



Domov Sluníčko
Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace
se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

1

Sluneční paprsek

02/2023





Milé klientky, milí klienti, vážené zaměstnankyně a vážení zaměstnanci Domova Sluníčko,

jaro nám zase „klepe na dveře“ a je za námi první kvartál letošního roku. Tento rok jsme opět zahájili s vysokým počtem pracovních neschopností a podstavem zdravotních pracovníků. Je to bohužel realita v sociálních službách. Velice mě to mrzí, ale je to „boj jako s větrnými mlýny“. I přes personální výpadek, se kterým se potýkáme, se nám daří s vypětím vašich sil, vše zvládat. Nezbývá než doufat, že se situace zlepší, jak nicméně neustále zmiňuji. Mám pro Vás ale i dobrou zprávu a sice, že nás odbor OSVZ podpoří a od roku 2024 budou organizaci navýšena tabulková místa pro pobytovou službu DZR o tři zaměstnance PSS § 116a) a ½ úvazku pro koordinátora paliativní péče. Jen bych připomenul, že o navýšení bojujeme již čtyři roky. Zvyšování počtu pracovních míst však stále nemá vliv na pracovní nemocnost zaměstnanců.

Dále bych se rád vyjádřil k odchodu zaměstnanců. Domov Sluníčko vykazuje fluktuaci v rozsahu 20-ti % zaměstnanců bez odchodu zaměstnanců do důchodu. Na první pohled se zdá, že je to vysoké číslo, ale jsme na běžném průměru. V sociálních službách se celkově fluktuace zvedla. Je způsobena odchodem pracovníků za vyšším platem, zejména do zdravotnických zařízení a druhým faktorem je nízké podvědomí o práci v sociálních službách. Nově přichozí zaměstnanci nesplňují požadavky naší náročné poskytované péče a po určité době pracovní poměr ukončí. Před nástupem si potencionální zaměstnanec tuto skutečnost buď neuvědomuje, nebo si ji nechce připustit a pak dříve nebo později práci ukončí. Tímto problémem se zabývá Evropská asociace poskytovatelů sociálních služeb.

Nyní mi prosím ještě dovolu, abych se ohlédl za rokem 2022. Vyhodnocení činnosti a hospodaření organizace proběhne 5.4.2023, ale už dle zpracovaných dat můžu zodpovědně říci, že uplynulý rok byl pro organizaci opět rokem úspěšným a dle hodnocení vedoucího odboru sociálních věcí a zdravotnictví organizace dosahuje opět nadprůměrných výsledků. Ještě jednou děkuji tímto všem našim zaměstnancům za skvělé pracovní výkony.

A co nás čeká v následujícím období? Konečně proběhne další úprava stravovacího provozu. Investičnímu odboru MMO se konečně podařilo vybrat firmu na dodání technologie a v těchto dnech probíhá výběrové řízení na stavební práce. Z naší strany nyní bude důležité co nejrychleji připravit výběrové řízení na dodání stravy pro klienty domova a také pro naše zaměstnance. Jedná se o období



4 až 8 týdnů. Zajištění stravy klientům domova je bezproblémové. Co se týče poskytnutí stravy pro zaměstnance to tak jednoduché není, ale můžu všechny ujistit, že hledáme nejpříjemnější řešení. Ke spolupráci jsme vyzvali i předsedkyni odborového svazu KOVO a společně budeme hledat nevhodnější alternativu.

V těchto dnech také probíhá příprava stavby přístřešku před garážemi. Výběrové řízení vyhrála firma THERM spol. s r.o. Vzhledem k dané situaci s nedostatkem skladových prostor je tato stavba takřka nevyhnutelná.

Vybudování plochy pro akce klientů, která vznikne vedle vchodu do domova se nám opět komplikuje. Odbor ochrany životního prostředí stále vyžaduje doplnění projektu, který zpracovává projekční firma Ateliér Idea. Zahrada se nachází v územně krajinném významném prvku a proto je vyřízení těchto administrativních úkonů náročné a zdouhavé. Jsem optimista a věřím, že to do léta stihneme.

Tento rok jsme opět žádali o dotace v programu na podporu zvýšení kvality pro pobytové služby DS a DZR, kterou vyhlásil Moravskoslezský kraj. V dotaci je požádáno o finanční prostředky na vybudování výtahu s evakuačním řízením pro budovu B a přístavbu venkovního výtahu pro budovu A. Jsem velice zvědavý, zda budeme úspěšní.

Zahrada domova nám bude pomalinku rozkvétat a vedoucí provozně-technického útvaru pomalu připravuje jarní termín technického dne. Snad dojde ke snížení počtu pracovních neschopností a Vaše účast bude taková, jako na podzim. Vedení organizace pro Vás opět připraví losy a účastníci budou moci opět vyhrát dárkové koše nebo finanční příspěvek.

Hodnocení sociálního útvaru opět přenechávám své zástupkyni paní Mgr. Dvořákové. Přesto bych dodal, že jsem měl možnost navštívit Teambuilding, který se konal v únoru v Zátíší. Jsem velice potěšen, jak účastníci vytvořili skvělou atmosféru v kolektivu. Jen tak dál...



Milé klientky, milí klienti, vážené zaměstnankyně a vážení zaměstnanci přeji Vám do dalšího období vše dobré.

Váš ředitel



Vážení čtenáři,

jsem ráda, že společně můžeme otevřít druhé čtvrtletí letošního roku. Během toho prvního čtvrtletí jsme společně zažili spoustu krásných akcí, jako byl domovský Retro ples, Masopust, cestopisná přednáška, zabijačkové hody nebo spolupráce s dětmi. I ve druhém čtvrtletí nás čeká také zábava. Připravujeme Rej čarodějnic, kácení Máje, setkání s dětmi, výlety i setkání s rodinami. Program je nabitý a já doufám, že nám ho nikdo ani nic nepřekazí.

Velmi ráda bych poděkovala svému týmu vedoucích úseků a sociálních pracovníků na poradenství. Jejich pilná a nikdy nekončící práce je obrazem toho, jak Domov Sluníčko dále rozvíjí své sociální služby. Vážím si jejich každodenního nasazení v práci s pracovníky, klienty, rodinami včetně intenzivní práce se zájemci o sociální službu.



Díky společným akcím napříč úseky si opravdu cením spolupráce a komunikace jednotlivých týmů. Jsem vděčná za Vaše zpětné vazby, pozitivní i negativní, které nás posouvají dále. Hodně si vážím Vašich úsměvů a pohodové atmosféry, když Vás mohu alespoň na chvíli navštívit na pokojích, pracovnách, nebo ve společenských aktivitách. Vždy mi ukážete cestu, že naše práce dává smysl.

Jak již uvedl pan ředitel, v domově to žije a útvar sociální a přímé péče není pozadu. I přes velkou nemocnost pracovníků dokážeme s napětím sil poskytovat kvalitní a lidskou péči. Koncept změny kapacity pobytových služeb byl spuštěn od 1.1.2023 a pomalu se dostává do praxe běžných dní. Velký projekt v oblasti paliativní péče je naší vyzvou pro další dva roky.

Vaše šéfredaktorka Tereza



Vážená paní Dvořáková,

touto cestou bychom Vám chtěli srdečně poděkovat za perfektní organizaci teambuildingu ve dnech 22.3. – 23.3.2023, kterého jsme se měli možnost zúčastnit. Dále bychom chtěli poděkovat i panu řediteli za to, že to organizace umožnila a záleží jí na svých zaměstnancích i v oblasti interní komunikace a pohody.

Zároveň si ceníme i školení paliativní péče, které jste vedla a která nás bude do budoucna provázet Domovem Sluníčko.

Za všechno ještě jednou děkujeme a budeme se opět těšit na další takováto setkání.

úsek B1, úsek B2, Petra Vránová, Lenka Golová, Petra Válková a Šárka Tylková.



Vážení čtenáři a čtenářky,

ráda bych Vám blíž představila pana ředitele, Mgr. Marka Tejzra, který řídí náš domov a strategicky vede celý manažerský tým.

Jak dlouho pracujete ve Sluníčku a co Vás k nám přivedlo?

V Domově Sluníčko jsem od listopadu 2013. Do našeho domova mě přivedl pan Hušek (bývalý provozně-technický vedoucí). Věděl, že jsem původem strojař. O práci v sociálních službách jsem ale nic z praktického hlediska nevěděl. S paní ředitelkou jsme se tehdy domluvili, že nastoupím na dva měsíce jako dobrovolník a zkusím to. Nakonec z toho bylo pět měsíců. Oficiálně jsem tedy nastoupil na pozici provozně-technického vedoucího 1.4.2014.

Jaké máte předešlé zkušenosti?

