



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

1

Sluneční paprsek

03/2023





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

je za námi pololetí a nastává prázdninový čas. Všem zaměstnancům přeji pěkně strávenou dovolenou u nás v tuzemsku nebo někde v zahraničí. Klientům přeji, ať si užijí vnučat a pravnoučat v našem krásném parku. A klientům, kterým to zdravotní stav dovolí a mohou se podívat do domovů svých rodinných příslušníků, to ze srdce přeji také.

Během prvního pololetí se nám podařilo zrealizovat spoustu naplánovaných úkolů. Co se týče stavebních akcí, určitě jste si všimli, že máme vybudovaný přístřešek pro stání vozidel před garážemi. V místě vedle recepce je vybudovaná plocha pro akce klientů včetně přívodu elektřiny. Rovněž jsme provedli opravu chodníků. Petangové hřiště, které se nacházelo v areálu domova, jsme museli zrušit z důvodu nedostačujícího využití ze strany našich klientů. V těchto místech se dobudoval chodník a možná tam bude v budoucnu vybudována pergola k odpočinku a relaxaci.

Domnívám se, že Vás asi bude ale nejvíce zajímat rekonstrukce stravovacího provozu, která byla započata 1.6.2023 a bude dokončena 31.7.2023. Realizaci stavebních prací provádí firma Ristorispetto s.r.o. a technologii dodává firma MAVÁ spol. s.r.o. pod vedením zřizovatele Statutárního města Ostravy. Tato osmitýdenní stavební akce není ničím zvláštní, ale „dotkla se“ všech, a to jak klientů domova tak našich zaměstnanců ve kvalitě podávané stravy od firmy ARAMARK spol. s.r.o.. Jedná se o firmu, která vaří pro školy, školky a také zařízení LDN Ostrava – Jih. Strava tedy odpovídá všem požadovaným normám.

Nicméně si teď určitě všichni uvědomujeme, že strava připravená v našem zařízení je jiná pestrostí jídelníčku a chutí podávané stravy. Jak se hovorově říká: „je to jiný level“. A myslím si, že se už všichni těšíme, aby to bylo za námi. Vzhledem ke krizové personální situaci, ve které se nacházel stravovací provoz před rekonstrukcí, si opravdu zaslouží veliké uznání pod vedením paní Červkové.



Co se týče technického vybavení, pořizujeme další hygienické vozíky, které si vybrali zaměstnanci přímé péče. Pořizujeme vakový zvedák, polohovací lůžka (dalších 12 ks). Pořizujeme zástěny na pokoje klientů a také do koupelen otočná zrcadla (celkem 91 ks), na která jsme obdrželi finanční prostředky od zřizovatele SMO.

Ve druhém pololetí nás čeká výmalba chodeb budovy A a stravovacího provozu po rekonstrukci. Na konci roku proběhne další výměna osobního výtahu v budově B. Tento rok jsme bohužel dotaci z MSK na opravu výtahu nezískali, ale podpořilo nás Statutární město Ostrava a budeme moci postupnou výměnu všech osobních výtahů v tomto roce dokončit.

Jaké investice a pořízení majetku nás čekají si nechám do dalšího vydání.

Dovolte, abych poděkoval všem zaměstnancům, kteří se podíleli na Technickém dni. Opět se udělalo mnoho práce a tentokrát mezi nás zavítali zaměstnanci ze společnosti Siemens. Na údržbě zahrady se pravidelně podílejí vězni z Vazební věznice Ostrava a z tohoto důvodu se nám daří park udržovat. Zkrátka, když se to všechno spojí dohromady, máme pak čas nejen na práci, ale můžeme si i posedět u dobrého jídla a pití. Výherní losy, které nám ještě zlepší náladu, se osvědčily a proto jsem se s vedením rozhodl, že bude i čtvrtá a pátá cena. Touto cestou mi dovolu poděkovat firmě Instaflex s.r.o., která nás v těchto aktivitách sponzorsky podporuje. V neposlední řadě patří poděkování mému druhému zástupci panu Tauchenovi za skvělou organizaci. A těším se na další setkání na podzim.

