ČEZ



Poděkování patří i dárkyni SOS balíčků



Balíčky SOS dělají radost nejen zaměstnancům, ale i klientům

Rozhovor s...

koordinátory pracovníků v sociálních službách v Darkově Janou Křižanovou a Markem Futákem o jejich práci i o tom, jak zvládali zátěž v době pandemie

Marku, co Vás přivedlo k profesi koordinátora pracovníků v sociálních službách v domově se zvláštním režimem?

K práci v našem Domově mě přivedla touha po změně. Dříve jsem se pohyboval v komerční sféře v oblasti bankovníctví, marketingu, posléze pojišťovnictví. Časem jsem dospěl k závěru, že jsem se pro takovou práci vnitřně vyčerpal a hledal jsem nové uplatnění, o němž jsem se domníval, že může mít nebo má vyšší smysl. Chtěl jsem být společností užitečný jinak a poskytnout i sobě pocit, že dělám prospěšnou práci pro lidi, respektive pro ty nejpotřebnější z nás.

Mohl byste zhodnotit náročnost této pozice a přiblížit její náplň?

Práce v sociálních službách je obecně velmi náročná a nedoceněná. Je obtížná fyzicky a klade zvýšené nároky na psychickou odolnost.

Práce koordinátora spočívá v zabezpečení organizace dne, dohledu a dopomoci pečovatelům. Podílí se na zajištění nepřetržitého provozu Domova, organizuje práci pečovatelek a pečovatelů, kooperuje se sociální pracovníci, vrchní i staniční sestrou, zdravotním úsekem a spolupracuje s aktivizačními pracovníci. Podílí se na zajištění funkčnosti a dostupnosti potřebných kompenzačních pomůcek, komunikuje s vedoucím provozu a s provozními zaměstnanci koordinuje opravy, servis a v neposlední řadě také stravovací služby.

Jak posuzujete z Vašeho pohledu

fungování domova v běžném režimu a v době pandemie? V čem spatřujete hlavní rozdíl?

Především chci zodpovědně říci, že náš Domov zvládl celou pandemickou situaci naprosto bravurně. Já sám jsem hrdý na naše zaměstnance, kteří ze všech sil usilovali a také zajistili chod našeho zařízení v mimořádně náročné situaci, kterou si procházel bez nadsázky celý svět. O naše klienty bylo postaráno maximálně profesionálně, přičemž k narušení či zmenšení komfortu našich seniorů došlo jen v nezbytně nutné míře, a to kvůli zachování jejich zdraví a bezpečnosti. Všechna naše opatření nakonec vedla k tomu, že jsme se vyhnuli přímé nákaze a pevně věřím, že se to nezmění ani v budoucnu.

Jak nejraději trávíte volný čas a relaxujete?

Volný čas trávím nejraději se svou ro-

dinou, budoucí ženou Lucií a našim Vojtou. Už za pár týdnů budeme mít doma navíc nového člena rodiny, malého Marečka, na kterého se nesmírně těšíme. Veškerý čas a energii teď věnujeme přípravě na porod a tomu, aby se mu u nás doma líbilo. Pakliže mi vyjde trochu času navíc, rád si čtu eventuálně se podívám na film. S radostí také trávíme čas procházkami nebo na naší zahradě.

Janko, co vás přivedlo k profesi koordinátora pracovníků v sociálních službách v Domově Alzheimer?

Na pozici jsem byla vybrána zřejmě díky svým zkušenostem a postoji k našim klientům. Začínala jsem v Domově jako pracovník v sociálních službách. Také jsem v našem Domově dělala aktivizační pracovníci. Časem jsem se po absolvování kurzů a školení vypracovala na koordinátora. Protože se mi ta práce líbí a moc



mě baví, chodím s radostí do práce. Mám dobrý pocit, že můžu našim klientům být nápomocná. Sama už rodiče nemám, tak mi je naši klienti nahrazují.

Mohla byste zhodnotit náročnost této pozice a přiblížit její náplň?

Tato pozice je důležitá a velmi náročná. Hlavně spočívá v dohledu nad pečovateli, samozřejmě být jim nápomocná, tedy, aby naši pečovatelé měli veškeré potřebné pomůcky, a mohli kvalitně vykonávat svou práci a tím uspokojit naše klienty. Také se starám o rozdávání stravy pro klienty dle jejich potřeb. A určitě jde o spolupráci mezi úsekem přímým, zdravotním a sociálním.

Jak posuzujete z Vašeho pohledu fungování domova v běžném režimu a v době pandemie koronaviru?

V běžném režimu je ráno snídane v jídelně, potom aktivizace, oběd, individuální aktivizace, svačina a večeře. V průběhu dne návštěvy rodin klientů.