Po složení maturitní zkoušky jsem nastoupil do Vítkovic, závodu 2 jako mechanik strojů a zařízení pro hydrauliku. Na této pozici jsem ale dlouho nesetřval z důvodu snižování počtu zaměstnanců. Okolnosti mě tedy přinutily změnit svou profesi. A od 1.4.1997 jsem nastoupil do vězeňské služby ČR (VSČR) ve věznicí Heřmanice. V této profesi jsem působil 17 let. Začínal jsem jako strážný a svou kariéru ve VSČR jsem ukončil jako vrchní inspektor. Během působení ve VSČR jsem se nadále vzdělával a vystudoval jsem magisterský obor Sociální pedagogika, prevence a resocializace na Ostravské univerzitě v Ostravě. Při zahájení a během svých studií jsem ještě netušil, jak tento obor bude pro mou následnou profesní kariéru potřebný...

I když jsem pracoval ve VSČR, tak jsem byl činný také ve své původně vystudované profesi, a sice strojařině.

Co se Vám na Vaší práci líbí?

Práce s lidmi, rozmanitost, tvořivost a stále něco budovat s neustálým posunem dopředu.

Jaká je Vaše náplň dne?

Po příchodu do práce mé kroky směřují na údržbu. Zde vždy probereme s provozně-technickým vedoucím a pracovníky údržby technické záležitosti. Poté procházím technické provozy. Po proběhlé kontrole odcházím do své kanceláře, kde začínám vyřizovat potřebnou administrativu. Funkce ředitele je velice



rozsáhlá a zahrnuje také komunikaci se zaměstnanci, s klienty, se zřizovatelem a jinými dalšími důležitými subjekty.

Jak odpočíváte?

Jsem vášnivý karavanista a volný čas se tedy snažím trávit s rodinou v přírodě. S tím je spojena turistika, cyklistika, plavání a jiné rekreační sporty. Relaxaci mi přináší také práce na zahradě a také vaření.

Co byste rád vzkázal našim čtenářům?

Zaměstnancům, ať chodí do práce s radostí a snaží se neustále ve svém oboru sebevzdělávat jako prevence před syndromem vyhoření. Také jim doporučuji využívat všech dostupných benefitů, které jim organizace poskytuje.

Klientům a příznivcům domova Sluníčko bych rád vzkázal, ať dle svých možností využívají všechny nabízené aktivizační činnosti a navštěvují akce pořádané v rámci naší organizace.



Rozhovor pro Vás připravili:

Mgr. Marek Tejzr - ředitel

a

Mgr. Tereza Dvořáková, DiS. – vedoucí útvaru sociální a přímé péče



Vážení čtenáři a čtenářky,

ráda bych Vám představila mou kolegyni, která je na pozici finanční referent a věnuje se všem zaměstnancům, návštěvám Domova Sluníčko. Paní Šárka Oudová je pravou rukou pana ředitele a patří na úsek ekonomický, je posilou týmu při řešení jakýchkoli administrativních, finančních a personálních záležitostí.

Jak dlouho pracujete ve Sluníčko a co Vás k nám přivedlo?

Do Sluníčka jsem nastoupila v srpnu 2018, abych nahradila mou předchůdkyni, která ve Sluníčku pracovala 20 let a zasloužila si začít užívat poklidného důchodu. Pracuji tedy ve Sluníčku téměř 5 let.

Jaké máte předešlé zkušenosti?

Od maturity na Obchodní akademii jsem pracovala 21 let v soukromé společnosti, která se zabývala vedením účetnictví, auditem, daňovým poradenstvím a zpracováváním znaleckých posudků v oboru ekonomika. Nabyté zkušenosti denně využívám při plnění svých pracovních povinností.

Co se Vám na Vaši práci líbí?

Jsem ráda, že můžu být v rámci ekonomického úseku jedním z článků potřebných pro chod celé organizace. Líbí se mi spolupráce se všemi zaměstnanci, napříč celým domovem, kterým se snažím (pro mě maličkostmi) pomáhat, ulehčit a zároveň zpříjemnit jejich náročnou práci.

Jaká je Vaše náplň dne?

Zajišťuji administrativní agendu pana ředitele vč. evidence příchozí a odchozí pošty a korespondence doručované prostřednictvím datové schránky.

Mám na starosti hlavní pokladnu Domova Sluníčko.

Zajišťuji veškeré činnosti spojené se zúčtovacím a platebním stykem vůči bance.

Zpracovávám a eviduji darovací smlouvy a sleduji jejich plnění.

Vedu veškerou agendu FKSP.



Vedu agendu pracovně lékařských prohlídek zaměstnanců.

Vystavuji faktury za organizaci.

V době nepřítomnosti zastupuji účetní depozit a ekonoma.

Jak odpočíváte?

Svůj volný čas trávím od jara do podzimu prací na zahrádce, která je pro mě relaxem, nabíjí mě a uklidňuje. V zimě ve volných chvílích odpočívám pod dekou s dobrou knihou a lahodným šálkem čaje.

Co by jste ráda vzkázala našim čtenářům?

Ze srdce všem přeji, ať je Vám stále jen veseleji a jarní sluníčko, vykouzlí na Vašich tvářích zdravíčko.

Rozhovor pro Vás připravily:

Šárka Oudová – finanční referent

a

Mgr. Tereza Dvořáková, DiS. – vedoucí útvaru sociální a přímé péče





ERGOTERAPEUTICKÝ TÝM PRO VÁS V UPLYNULÉM ČTVRTLETÍ PŘIPRAVIL

Setkání s dětmi ŽŠ Formana

V předvánočním čase 16.12.2022 nám přišly zpříjemnit adventní čas děti ze základní školy Františka Formana z Ostravy-Dubiny. Tentokrát dorazily hned dvě třídy v doprovodu svých třídních učitelek. Děti si pro naše klienty nacvičily písničky a tanečky, kterými klientům zpříjemnily dopoledne. Tentokrát přišly potěšit klienty DZR, i když ani klienti DS nepřišli zkrátka. Děti z páté třídy zazpívaly a zatančily na úseku B1. Poté si děti s klienty povídaly, povídání vedla paní učitelka a děti i klienti dostali prostor na dotazy. Povídání bylo velice hezké a místy až dojemné a bylo patrné, že toto mezigenerační setkání má velký smysl a je velice přínosné pro obě strany. Na závěr děti klientům rozdaly přáníčka a cukroví, které si pro naše seniory přichystaly. Další dva úseky DZR konkrétně B2 a B3 navštívila třetí třída se svou třídní učitelkou a také seniorům zazpívaly a zatančily. Vystoupení se klientům také velice líbilo. Poté jsem se sešli u recepce našeho domova a děti společně zazpívaly a zatančily i klientům DS a na závěr vystoupení jsme slavnostně rozsvítili vánoční stromček. Všem zúčastněným se dopoledne velice líbilo a budeme se těšit na další setkání s dětmi ze základní školy Františka Formana.



Tylková Šárka



PREZENTACE VÝROBKŮ NAŠICH KLIENTŮ NA VÁNOČNÍCH TRZÍCH OSTRAVA

Dne 20.12.2022 jsme za Domov Sluníčko prezentovali vytvořené výrobky našich klientů na Vánočních trzích 2022, které se uskutečnily na Masarykově náměstí v centru Ostravy. K prodeji byla tvorba vyrobených polštářků, tašek, svícnů a dalších krásně zhotovených ručních prací.

Moc děkujeme našim klientům za zhotovené výrobky, které jejich tvorbou byly prezentovány.

Za celý ergotým přeji krásný Nový rok 2023.

Golová Lenka





SILVESTR

Dne 30.12.2022 jsme si pro klienty připravili silvestrovské posezení, které probíhalo v ateliéru dobrých nápadů. Přítomné dámy si hromadně zvolily jako činnost pletení. U pletení klientky vzpomínaly, jak dříve slavily příchod nového roku. Zjistily jsme, jaké jsou nejzvláštnější tradice na Silvestra v jiných zemích. A co by to byl za Silvestr bez bohatého občerstvení? Na stůl jsme si připravily jednohubky se dvěma druhy pomazánek, sladkou roládu a cukroví. Jako přípitek klientky zvolily vaječný likér. Navzdory tomu, že účast klientů nebyla příliš valná, posezení se nám všem moc líbilo. Přeji všem úspěšný start do nového roku 2023.





SETKÁNÍ S JUBILANTY

Dne 10. ledna 2023 v dopoledních hodinách proběhlo v sále Domova Sluníčko slavnostní setkání s jubilanty, kteří v uplynulém půlroce dosáhli svého životního jubilea. Tato slavnostní chvíle se v domově stala tradicí.

Slavnostní setkání zahájil ředitel domova p. Mgr. Marek Tejzr, poté předal slovo i mikrofon starostovi ÚMOB Vítkovice, p. Richardu Čermákovi, který se dostavil osobně v doprovodu matrikářky p. Bc. Mileny Pacnerové.

Každý z přítomných jubilantů obdržel z rukou p. starosty Čermáka dárek v podobě kosmetického balíčku. Dárkové balíčky zajistila sociální pracovnice p. Radka Oravová již tradičně ve spolupráci s Mgr. Kamilem Kořínkem z Mariánskohorské lékárny.