Oblast sociálního útvaru a vzdělávání přenechávám opět své zástupkyni paní Mgr. Dvořákové. Ale přesto bych chtěl poděkovat všem zaměstnancům, kteří se podílejí na paliativní péči a podstupují školení, bez kterého se to neobejde. Paliativní péče je na veřejnosti skloňována z různých úhlů pohledu, ale jsem přesvědčen, že se ubíráme správným směrem.

Poděkování zejména patří také pracovníkům zdravotního úseku pod vedením paní Bc. Kotisové. Zde se stále potýkáme s personálním výpadkem a snad během prázdnin, pokud se nic nezmění, dojde k personální stabilizaci.



Domov Sluníčko **Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace**

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

4

Pracovníci na zdravotním úseku jsou stále více a více vystavováni tlaku rodinných příslušníků a logicky z toho „panuje“ nervozita. Moc bych si přál, abychom tento úsek stabilizovali a mohli zdravotníky zapojit do teambuildingových aktivit jako ostatní zaměstnance organizace.

Milé klientky, milí klienti, vážené zaměstnankyně a vážení zaměstnanci přeji Vám pěkné prožití prázdninových dnů.

Váš ředitel





Vážení čtenáři,

Začíná krásný měsíc červenec. Doba hezkého počasí, odpočinku, dovolených a příjemně strávených dní. Protože je za námi první pololetí letošního roku, pojďme si společně shrnout, co se nám podařilo:

- ✓ Koncept bazální stimulace v péči o klienty – Domov Sluníčko v květnu obhájil certifikát s názvem: Pracoviště využívající koncept Bazální stimulace v péči o klienty. Certifikát ukazuje, že koncept bazální stimulace je nedílnou součástí naší každodenní práce a péče o klienty.
- ✓ Paliativní péče – Domov Sluníčko v dubnu obhájil certifikát s názvem: Pohladíme umírajícímu tvář. Paliativní péče se průběžně v domově prohlubuje také na základě získaného grantu Nadace Abakus.
- ✓ Pozice – koordinátor. Na dvou úsecích se podařilo nastavit novou pozici koordinátora péče, který spolupracuje s vedoucím úseku na kvalitě poskytované péče. Do konce roku budou mít jednotlivé úseky nastaveny tuto pozici.
- ✓ Byla zpracována a zaslána analýza potřeb navýšení počtu zaměstnanců v domově na Magistrát města Ostravy z důvodu vzrůstající závislosti klientů na péči a psychiatrické reformy ve společnosti.
- ✓ Proběhlo interní školení zaměstnanců formou školení Bon Appetit, týmové spolupráce a 4 teambuildingových aktivit. Dále externí školení v oblasti bazální stimulace, paliativní péče, supervize aj. zajímavých témat.
- ✓ Vznikla nová pozice koordinátora paliativní péče na půl úvazku financovaného z Nadačního fondu Abakus.
- ✓ Proběhlo pololetní setkání s rodinami jednotlivých služeb s managementem organizace.
- ✓ Nově byla uzavřena spolupráce s psychologem a psychoterapeutem nejen pro klienty, rodiny, ale také pro zaměstnance domova, kteří se ocitli v těžké životní situaci.
- ✓ Průběžně se zavádí SOS medikace u klientů, kde je to nezbytně nutné.
- ✓ Stále probíhá výběr vhodných pracovních ochranných pomůcek pro pracovníky (sukně, ¾ kalhoty, šaty a haleny).
- ✓ Byly aktualizovány standardy kvality.



Domov Sluníčko
Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

6

Tím naše práce nekončí, dále se budeme mimo jiné zabírat strategií domova, přípravou na změnu cílové skupiny na jednom z úseků domova se zvláštním režimem, konceptu ergoterapeutického úseku, celorepublikové konferenci v oblasti paliativní péče a kulatých stolů pro odbornou veřejnost. Pro pracovníky připravujeme soutěžní dopoledne mezi jednotlivými úseky o putovní pohár a pro klienty další zajímavé společenské akce, výlety a práci s aromaterapií.