Také různé akce, např. reminiscence, vaření nebo opékání, procházky, výlety...V době pandemie bylo o naše klienty postaráno profesionálně, snažili jsme se, aby jejich komfort nebyl narušen. Jedině co klienti hodně postrádali byly návštěvy rodin. Někteří klienti byly smutnější, stýskalo se jim po příbuzných. Špatně to snášeli. Ale všechna

opatření se vyplatila, nákaze jsme se vyhnuli.

Jak nejraději trávíte volný čas a relaxujete?

Ráda luštím křížovky. Moc ráda jezdím na hory, sbírám ráda houby, to je pro mě největší relax. Klid, samota, hodně zeleně, tak se nejlépe zrelaxuji.



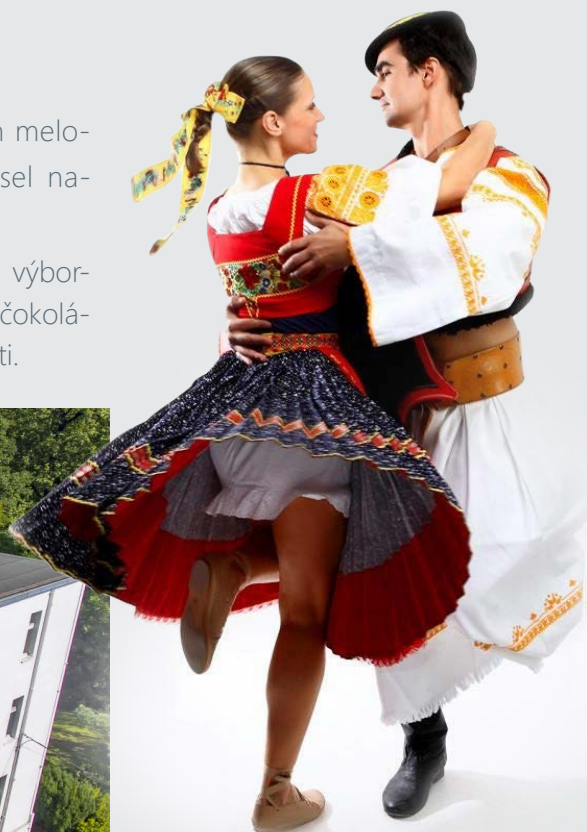
V září oslaví Domov Alzheimer v Darkově 6. výročí svého otevření

10. září 2020 od 14 hod Vás srdečně zveme na oslavu 6. narozenin našeho Domova, tentokrát „Na lidovou notu“.

Na naší zahradě Vás navrátíme do starých časů, zaposloucháme se do

lidových písní a cimbálových melodií. Z lidové tvorby a řemesel načerpáme mnoho inspirace.

Tradičně se můžete těšit na výbornou kuchyni, degustaci vín a čokolády i zajímavý program pro děti.



Kalendář chystaných akcí

Co připravujeme pro klienty Domova Alzheimer?

Domov Alzheimer Roztoky

ČERVEN

Zábavné soutěžní odpoledne

Zasportujeme si a zasoutěžíme.

Procházka po Roztokách

Vyrazíme do cukrárny a taky do zámeckého parku.



ČERVENEC

Restaurace Koruna-Roztocká zahrádka

Posedíme u dobré kávy a zákusku.

Módní show

Vylepšíme si klobouky a projdeme se po „přehlídkovém mole“.

Procházka Tiché údolí

Poznáváme staré vily.



SRPEN

Procházka Kozí hřbety Roztoky

Podíváme se na koně do jezdeckého klubu.

Kostel sv. Jana Křtitele

Navštívíme kostel v Roztokách.

Ateliér Zdenky Braunerové a Braunerův mlýn v Roztokách

Z Roztok do Klecan

Projedeme se přívozem.

Mgr. Veronika Brunnerová
Vedoucí sociální pracovník



Domov Alzheimer Darkov

ČERVEN

Výlet do okolí Karviné 2 – Doly

Zavzpomínáme na zaniklou Karvinou s knihou spisovatelky Karin Lednické „Šikmý kostel“.

Hudební dopoledne

Potěšit nás přijede hudební skupina „Písklata“.

Procházka parkem Boženy Němcové

Kromě procházky nakrmíme i zvířátka v ZOO parku.



ČERVENEC

Návštěva Karvinského pivovaru

Dopřejeme si orosené pivo a jiné delikatesy.

Výlet do nedalekého městečka Doubrava

Výlet za poznáním Doubravy a zmrzlinovým pohárem.

Návštěva Knihovny v Karviné

Seznámíme se s knihovnou v našem městě.



SRPEN

Hipoterapie

Do Dvoru Olšiny za naší oblíbenou hipoterapii.

Cesta za historií

Tentokrát pojedeme do Marklovic.

Rybí dům

Akvaristika je naším potěšením, a proto se s radostí vydáme do Rybího domu v Chotěbuzi.

Mgr. Mária Schindlerová
Vedoucí sociální pracovník