Pohoštění - kávu a koláče pro všechny jubilanty připravil Domov Sluníčko. K poslechu i tanci nám hrála kapela Duo Pohoda. Jubilanti se zapojovali zpěvem i potleskem. Celý dopolední čas probíhal v uvolněné atmosféře. Jubilanti odcházeli nejen s dárečky, ale hlavně s úsměvy na rtech.

Za ergotým Petra Válková





ZAHRADNÍ KLUB – SMAŽENÍ BRAMBORÁKŮ – 23.1.2023

Je leden a venku napadl sníh, což v tomto měsíci není nic nezvyklého. Pro klienty navštěvující zahradní klub však toto období přináší nečinnost týkající se zahradničení za zdi domova v zahradě. Jelikož je ještě brzy na sázení a předpěstovávání květin či bylinek, rozhodli jsme se tedy společně s účastníky klubu využít zemědělské plodiny z obchodu a zpříjemnit si odpolední posezení smažením bramborových placek.

Klientky se do přípravy pokrmu aktivně zapojily loupáním a strouháním brambor, čištěním česneku a přípravou těsta. Připomněli jsme si, které ingredience do těsta na bramboráky patří a zavzpomínali jsme na přípravu bramboráků, když ještě bydlely klientky ve svých bytech s rodinami.

Smažení bramborových placek dopadlo velmi dobře, každému se podařilo uspokojit své chuťové buňky a nepřejít se. Vůně bramboráků se linula domovem ještě pár hodin poté, co byly bramboráky už dávno sněžené a zřejmě podráždila chuťové buňky i dalším klientům.

Hanka Dudová, DiS.





SLUNÍČKOVÝ RETRO PLES

Dne 25.1. pořádáme v Domově Sluníčko první z větších akcí - Retro ples. A my jsme se rozhodli klientům připravit na stoly něco, co by je vrátilo do mladších let. Což takhle bábovku? Oblíbený moučník mnoha generací jsme pekli našim klientům jako překvapení. V přípravách jsme však byli brzy odhaleni, neboť se vůně linula celým domovem a lákala klienty i zaměstnance až do ateliéru. Doufáme, že až budou klienti bábovku ochutnávat, vzpomínky je zanesou do časů, kdy si po nedělním obědě poseděli právě u tak dobrého moučníku se svými blízkými.

Za ergotým Sabča a Petra





SLUNÍČKOVÝ RETRO PLES

Čas plesů je v plném proudu a ani náš domov nezůstal výjimkou. 25. ledna jsme pro naše klienty zorganizovali ve společenském sále Domova Sluníčko první z letošních větších akcí, a to Retro ples. Klienti i klientky měli důvod ze skříní vytáhnout sváteční šaty, mnozí využili retro doplňků. Akci moderovaly do stylu retro oděná děvčata z ergotýmu, další děvčata včetně vedoucích pracovnic obsluhovala k plné spokojenosti klienty u stolů. Mikrofonu se ujal i p. ředitel, aby pozdravil klienty a popřál jim pěknou zábavu. K poslechu i tanci hrála námi osvědčená a vítaná kapela Duo Pohoda, díky které byl taneční parket po téměř celou dobu plný. Střídaly se na něm tančící páry, ale i skupinky. K občerstvení se podávala káva, či svěžím ovocem ochucená voda, jednohubky a domácí voňavé bábovky. Nechyběla ani štamprlička pro každého. Připravená bohatá tombola přinesla radost hned 22 vítězům. Plesu se zúčastnilo asi 60 klientů, někteří z nich byli doprovázeni svými příbuznými, nebo dobrovolníky. Chtěla bych poděkovat všem zaměstnancům, kteří se jakýmkoliv způsobem podíleli na přípravách, nebo samotném průběhu plesu. Tuto spolupráci totiž nejlépe dokážou ohodnotit naši klienti. A jejich úsměvy a veselá nálada mluvily za vše.

Za ergotým Petra Válková





Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

17





LEDNOVÉ POSEZENÍ U KÁVY NA VŠECH ÚSECÍCH DOMOVA SLUNÍČKA

V průběhu měsíce ledna jsme si pro naše klienty připravily společné posezení na úsekových jídelnách. Témat k povídání bylo mnoho. S klienty jsme si oživilí tradici Tří králů, zavzpomínali jsme jaké pověry a pranostiky se k lednu tradují. Také jsme si povídali o tom, zda si klienti dávali či nedávali novoroční předsevzetí, a kdo je zvládal dodržet. Společné chvíle jsme si zpříjemnili chutnou roládou a voňavou kávou. Z pozitivních reakcí si trůfám říct, že jsme si posezení všichni náramně užili.

Za ergotým Sabina





NOVOROČNÍ SCHŮZE ZAMĚSTNANCŮ DOMOVA SLUNÍČKO

Dne 27.1.2023 se uskutečnila novoroční schůze pro zaměstnance Domova Sluníčko. Schůzi zahájil ředitel organizace Mgr. Marek Tejzr, přivítal přítomné a seznámil je s programem schůze. Poděkoval všem pracovníkům za rok 2022 za celoroční dobrou práci, zvládnutí náročného roku 2022 a všem popřál úspěšný rok 2023. Dále byly projednány body strategie organizace, transformace služeb DS a DZR, kontrolní systém a odměny zaměstnanců, průzkum názorů spokojenosti zaměstnanců, pracovní řád, dotační tituly, stavební práce a plánovaná konference. Paní Ing. Eva Pavlíková seznámila přítomné s hodnocením hospodaření za rok 2022, s rozpočtem na rok 2023. Paní Lenka Adamovičová seznámila přítomné s personálními statistikami za rok 2022, legislativními změnami pro rok 2023, ročním zúčtováním daně z příjmu za rok 2022, výplatními termíny, dovolenou, hlášení změn v osobních údajích, výkaz docházky v Cygnusu a využívání výplatního portálu. Paní Šárka Oudová seznámila přítomné se Sociálním programem Domova Sluníčko pro rok 2023, tvorbou a zásadami čerpání FKSP. Vedoucí útvaru sociální a přímé péče paní Mgr. Tereza Dvořáková, DiS. seznámila přítomné s plánem činnosti pro rok 2023 a vyhodnocením dotazníků spokojenosti zaměstnanců za rok 2022. Poděkovala všem přítomným za dobře odvedenou práci v roce 2022 a shrnula týmovou spolupráci. Vedoucí provozně – technického úseku p. Petr Tauchen seznámil s hodnocením akcí investičních i neinvestičních, které proběhly v roce 2022, poděkoval za spolupráci všem vedoucím pracovníkům a svým podřízeným. V průběhu promluvila také předsedkyně odborové organizace Základní organizace ostravská huť paní Mgr. et. Bc. Alena Sobolová, MBA.

Všem zúčastněným děkujeme za jejich přítomnost. Novoroční schůze byla ukončena příjemným posezením u hudby a dobrého občerstvení.

Mgr. Dvořáková Tereza





MUŽSKÝ PĚVECKÝ SBOR VÍTKOVICE

Dne 7. února se nám od 16-ti hod. v klienty plném společenském sále Domova Sluníčko rozezněly tóny zpěvu Mužského pěveckého sboru Vítkovice, který již skoro rok pod taktovkou vede dirigentka p. Kamila Kurnikova. Všichni muži byli oblečeni do slušivých obleků, doplněných motýlky a oči měli pro svižné ruce dirigentky.

Z úst vystupujícího sboru jsme si vyslechli krásné klasiky nejúspěšnějšího skladatele všech dob - Leoše Janáčka, ale také lidovky. Také jsme v doprovodu kytary slyšeli pěknou píseň původně od Dušana Vančury, kterou p. Zouhar (člen sboru) doplnil o další sloky. Největšího ohlasu a potlesku se sbor dočkal za píseň od Yo Yo Band – Nejlepší holky jsou..., která byla předělána na „naše“ holky a zpívalo se v ní i o našem domově.

Kdyby snad chtěl někdo tento úspěšný sbor posílit a stát se jeho součástí, jistě budou stávající členové rádi. A hrajete-li na housle, neváhejte se jim ozvat.

My v domově za vystoupení moc děkujeme a těšíme se na další.

Za ergotým Petra Válková





NÁVŠTĚVA DĚTÍ Z MŠ MOTÝLEK Z OSTRAVY-VÍTKOVIC

13. února naši klienti strávili velmi příjemné dopoledne ve společnosti dětí z MŠ Motýlek, která se nachází v Ostravě-Vítkovicích. Společné setkání proběhlo v rámci pravidelné reminiscence, vzájemného obohacení a prožitků.

Nejprve si děti pro naše seniory připravily i p. učitelkami krátké pěvecké vystoupení v doprovodu hudebních nástrojů a klavíru.

Potěchou ducha byla krásná písnička o jaru, která nás pozitivně navnadila i v zimním období. Naši senioři se proto nenechali zahanbit a na oplátku jim také zazpívali a děti se rády přidaly.