Všem pracovníkům přeji krásné léto a děkuji za vzájemnou spolupráci, respekt a důvěru. Vždyť jdeme společnou cestou k dosažení cíle.

Vaše šéfredaktorka Tereza





Vážení čtenáři a čtenářky,

ráda bych Vám blíž představila vedoucí úseku A1 Mgr. Dagmar Šamajovou, která je nedílnou součástí mého týmu a managementu organizace.

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

Ve Sluníčku pracuji od roku 2017. Obec Ostrava-Vítkovice je moje srdcová záležitost, zde jsem se narodila, vyrůstala, navštěvovala základní školu, prožila svoje dětství. Rodiče bydleli v blízkosti domova. V tehdejší Zábřežské nemocnici se mi narodil prvorozený syn. Hodně věcí se v této lokalitě změnilo, ale stále mám k tomuto místu velmi blízký vztah.

Jaké máte předešlé zkušenosti?

Moje pracovní kariéra začala na střední odborné škole v Bohumíně, jako mistrová odborného výcviku, kde jsem působila 10 let. Po druhé mateřské dovolené moje kroky zaměřily k dětem do dětského domova, kde jsem zakotvila na dobu 20 let. Abych mohla pracovat s věkovou skupinou dětí od 3 let do 26 let, bylo nutné si doplnit vysokoškolské vzdělání, vychovatelství a posléze speciální pedagogika.

Po zdravém úsudku, přišla potřeba změny. Zvolila jsem cílovou skupinu, seniory. V této době jsem pečovala o svého nemocného otce, potřebovala jsem mu být na blízku. Nabídka pracovat v Domově Sluníčko, přišla v pravou chvíli, děkuji za tuto šanci, která mi byla poskytnuta.

Co se Vám na Vaší práci líbí?

Každý člověk v životě pomáhá, bez ohledu na věku, stáří či vzhledu. Jelikož mám bohaté zkušenost z předchozích zaměstnání, vím, že pomoc v životě je důležitá nejen mezi dětmi, mládeží, ale i seniory. Klienti mě denně obohacují svými zkušenostmi. Kontakt s lidmi, je pro mě velmi důležitý. Každý den přinese něco nového, je jiný, zajímavý. Na práci se mi líbí samotný princip pomáhání starším osobám, které to potřebují.



Jaká je Vaše náplň dne?

Ráno přicházím do práce před šestou hodinou. Dostávají se mi informace o klientech během uplynulé noci. S ranní směnou diskutujeme, plánujeme úkoly, které nás čekají v daný den. Poté nastupuje přímá práce s klienty na svěřeném úseku, zajišťování jejich potřeb a podpora v soběstačnosti. Účastním se úsekových a společenských akcí, zajišťuji doprovody, individuální práce s klienty. Velkou část dne věnuji vedení sociální dokumentace. Důležitým úkolem je spolupráce se zákonnými zástupci a blízkými klientů, spolupráce s úřady. Důležitým mezníkem je spolupráce se svým týmem pracovníků v sociálních službách. Společně se snažíme o hladký průběh směny, spokojenost klientů a zajištění chodu úseku. Úzce spolupracuji s vedením organizace a se svými kolegy.

Jak odpočíváte?

Moje zahrada je pro mne oázou klidu, místem, kde mě nic nehoní a čas zvolna plyne. Neexistují tu žádné povinnosti, termíny, úkoly. Takové okamžiky lze nazvat volnou chvílí, tedy časem, o jehož náplni sama, svobodně rozhoduji. Pro mě osobně je důležitým zdrojem očištného odpočinku pobyt v přírodě, ať již výšlap na Lysou Horu, nebo návštěva milovaných Vysokých Tater. V neposlední řadě si ráda zajdu do divadla, cestuji.

Co byste ráda vzkázala našim čtenářům?

Ráda bych vzkázala čtenářům, buďme ve spojení pro potřebné pomoci v našich životech, neboť právě v síle sdružených lidí se nám podaří více, nežli v jednotlivcích.

Vážení čtenáři a čtenářky,

ráda bych Vám blíž představila vedoucí úseku B2 Bc. Ivanu Štefkovou, která je nedílnou součástí mého týmu a managementu organizace.



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

V Domově Sluníčko pracuji od října roku 2014. Vždy jsem měla ráda práci s lidmi a pro lidi a po ukončení bakalářského studia na Ostravské univerzitě jsem dostala nabídku práce v Domově Sluníčko, tehdy na pozici koordinátora sociální a přímé péče, kterou jsem ráda přijala a začala novou etapu svého života. Jsem vděčná za nabídnutou příležitost.

Jaké máte předešlé zkušenosti?

Zkušenosti v sociální práci jsem sbírala a získávala v oblasti sociálních šetření pro přiznávání a využívání příspěvků na péči pro úřad práce. V tomto směru jsem využila zkušenosti z práce ve zdravotnictví, kde jsem pracovala na centrálním příjmu.

Co se Vám na Vaší práci líbí?

Práce se mi líbí pro její rozmanitost v pracovních úkolech. Ráda pracuji s klienty a má práce se také dotýká služby pro jejich blízké. Také se mi líbí práce s pracovním týmem, na který jsem pyšná, protože u nás na úseku je vidět týmová práce, stabilita a dobrá nálada a spokojenost. Spokojenost považuji za důležitou součást péče, protože i na klientech je znát uspokojení, pokud je personál vyrovnaný a v klidu. Líbí se mi, když nás klienti odmění úsměvem a rodiny pochvalou a uznáním.

Jaká je Vaše náplň dne?

Jak jsem již zmiňovala, mám ráda rozmanitost pracovních úkolů a od tohoto se také odvíjí má náplň práce. Každý den je jiný a i když se činnosti opakují, vždy si musím uspořádat, které činnosti zrovna upřednostním a které mohu přesunout na druhý den.

Můj pracovní den obvykle začíná v 6 hodin ráno, kdy si v pracovním týmu předáváme informace z průběhu předcházející dne, řekneme si, které úkoly nás čekají a také zjistím, jakou kdo má hned pro ráno náladu a jestli začínáme den s úsměvem. V průběhu dne přizpůsobuji své činnosti s rozdělením na sociální práci s klienty, plním nastavené úkoly personálního charakteru, účastním se porad s nadřízenými, udržuji komunikaci s příbuznými našich klientů, zajišťuji chod



celého úseku, aby se nám dobře pracovalo a abychom do práce chodili s radostí. Činností je hodně a čas utíká rychle. Den ukončuji opět předáváním informací v pracovním týmu.

Jak odpočíváte?

Abych mohla svou práci vykonávat naplno a s nasazením, snažím se ve volnu vypnout (ne vždy se mi to daří) a věnovat se rodině. Můj odpočinek je hlavně o aktivitách. Moc ráda chodím plavat, využívám atrakce wellness center, moc ráda si užívám tepla v sauně. Největší odměnou je pro mne dovolená u moře, kde čerpám energii ze sluníčka a slané vody a nikdy si sebou nezapomenu vzít dobrou knížku, tu, na kterou v průběhu roku nemám čas. Ale musím se přiznat, také ráda lenoším a užívám si klidu.

Co byste ráda vzkázala našim čtenářům?

Můj vzkaz pro čtenáře? Važme si svého zdraví a užívejme si radosti i strasti běžného dne, úsměv nic nestojí a nám všem zpříjemní den. Děkuji za krásnou spolupráci a za důvěru a těším se na další společné chvíle.