Potom jsme se všichni společně pustili do malování obrázků s hlavním motivem SVĚT KOLEM NÁS. Bylo velmi zajímavé sledovat tváře dětí, které s napětím sledovaly, co která babička či dědeček namalují. Obrázky vypadaly moc krásně, všichni jsme měli z odvedené práce moc dobrý pocit. I proto bylo loučení dlouhé, některé obrázky dokonce děti věnovaly jako osobní památku a při odchodu slíbily opět brzkou návštěvu.

Martina Černá





ZABIJAČKOVÉ HODY

Měsíc únor je již za svou polovinou a my jsme si chtěli v Domově Sluníčko připomenout lidové tradice, které jsou v těchto dnech zvykem.

Z toho důvodu jsme si 15. a 16. 2. připravili pro naše klienty zabijačkové hody. Tyto hody nebyly jen o povídání a rozebírání tradic, ale také hlavně o ochutnávce zabijačkových dobrot. To vše se uskutečnilo v jídelnách na jednotlivých úsecích.

Atmosféra na úsecích byla příjemná, všichni se dobře bavili a jako bonus si pochutnali na dobrém jídle. Také díky vedení Domova Sluníčko jsme mohli nakoupit občerstvení na danou akci a tím zprostředkovat klientům hezké a chutné odpoledne.

Za ergotým Sabina





MASOPUST V DOMOVĚ SLUNÍČKO

Středeční den 22.2. patřil vzpomínce na Masopust. Klientům jsme se snažili připomenout zvyky a tradice. Společně jsme si připomněli, co vůbec ten masopust je, kdy se slaví, co se v tento den jí, nebo co následuje po něm. A protože se nespokojíme pouze s povídáním, dali jsme klientům příležitost zapojit všechny smysly a tento den si i dosyta užít.

Dopolední i odpolední čas se nesl v duchu bujarého veselí s přehlídkou rozmanitých masek, které ke každému masopustu patří. Nechyběl starosta s p. starostovou, pantáta s harmonikou, klaun, babka s nůsí, tanečnice, mexičanka, lékařka, nebo cikánka Aranka, která vykládala karty nebo hádala z ruky. Průvodu nebyl ušetřen nikdo. Kdo nebyl ve společnosti ostatních na úsekových jídelnách, toho jsme navštívili na pokoji. Pro mnohé z klientů to bylo milé zpestření dne, společné vzpomínání, jiní si lámali hlavu otázkou, kdo že se to vlastně pod tou maskou skrývá. A bylo to opravdu hodně náročné, protože masky byly dokonalé. Také všem udělalo radost, když viděli a slyšeli hrát pantátu na tahací harmoniku. Hudba se linula po chodbách a každý si notoval do rytmu.

Klienti dostali po štamprličce dle vlastního výběru, jablečný štrúdl – poctivý, domácí, který napekly děvčata z ergotýmu. Společně jsme se zasmáli, pobavili, zavzpomínali, nebo zazpívali a vzájemně jsme si slíbili, že si to za rok zopakujeme.

Děkujeme kuchyni za přípravu masopustního jídelníčku na celý den. Domovem se linuly libé vůně (ne že by tomu bylo jindy jinak), ale ty dnešní byly naprosto typické. Děkujeme také všem zaměstnancům domova, kteří se jakýmkoliv způsobem na dnešním dni podíleli (a že jich nebylo málo!). Bez týmové práce by nikdy nebyly takové akce, jaké se snažíme klientům připravit.

Za ergotým Silvie Knopová



Domov Sluníčko
Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace
se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

24





MDŽ

Jak všichni víme, 8. březen patří všem ženám, neboť slavíme Mezinárodní den žen. Tento svátek jsme nemohli nechat ujít ani našim klientkám. A aby bylo vše, jak se patří, našemu slavnostnímu odpoledni ve společenském sále předcházely také nějaké ty přípravy. Na stolech vkusná jemná výzdoba, kde nechyběly ani jarní kytičky. K občerstvení jsme klientkám napekly poctivé domácí mramorové bábovky, v kuchyni nám připravili čaj a kávu, k osvěžení jsme využili sponzorského daru, který nám poskytla fa. Kofola. Nemohla chybět štamprlička něčeho dobrého a hlavně dobrá zábava, kterou jsme měli díky našim věrným muzikantům ve složení Mgr. Petr Pavel, sestry Zorka a Zlata Procházkovy a nově basista p. Radek, který to dokázal rozvířit hudbou i zpěvem. Na basu, housle a kytaru, později také na klavír nám hráli písňě poslechové, tramské, ale i taneční. Věřím, že jsme si zábavu všichni užili, neboť až do samého konce byl sál plný nejen klientů, ale také veselí.

Dávno nejsme malé holky,
přežily jsme jesle, školky,
výchovu i vzdělání,
první lásky vyznání...

Dnes už víme, co nám sluší,
víme dřív, než jiní tuší,
co je tabu, co se může,
jak na naše drahé muže.

A za to dnes, milé ženy,
budeme snad políbeny,
možná bude k EM-DÉ-ŽET
ve váze i z růže květ.



Domov Sluníčko

Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

26

Možná ale jako jindy,
zase nic a jenom pindy..

A proto si milé dámy,
popřejeme zase samy.

Ať jsme na vše připraveny,
od toho jsme právě ženy!





JÓGA

Znamená obnovení spojení individuálního Já s univerzálním Bytím. Jóga je tedy čisté bytí v tady a teď, poznání sebe sama, svého pravého já a božství prostřednictvím uvědomování a zmenšení ega.

Pravidelně každých 14 dní se setkáváme v sále Domova Sluníčko s naší skvělou dobrovolnicí, která s klienty cvičí jógu a které naši klienti neřeknou jinak, než paní Danuška. Hodinka vyčleněného času slouží klientům za příjemně naladěných zvuků přírody, šumění lesa, hučení vody k meditaci, procvičení mimických svalů a jemné motoriky. Klienti se na středeční odpoledne těší a když jim zdravotní stav dovolí, lekce se s úsměvem zúčastní.

Petra Válková





VÍTÁNÍ JARA

Na jednotlivých úsekových jídelnách Domova Sluníčko, jsme měli s klienty v průběhu měsíce března společné posezení na téma Vítání jara. Po celou dobu jsme si měli o čem povídat. Připomněli jsme si významné dny, které se k tomuto období vážou. Také jsme vzpomínali na období Velikonoc a připomněli jsme si postní neděle, které se k Velikonocím vážou. Klienti zavzpomínali na to, zda chodili koledovat, uměli uplést pomlázku nebo malovali kraslice pro koledníky. Nevynechali jsme ani obvyklý kvíz, ve které jsme si připomněli například jaké nám kvetou první jarní kvítky, nebo činnosti, které byly pro každou hospodyňku důležité. Během povídání si klienti mohli pochutnat na sladké roládě a voňavé kávě. Úsekové akce na jednotlivých jídelnách jsme zhodnotili jako zdařilé.

Za ergotým Sabina





PŘEDNÁŠKA O KAMBODŽE

Dne 15.3.2023 k nám do Domova Sluníčko zavítali již po několikáté manželé Poulíkovi, kteří svým krásným výkladem zaujali naše klienty povídáním o KAMBODŽE, zemi, jejíž král mluví česky. Přednáška byla ve formě besedy s ukázkou jednotlivých míst, jejich nejznámější tradicí plantáže pepře, Silvestra stráveného se slony a dalších zajímavostech tohoto krásného místa. Klienti měli možnost dotazovat se na různé informace a zajímavosti. Hodně je to zaujalo, protože někteří se v průběhu prezentace zapojovali do diskuze.

Děkujeme manželům Poulíkovým za krásný a srozumitelný přednes.

Za ergotým Silvie Knoppová





REMINISCENČNÍ SETKÁNÍ SE ZŠ POKORNÉHO

Dne 17. března 2023 měli možnost naši klienti strávit příjemné dopoledne s dětmi ze Základní školy Pokorného z Ostravy-Poruby. Reminiscenční setkání bývají u klientů velice oblíbené. Senioři poutavě vyprávějí dětem jejich příběhy a životní zkušenosti, děti na oplátku dodávají našim babičkám a dědečkům elán do života.

Nejdřív měly děti připravené krásné hudební vystoupení, při kterém hrály na hudební nástroje. Jejich vystoupení všechny přítomné natolik ohromilo, že jsme se dali všichni do zpěvu. Poté jsme se společně pustili do Velikonočního tvoření. Vajíčka se mohla zdobit mnoha způsoby a záleželo jen na kreativitě a vkusu. Během činnosti nevázlo ani vzájemné povídání. Velkým překvapením pro jednu naši klientku bylo zjištění, že na této škole pracovala řadu let.

Bylo velmi hezké sledovat spokojené tváře klientů, ale i dětí. Opět se prokázalo, že generační setkávání má smysl.