ZŠ Harmonie

V úterý 28.3.2023 nás přišly potěšit děti z Mateřské školy Harmonie z Ostravy – Hrabůvky. Tentokrát se toto setkání neslo v duchu nadcházejících velikonočních svátku. Na úvod jsme dětem i seniorům pustili zajímavá videa o Velikonocích. Poté nám děti zazpívaly jarní písničky, které si pro nás připravily. Všichni však netrpělivě čekali na to, kdy už se budou moci pustit do společného tvoření. Opět se mezigenerační setkání velice vydařilo a bylo to smysluplně strávené dopoledne. Také oceňujeme velkou pomoc ze strany pedagogického doprovodu dětí. Paní učitelky se aktivně zapojily do tvoření a společně nám šla práce od ruky.

Z úsměvů na tvářích jak dětí, tak seniorů bylo patrné, že tato setkání mají smysl a budeme se těšit zase na příště, až děti zavítají opět mezi nás.

Tylková Šárka





SUPERVIZE DOBROVOLNÍKŮ V DOMOVĚ SLUNÍČKO

4. dubna se v odpoledních hodinách ve společenském sále Domova Sluníčko konala pravidelná půlroční supervize, na které se sešlo 7 dobrovolnic poskytujících své služby klientům v našem domově, koordinátorka za Adu p. Velvéthy a supervizorka za Adu p. Martušková. Dobrovolníci mezi sebou sdíleli své zkušenosti a poznatky. K občerstvení jsme s klientkami v Ateliéru upekly mramorovou bábovku. Vyhraněný čas se nesl v dobrém duchu a věřím, že byl velkým přínosem pro nás všechny. Pozitivní náhled na poskytované služby a pochvala děvčatům přímé péče velmi potěšila nejen mne, ale i vedení, kterému byla pochvala ústně předána.

A mi nezbyvá než všem dobrovolníkům velmi poděkovat za čas, který věnují našim klientům ať už osobně, telefonicky, nebo písemně, neboť je vždy potěší 😊

Kontaktní osoba dobrovolníků, Petra Válková





NÁVŠTĚVA NAŠICH KLIENTŮ V ZŠ POKORNÉHO

4. dubna 2023 měly naše klientky moc příjemně strávený den ve společnosti dětí ze 4. B ze základní školy K. Pokorného v rámci reminiscenčního pravidelného setkávání. Děti nás moc hezky přivítaly, stejně tak p. učitelky a p. zástupkyně ředitele.

Úžasná atmosféra byla cítit celou dobu, nadšení dětí i našich klientů bylo přímo hmatatelné, protože si pro nás děti připravily zajímavý program s ochutnávkou jarní pomazánky s medvědí česnekem a ředkvičkou.

Tématem celého programu bylo POVOLÁNÍ, ZAMĚSTNÁNÍ, kdy si děti zahrály na moderátory s připravenými otázkami v rámci interviu a naše milé klientky jim velmi rády odpovídaly na to, jak to bylo v době, kdy ony chodily do práce a čím vlastně byly.

Mezi zajímavé otázky např. patřily: jaké mají seniorky rády barvu?, jaké měly koníčky nebo ještě mají?, kolik mají let?

Děti tak poslouchaly vyprávění vzpomínek, čím chtěly klientky vlastně být a jestli si pak splnily své sny.

Na závěr jsme si všichni společně zahráli pantomimu, také s tématem nejrůznějších profesí.

Loučení tak bylo pro všechny těžké, ukápla i slzička a našim klientkám se ani nechtělo vracet zpět. Proto jsme si vzájemně slíbili další návštěvu a už teď se těšíme.