Sabina Hrabovská





SLUŽBA DOMOV PRO SENIORY

Domov pro seniory – úsek A1

Vážení klienti, máme tady březem a všichni už se těšíme na jaro, které, jak všichni doufáme, přinese hodně hezkých a slunečných dnů, kdy se konečně můžeme pustit do jarního úklidu a zvelebování okolí svých domovů. Také u nás na úseku A1 byly pořízeny krásné orchideje, které zdobí naši jídelnu a klienti mají možnost tuto krásu obdivovat. Při vstupu na úsek rozkvetla jarní zahrádka, kde si našli svoje místo nejen ptáčci - zpěváčci, ale i krtek, přijďte se podívat.

Pohled na zasněžené vrcholky hor a kopců i mrazivé ranní teploty potvrzují rčení, březem – za kamna vlezem“, ale ve vzduchu už je cítit a v ptačím zpěvu také slyšet, počínající jaro.

Křehké jarní kvítky sněženek, bledulí i krokusů se už nesměle derou na povrch, aby potěšily oko i srdce kolemjdoucích. I když nás ještě sníh jistě ještě nejednou překvapí, jaro je tady!

Pramínky vody zurčí

Chomáčky mechu se zelenají

Líbezná květy sněženek

Hřejivé paprsky slunce hladí

Vítr fouká mazlavé bláto suší

Čas běží

Květy stromy krásně

Krajem se linou opojné vůně

Příroda láskou žije...

Přeji Vám pohodové a příjemné jarní dny.

Za úsek A1, Mgr. Dagmar Šamajová





Blahopřání k narozeninám

26.1.2023 oslavila naše klientka z úseku A1, paní Miloslava Zmudová své krásné životní jubileum, 99 let. Klientce popřály, Bc. Kotisová, vedoucí zdravotního úseku společně s vedoucí úseku Mgr. Šamajovou. Klientce byla předána kytička a práníčko.

Ke gratulaci se přidali pracovníci a ostatní klienti úseku. Přejeme všechno nejlepší a hlavně hodně zdravíčka do dalších let.



Blahopřání k narozeninám

1.2.2023 oslavil náš klient z úseku A1 ing. Ladislav Kráčmar své krásné životní jubileum, 75 let. Klientovi popřály, Mgr. Dvořáková DiS. vedoucí útvaru sociální a přímé péče společně s vedoucí úseku Mgr. Šamajovou. Klientovi byl předán dárkový balíček a práníčko.

Ke gratulaci se přidali pracovníci a ostatní klienti úseku. Přejeme všechno nejlepší a hlavně hodně zdravíčka do dalších let.



Blahopřání k narozeninám

8.2.2023 oslavil náš klient z úseku A1, pan Karel Novobílský své krásné životní jubileum, 80 let. Klientovi popřály, Bc. Kotisová, vedoucí zdravotního úseku společně s vedoucí úseku Mgr. Šamajovou. Klientovi byl předán dárkový balíček a přáníčko.

Ke gratulaci se přidali pracovníci a ostatní klienti úseku. Přejeme všechno nejlepší a hlavně hodně zdravíčka do dalších let.





Domov pro seniory – úsek A2

Nový rok na úseku A2 (dříve B1)

S příchodem roku 2023 došlo na úseku B1 k výrazným změnám, které úzce souvisí s transformací služby. Vzhledem k nárůstu počtu zájemců o službu domova se zvláštním režimem došlo ke zvýšení kapacity služby domova se zvláštním režimem o 10 míst. Klienti domova se zvláštním režimem se postupně stěhují na úseky domova se zvláštním režimem B1 (dříve A2), B2, B3 a B4, které jsou nyní umístěny v obou budovách Domova Sluníčko a jsou schopna poskytnout službu domova se zvláštním režimem většímu počtu klientů se specifickými potřebami.

S výše uvedenou změnou souvisí nové pojmenování úseku (úsek A2), který je od počátku roku úsekem poskytujícím službu domova pro seniory s kapacitou 42 lůžek pro klienty domova pro seniory. Vzhledem k postupným změnám je však na úseku nyní stále ubytováno 11 klientů se specifickými potřebami, kteří se postupně přestěhují na úsek poskytující službu domova se zvláštním režimem.

Na úseku A2 působí nově, a to již od 1.12.2022 koordinátorka p. Martina, která se výrazným způsobem ve spolupráci s vedoucí úseku p. Monikou Neuwirthovou, DiS. podílí na zvýšení kvality poskytované služby. Koordinátorka úzce spolupracuje se stravovacím provozem a také prádelnou. Se změnou poskytované služby však také souvisí snížení personální kapacity úseku z původního počtu 16-ti pracovníků na 13 pracovníků. Pro personál je tak péče o klienty obou služeb velmi náročná.

Bohužel je rok 2023 stále provázen vysokou nemocností personálu a tak i nadále dochází k výraznému oslabení personální kapacity. Všem zaměstnancům úseku bych tak ráda poděkovala za neúnavnou práci, kterou vykonávají a věřím, že se nám společně podaří náročné období zvládnout.

Monika Neuwirthová, DiS.



DVA PLACKY

Je rok 1964. Čekám před velkou budovou na svou kamarádku Andřu. Přichází a sedáme si na lavičku v parku ukrytém za keři. Andělka si pochutnává na bramborovém placku a zapíjí trochou piva. Je ráda, že za dva dny pojedou domů ke svým oběma chlapcům a manželovi. Andělce již 5 let nenosím placky, stravuje se v jiné kuchyni....

V roce 2022 mne před stejnou budovu přivázejí mí dva synové. Po dlouhé chodbě přijíždíme k pokoji 101 na úseku B1 (dnes už úsek A2). Hoši ukládají mé svršky a knihy do skříně a na protější posteli leží paní Jana, která se usmívá, ale nemluví. Přichází ke mně fešný muž. Říká, že je Petr a bude se o mne starat. Usměvavá sestřička přináší oběd, který je velmi chutný. A placky? Jeden malý mi donesl syn. Kousek jsem dala paní spolubydlící. Mám přece šetřící dietu.

Při pohledu z okna jsem si všimla starého stromu, na kterém seděl pták. Nebyla to ani vrána ani straka. Asi to byl náš host ze Skandinávie Brkoslav severní? Je u nás vzácný. Další dny jsou vyplněny seznamováním s dalšími klienty. Někteří chodí s chodítkem stejně jako já. Obdivuji stálý úsměv na tvářích sestřiček, jejich trpělivost a ochotu. Vím, že nám nahrazují ztracený domov. Ve snech se vracím do svého bytu plného knih. Do mé kuchyně, kde jsem tak ráda vařila a pekla pro celou rodinu. Ale též vím, že když jsem tady měla v únoru úraz, dostalo se mi okamžité pomoci. Doma jsem byla sama.

Díky vám sestřičky za každé povzbudivé slovo a každý úsměv. Jsem přece ve Sluníčku.

Marie Štramberská, klientka úseku A2





ČTVRTEČNÍ POVÍDÁNÍ U KÁVIČKY

Když se naše oddělení začalo měnit z Domova se zvláštním režimem na Domov pro seniory, přála jsem si jako „čerstvá koordinátorka úseku A2“, abychom si alespoň jednou týdně popovídali o něčem jiném než o běžných praktických záležitostech. Navrhla jsem tedy klientům čtvrtěční „Povídání u kávičky“, a tím to vše začalo.

Je čtvrtek a klienti už se ptají, v kolik hodin máme sraz na jídelně? Vždy vymyslím nějaké téma, které by je mohlo zajímat. V naší kuchyni nám uvaří kávičku, dám jim k tomu něco sladkého a povídání může začít. Jedno téma bylo o Ostravě. Každý z klientů je z různých částí Ostravy. Zasmáli jsme se, když jsem se jich ptala na slova Ostravskou hantýrkou. Další téma bylo o panu Karlu Gottovi. Jedna naše klientka v roce 1965 dostala vlastnoručně napsaný dopis od mistra. Předávali jsme si to jako obrovskou vzácnost z ruky do ruky. Z našeho nádherného gramofonu nám zněly zvuky známých písní. Všem nám občas kápla slza. Další týden to bylo povídání o paní Hance Zagorové. Tím, že byla naší rodačkou, tak bylo povídání o ní velmi dojemné.

Do naší jídelny musím každý týden přidávat další a další židle, neboť kromě klientů na programy přicházejí i rodinní příslušníci. Je skvělé, jak si naši klienti pamatují věci a informace. Minule při povídání o paní Zagorové jsme narazili na to, že účinkovala v Semaforu v Kytici od K. J. Erbena a tak jsem jim řekla, že si dodnes pamatují Polednici a začala jsem a... celá jídelna se přidala a recitovali jsme společně. Poděkovala jsem jim za to, jak jsou úžasní, že dnešní mladá generace je „ošízená“ a nepamatují si vůbec nic.

Miluji ty „Naše čtvrtky“, velmi to obohacuje nás všechny a společně hledáme další témata.



Martina Adamcová
– koordinátorka úseku A2



JAK SE CÍTÍM V DOMOVĚ SLUNÍČKO

Do Domova sluníčko jsem přišla začátkem října 2022. Celý objekt už jsme znala z minulosti. Byla tady nemocnice, kde jsem pracovala v lékárně jako sanitářka. Práce se mi moc líbila.

Domov je velmi pěkný. Jsem ubytovaná ve dvoulůžkovém pokoji a věřím, že jednou budu bydlet sama. Sestřičky se o nás velmi dobře starají a ve všem nám pomáhají. Ve volném čase chodím cvičit, zpívat, na kuželky a hlavně do dílen, kde se vyrábějí moc pěkné věci. Jsem zde spokojená a věřím, že i nadále budu. Ráda chodím po zahradě na procházky a těším se, až vše vykvete a zazelená se. Přeji všem v Domově Sluníčko hodně zdraví, štěstí a pohody.

Cellerová Věra, klientka úseku A2





MÍSTO, KDE SE CÍTÍM SPOKOJENĚ A V BEZPEČÍ ...

Před více než rokem jsem upadla ve svém bytě a nemohla se zvednout, hodně jsem cestovala mezi nemocnicí a LDN v Radvanicích. Zpět do svého bytu jsem se už nemohla vrátit. Nebylo to snadné a byla jsem ráda, že jsem mohla nastoupit do Domova Sluníčko už v průběhu října 2022. Během pobytu v LDN a nemocnicích jsem hodně zhubla. Nechutnalo mi, ale to se s příchodem do Domova Sluníčko změnilo. S jídlem jsem tady spokojená, dostáváme výborný chléb, který si nemůžu vynachválit. Když mám chuť, přinese mi dcera nebo vnučka bramborový placek nebo uzenáč.

S pracovníky na úseku jsem taky moc spokojená. Když potřebuji pomoc s koupáním, vždy mi pomohou. Prohodíme pár slov a hned je veseleji. Přes den ráda poslouchám Šlágr, a to už řadu let. Těším se, až se oteplí a budu chodit ven do parku a pozorovat, co tady poroste. Posedím na lavičce, když mne budou bolet nohy. Ráda chodím do kina, byla jsem na retro plese a na zabíjačce. V období adventu jsem pekla cukroví s klienty z naší jídelny. V té době k nám přijeli také studenti ze střední zahradnické školy, kde jsem obdivovala jejich zručnost při výrobě adventních věnců. Mohli jsme si koupit. Přijely taky děti z mateřské školy, které nám ukázaly, co už všechno umí. Moc jsem je za to obdivovala.

Jsem ráda, že jsem našla místo, kde můžeme žít spokojeně a v bezpečí. Místo, které sice není našim domovem, ale může nám tady být dobře.

Ingeborg Pišáková



SLUŽBA DOMOVA SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM

Domov se zvláštním režimem – úsek B1

Transformace DS úseku A2 na B1 DZR

Dnem 1.1.2023 v rámci transformace byl původní úsek A2 – DS budovy A přejmenován na úsek B1 – DZR. Na úseku máme klienty DS a klienty DZR, kteří potřebují zvýšenou péči. Tým pečovatelek byl tak z počtu 9 PSS navýšen na 12 pečujících. K původní sestavě se tým rozšířil o pečovatelky p. Aničku, p. Ivu z úseku A3, z původního úseku B1 – dále o p. Míšu. Za dlouhodobou nemocenskou p. Yvonku máme novou pečující p. Evu, která nyní prochází adaptačním procesem. Počátkem března za odchozího pečovatele tým doplnila p. Dagmar – nyní také v adaptačním procesu.

Klienti úseku B1 i ti „šikovní“ se bohužel ke svému vysokému věku, zdravotním diagnózám začínají zdravotně, kognitivně zhoršovat, vyžadovat větší péči, pomoc v úkonech péče o vlastní osobu v oblasti os. hygieny, stravy, oblékání, mobility, komunikace, aktivizace.

Věřím, že nyní tým dvanácti pečovatelek společně s naší úsekovou sestřičkou p. Kostelňákovou bude stabilní a kvalitně pečující.

Tímto bych novému složení týmu pečovatelek úseku B1 ráda popřála především pevné zdraví, vitalitu, optimismus a týmovost.

Přeji si a věřím, že přes veškeré úskalí náš tým pečujících o klienty B1 bude „dobře šlapat“.

Vedoucí úseku B1, Bc. Petra Vránová, DiS.



Až se jaro vrátí

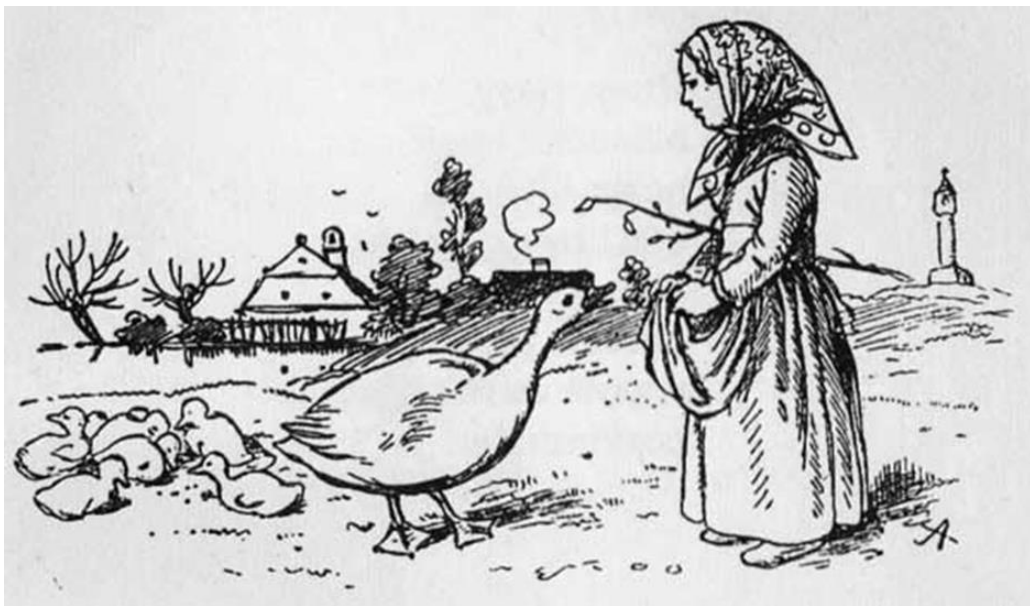
Až se jaro vrátí, ó, to bude ráj!

Zelenat se bude celý širý kraj.

Slunce bude hřáti, větrík teple dout, potok bude hučet,
zproštěn zimních pout.

Luka budou vonět, stromy budou kvést,
a skřivánek vzhůru do nebe se nést.

Rozletí se vzhůru až v oblačnou říš
a naše srdéčka vzlétnou ještě výš!





Blahopřání k 80. narozeninám

19.2.2023 oslavila naše klientka z úseku B1 paní Alžběta Gratzová své krásné životní jubileum. Klientce popřála a předala kytici Mgr. Dvořáková, DiS. Ke gratulaci se přidali pracovníci, dobrovolnice a klienti úseku B1. Jubilantce přejeme pevné zdravíčko a ještě mnoho sluníčkových dní ve Sluníčku.

Domov se zvláštním režimem – úsek B2

ZIMA V DOMOVĚ SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM NA ÚSEKU B2

Tak už se zase dočkáme a po dlouhé zimě se těšíme na jaro. Potěší nás, až nás zase bude budit zpěv ptáků a jarní sluneční paprsky nám vykouzlí úsměv na tvářích a budou lákat do zahrady a na terasu.

A abychom si lépe teplé jarní dny dokázali užít, tak nemůžeme podcenit přípravu a první jarní vlašťovky v podobě malých sazeniček se už derou napovrch. Už se těšíme, až budou hrát všemi barvami a při pohledu na krásu květů nám zase bude veseleji.





Blahopřání

Během zimy jsme také oslavovali. Slavili jsme krásné „půlkulatiny“ a „kulatiny“, ale nezapomněli jsme s gratulací a přáníčkem ani na ty, kteří neměli zrovna jubileum.

Paní Dáša oslavila krásných 85 let



Pan Jiří se těšil z dárečku ke krásným 80 rokům.





Oslavu 85 let si paní Anička užila také s rodinou.



PŘÁNÍ K MEZINÁRODNÍMU DNI ŽEN

Jako každoročně jsme nezapomněli na 8. březen, kdy slavíme svátek žen. S přáním na nás nezapomněl zástupce obce, pan starosta Ostravy-Vítkovic.



Ivana Štefková, vedoucí úseku B2



Vážený pane řediteli,

chtěla bych touto cestou velmi poděkovat přes Vás celému vedení, ale hlavně kolektivu oddělení B2 za péči o moji maminku paní Ludmilu Surou a pár řádky se podělit s mými pocity o jejím pobytu v Domově Sluníčko.

Před 13-ti lety se otci zastavilo srdce a nastal čas pro mě velmi těžkého rozhodnutí podat žádost do domova pro moji maminku. Začala se u ní projevovat alzheimerova nemoc a nedovolovala jí, aby zůstávala ve svém bytě sama.

Po jedenácti měsíci od mého těžkého rozhodnutí jsem měla telefonát z Domova Sluníčko, že se pro maminku uvolnilo místo a o to těžší bylo pro mě, když maminka nastoupila 1. září 2011 na oddělení B2, který se stal jejím druhým domovem. Téměř čtyři roky se zapojovala do všech aktivit na oddělení, navštěvovala šicí dílnu, kulturní akce atd. Nemoc postupovala, ubývaly její síly, nejprve potřebovala vozík, následně relaxační křeslo a v posledním půl roce byla péče na lůžku.

Téměř pravidelně jsem s maminkou navštěvovala katolické mše a později, když jí to síly nedovolovaly, docházela za ní na pokoj pravidelně sestra Františka. Když v roce 2019 byla vystavěna nová kaple a proběhlo hlasování o názvu kaple a byla pojmenována po svaté Ludmile, měla jsem z toho velkou radost, protože taková byla i moje maminka, laskavá, milá, pokorná.

Posledních pár let již nežila plnohodnotný život, ale žila ho ve svém spokojeném světě, kde s úžasnou péčí kolektivu oddělení B 2, zdravotním úsekem, ergoterapeutickým úsekem a naší láskou byla více než jedenáct let. Chodila jsem do Sluníčka moc ráda a dnes vím, že to bylo správné rozhodnutí. Odešla klidně a nikdy nepřestanu děkovat všem, kteří o maminku pečovali a že mohla v Domově Sluníčko žít.

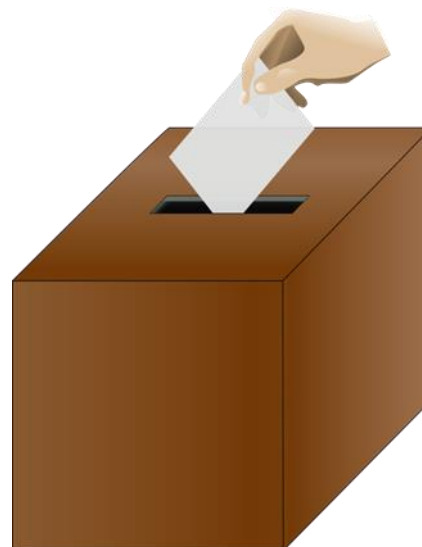
dcera Lenka





Domov se zvláštním režimem – úsek B3

Rok 2023 nám začal lednem ve znamení voleb prezidenta naší České republiky. Na jídelně úseku se vedly debaty klientů o tom, který prezident je hezčí a který více prospěje lidem a bude dobrým reprezentantem našeho státu. Nakonec jsme se svorně shodli, že je důležité přijmout všechny názory a nerozhádat se kvůli voleb mezi sebou. Volební komise přišla 2x a kdo chtěl, měl možnost vhodit svůj volební hlas do jejich přenosné volební schránky.



V únoru jsme měli na úseku B3 hned tři oslavence. Klienti oslavili krásné narozeninové výročí a to 80 let, 83 let a 95 let. Všem jsme předali vyrobené přání a těm co měli kulatiny i pěknou kytičku. Pracovnice B3 oslavencům zazpívaly narozeninovou píseň: „Hodně štěstí zdraví...“





Na úsek zavítal **Masopustní průvod**.
Moc děkujeme za veselou náladu, za
průvod masek, za malé občerstvení a
veselé písně, při kterých se se zpěvem s
radostí přidali i naši klienti.



Od ledna 2023 na náš úsek přišla nová
úseková zdravotní sestra paní Rita
Skarlatosová, protože paní Andrea
Burdíková se stala ambulantní sestrou
celého domova. Přejeme Andrejce
hodně sil.

Nové sestřičce na B3 Ritě
Skarlatosové přejeme hodně úsměvů a
jen radost ze vzájemné spolupráce. Ať
se jí tady v Domově Sluníčko líbí!

sepsala: Mgr. Radka Fürstová, DiS., vedoucí B3



Domov pro seniory – úsek B4

SPLNĚNÉ PŘÁNÍ

Dne 21. února jsme s velkým potěšením mohly společně s řeholní sestrou Františkou splnit přání klientkám z úseku B1 a A3. Klientky si přály, zda je možné navštívit kostel sv. Ducha v Ostravě-Zábřehu a při té příležitosti se zúčastnit mše svaté. Zbývalo jen zajistit auto, které nám umožní rychlý přesun na mši. Pan ředitel Mgr. Tejzr byl velice vstřícný a auto nám zajistil. Velmi děkujeme.

Klientky byly šťastné, že se mohly podívat do kostela sv. Ducha a být přítomny eucharistie. Po mši svaté jsme se prošly kostelem a zavzpomínaly na nedělní mše, kterých se klientky v průběhu života pravidelně zúčastňovaly.

Bc. Monika Poláčková, vedoucí B4





Oslava 85. narozenin paní Libuše Hlubkové se konala na přání rodiny v rodinném kruhu na úseku B4.

Paní Hlubková se setkala se svými kolegyněmi z práce. Společně zavzpomínaly na práci na účtárně a příjemné chvíle, které spolu prožívaly i mimo práci.

Společně s dcerou jsme paní Hlubkové popřály mnoho zdravíčka, lásky a štěstí.

Za Domov Sluníčko kytičku s přáním předala vedoucí útvaru sociální a přímé péče Mgr. Tereza Dvořáková.

JARO

Sluníčko nám rozebrálo led a sněh,

z venku se dovnitř line smích.

Květiny se krásně zbarvují,

lidé na zahradách opět pracují.

Na loukách najdeš rostlinku,

krásnou bílou sněženku.

Zlatý klíček s sebou nese,

petrklíček v našem lese.

Sladký nektar jetelíčky,

přichystaly pro včeličky.

Na stráni malá děvčátka,

pasou svá housátka.

Otevřená mají vrátka,

husy, kachny i kůzlátka.



Po vsi chodí zajíček,

s nůši plnou vajíček.

Kraslice malované,

s láskou udělané.

Na boží hod velikonoční,

peče se beránek každoroční.

S velkou mašlí kolem krku,

vyjímá se na prostřeném stolku.

Všechno se s jarem probouzí,

o teplé dny není nouzí.

Noc kratší než-li den,

děti mohou vesele ven.

Sarah Benová

PALIATIVNÍ PÉČE V DOMOVĚ SLUNÍČKO

Domov Sluníčko má novou výzvu v oblasti zvyšování kvality poskytované služby. Na základě získaného finančního příspěvku nadačního fondu Abakus může v letech 2023-2024 rozvíjet paliativní péči. Součástí nového projektu je vzdělávání zaměstnanců různých profesí, od pečovatelů, přes sociální pracovníky, zdravotní sestry k managementu organizace. Nově je v domově zavedena pozice koordinátora paliativní péče, který se věnuje nastavení nových procesů a multioborové spolupráci směrem ke klientovi a jeho rodině tak, aby byly naplněny jejich přání a potřeby v době poskytování paliativní péče. Domov Sluníčko v rámci projektu bude spolupracovat s jinými organizacemi ve sdílení vzájemně získaných poznatků z praxe. Nadační fond Abakus představil program v roce 2020 s cílem postupně budovat síť domovů pro seniory schopnou celistvě pečovat o lidi na konci života v prostředí, na něž jsou zvyklí a dál získané know-how předávat. Dosud jím prošlo již 15 organizací a v rámci druhého ročníku bylo vybráno dalších 15 včetně Domova Sluníčko, dohromady již ze všech krajů České republiky.

Mgr. Tereza Dvořáková, DiS.



Stravovací úsek

Vážení čtenáři,

ráda bych Vás seznámila, s čím se potýkáme v našem stravovacím provozu. Velice mě mrzí, že personální situace na našem úseku není stále stabilizovaná. Pořád dokola hledáme nové kolegy do našeho týmu, abychom mohli začít pracovat na něčem novém. Bohužel, přes snahu nás všech, je kvalifikovaného personálu na trhu práce málo. Noví kolegové přicházejí jen zřídka a ne každý náročnou práci v kuchyni zvládne. Takto se motáme pořád dokola. Stávající personál se snaží zabezpečit stravu tak, abyste to vy, naši klienti snad co nejméně poznali. Snad se nám to daří. Při odchodu i některých stávajících kuchařů, jsme byli, i když neradi, přistoupit na zrušení výběrů v měsíci dubnu. Věřím, že od května pojedeme v zajetých kolejích a opět si vyberete dle chuti snídaně i obědy.

I přes tyto problémy mě velmi těší, že při scházení se s vámi nemáte velké stížnosti na stravu. Na stravovací komisi spolu s vámi konzultujeme vaše postřehy a musím říci, že až na ojedinělé případy vám chutná a jste se stravou spokojeni. Moc nás to těší.

I nadále budeme věřit a doufat, že se tato situace obrátí.

Andrea Červková, vedoucí stravovacího úseku, nutriční terapeut





Poradenství

Vážení klienti,

od ledna 2023 začala platit nová Úhradová vyhláška pro sociální služby, a protože stále rostou náklady, musel ředitel Domova Sluníčko p. Mgr. Marek Tejzr od 1. března 2023 opět zvýšit ceny úhrady za ubytování a stravu a to takto:

Úhrada za lůžko navýšena o 30,- Kč jen u dvoulůžkového pokoje na den:

- jednolůžkový pokoj nyní stojí - 280,- Kč na den
- dvoulůžkový pokoj nyní stojí - 275,- Kč na den.

Úhrada za stravu navýšena o 28,- Kč až 30,- Kč na den podle typu diety takto:

V Domově pro seniory:

- normální dieta - 223,- Kč na den
- šetřící dieta - 223,- Kč na den
- diabetická dieta - 234,- Kč na den
- výživná dieta - 235,- Kč na den

V Domově se zvláštním režimem:

- normální dieta - 224,- Kč na den
- šetřící dieta - 224,- Kč na den
- diabetická dieta - 235,- Kč na den
- výživná dieta - 235,- Kč na den

Vážení klienti, věříme, že chápete nutnost navýšení cen a děkujeme za pochopení. V případě zájmu je možné si vyžádat Sazebník úhrad od 1.3.2023 u vedoucí úseku, případně v kanceláři poradenství u sociálních pracovníc.

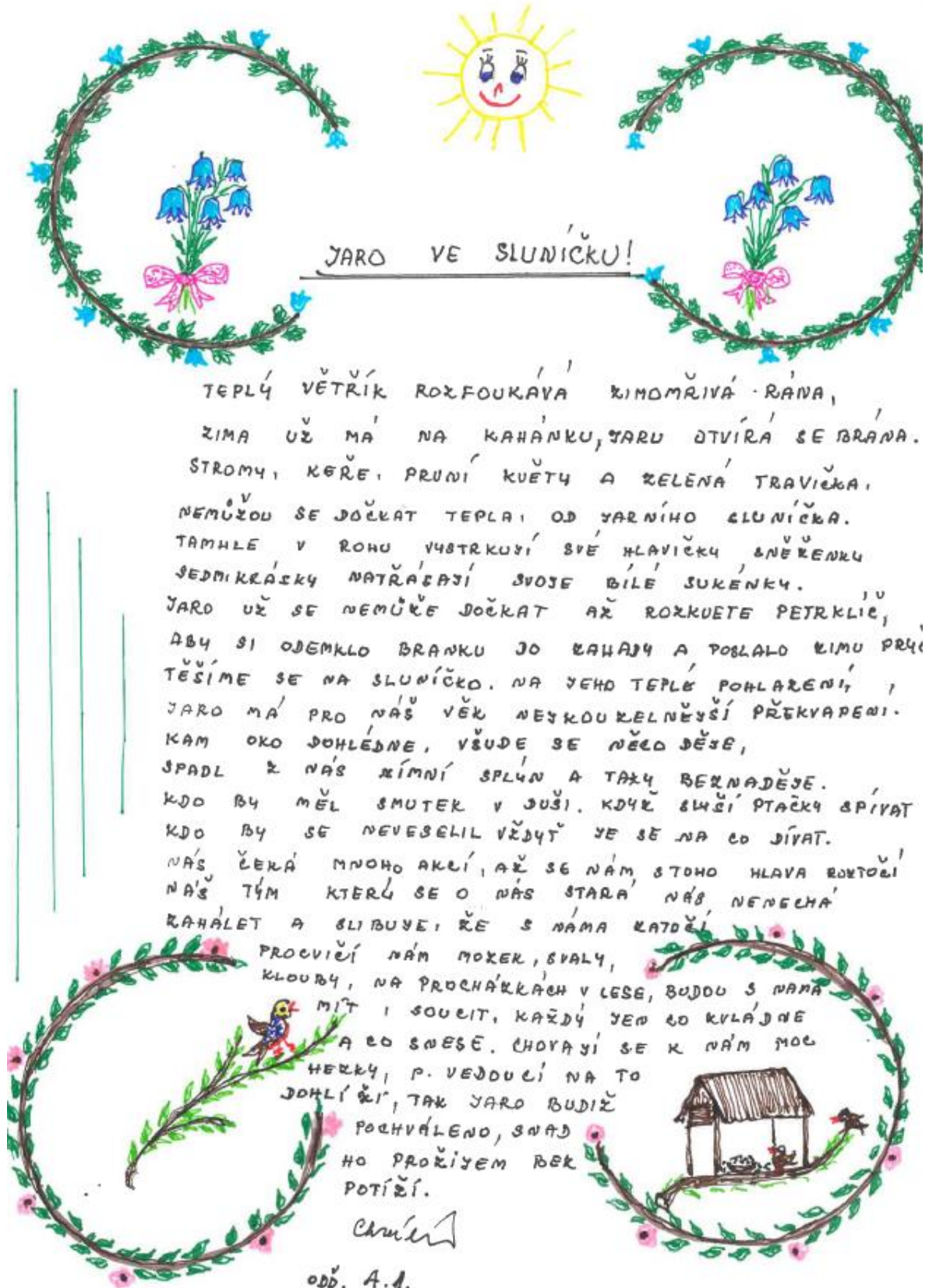
K navýšení úhrad jste již obdrželi Dohody o změně obsahu závazku (tzv. dodatky) ke smlouvě v průběhu měsíce února 2023.

Radka Oravová
sociální pracovník poradenství





Příspěvky klientů



JARO VE SLUNÍČKU!

TEPLÝ VĚTRÍK ROZFOUKÁVA ZIMOMĚŘIVÁ RÁNA,
ZIMA UŽ MÁ NA KAHÁNKU, JARU OTVÍRÁ SE BRANA.
STROMY, KEŘE, PRVNÍ KVIETKY A ZELENÁ TRAVIČKA,
NEMŮŽOU SE DOČKAT TEPLA, OD JARNÍHO SLUNÍČKA.
TAMHLE V ROHU VYSTRKUVÍ SVÉ HLAVIČKY SNĚŽENKY
SEDMIKRÁSKY NATŘÁBAJÍ SVOJE BÍLÉ SUKENKY.
JARO UŽ SE NEMŮŽE DOČKAT AŽ ROZKVIETE PETRKLIC,
ABY SI OJEMKLO BRANKU JO KAHÁNY A POSLALO KIMU PRŮCH,
TĚŠÍME SE NA SLUNÍČKO, NA VEHO TEPLÉ POHLAŽENÍ,
JARO MÁ PRO NÁS VĚK NEVKOUKELNĚJŠÍ PŘEKVAPENÍ.
KAM OKO DOHLEDNE, VŠUDE SE NĚCO DĚJE,
SPADL Z NÁS KÍMNÍ SPLŮN A TAKY BERNADĚJE.
KDO BY MĚL SMUTEK V JUŠI, KDYŽ SLUŠÍ PTAČKY SPÍVAT
KDO BY SE NEVESELIL VĚDYŤ JE SE NA CO JÍVAT.
NÁS ČERÁ MNOHO AKCÍ, AŽ SE NÁM STOHO HLAVA ROZTOČÍ
NÁS TÝM KTERÝ SE O NÁS STARA NÁS NENECHA
KAHALET A SLIBUJE, ŽE S NÁMA KATDĚÍ
PROCVIČÍ NÁM MOXER, SVALY,
KLOUBY, NA PROCHÁRKACH V LESE, BUDDO S NÁMA
MÍT I SOUCIT, KAŽDÝ JEM DO KVLÁDNE
A DO SNEŠE. CHOVAJÍ SE K NÁM MOL
HERKY, P. VEDOUČÍ NA TO
DOHLÍŽÍ, TAK JARO BUDIŽ
POCHVÁLENO, SNAJ
HO PROŽIJEM BER
POTÍŽÍ.

A.A.
odd. A.A.



Domov Sluníčko
Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

53

Časopis Sluneční paprsek je vydáván a tištěn pro osobní potřebu klientů, pracovníků, rodinných pečujících a přátel Domova Sluníčko.

Domov Sluníčko, Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace, Syllabova 2886/19, 703 00 Ostrava-Vítkovice

Redakční rada je složena z vedoucího redaktora: Mgr. Tereza Dvořáková, DiS. a členů redakční rady: Šárka Oudová, Lenka Golová, DiS.

Čtvrtletník, vydáno dne 1.4.2023

Počet výtisků: 60

Všichni klienti poskytli souhlas se zveřejněním svých fotografií v časopise. Každý příspěvek prošel jazykovou korekturou a úpravou. Příspěvatelé jsou odpovědní za vlastní příspěvek. V případě jakéhokoli zájmu přispívat do časopisu prosím kontaktujte p. Terezu Dvořákovou.