Za ergotým Martina Černá

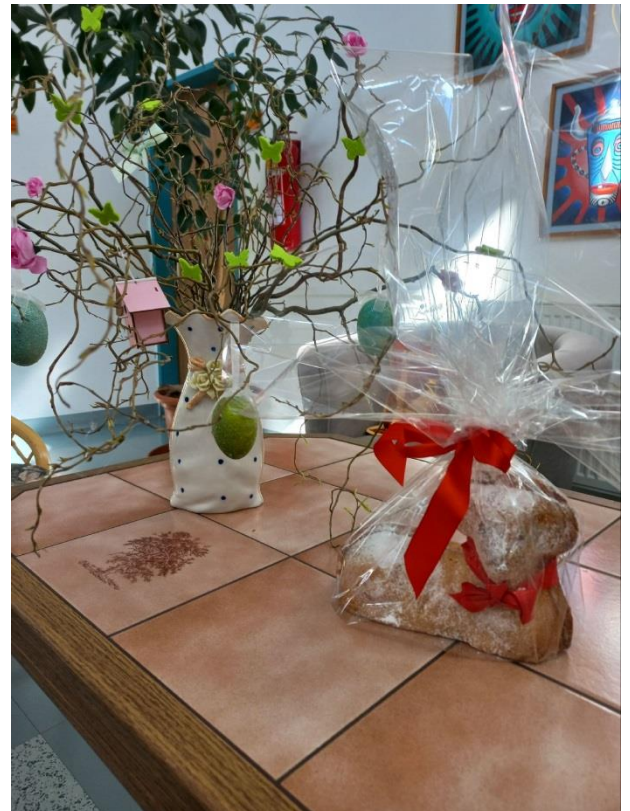




PEČENÍ BERÁNKŮ

Čas Velikonočních svátků je na spadnutí, děvčata ergo-týmu krásně zdobí společné prostory domova ve velikonočním a jarním duchu a my jsme se rozhodly, že s klientkami 29.3. v Ateliéru v rámci pravidelné skupinky upečeme beránky, abychom tu krásnou atmosféru podpořily nejen vizuálně, ale i čichem. K přípravě beránků se klientky statečně postavily čelem a netrvalo to dlouho a domovem se linula libá vůně, která do ateliéru lákala kolemjdoucí. Na jednom beránkovi jsme si pak v ateliéru pochutnaly u kávičky, druhý (aspoň zatím) slouží jako dekorace při velikonoční výzdobě.

Petra Válková





PEČENÍ BÁBOVEK, PERNÍKŮ

Dne 17. dubna 2023 se v Ateliéru dobrých nápadů pekly bábovky a perníky. Tato akce vzbudila u klientů velký zájem a nejednalo se jen o ženy. Zúčastnil se i jeden muž, který také přidal ruku k dílu. Výsledkem byly dvě krásné mramorové bábovky a dva plechy perníku, jejichž vůně se krásně linula chodbami domova Sluníčko. Námi pečené bábovky (s utajenou recepturou) jsou v domově natolik oblíbené, že si je klienti žádají na různé akce. Ne jinak tomu bylo i tentokrát. Jelikož očekáváme návštěvu z domova Slunovrat, kteří k nám zavítají poprvé, museli jsme zapůsobit pekařskými kvalitami našich klientů. Dílo se zdařilo a spokojenost byla na všech stranách. Bábovky byly slavnostně předány děvčatům, která organizovala reminiscenční setkání na téma Čajový dýchánek právě s domovem Slunovrat.

Za ergo tým Sabina Hrabovská a Petra Válková





CERTIFIKÁT PALIATIVNÍ PÉČE

„POHLAĎME UMÍRAJÍCÍMU TVÁŘ“

Domov Sluníčko v dubnu 2023 obhájil certifikaci v oblasti paliativní péče. Na základě školení a zpracovaného auditu nám zástupkyně Společnosti Dlaň paní Maňáková osobně předala nový certifikát opravňující k provádění konceptu paliativního přístupu v praxi o naše klienty na další dva roky. Jsme velmi rádi, že na základě zjištěných informací provádíme prvky paliativní péče v praxi dobře a nadále budeme celou myšlenku rádi rozvíjet pod velkým dvouletým projektem Nadace Abakus. V organizaci již nově působí také koordinátor paliativní péče. Všem, kteří paliativní myšlenku vkládají do své každodenní práce, tímto moc děkujeme.

Mgr. Tereza Dvořáková, DiS.





NÁVŠTĚVA KOSTELA SV. DUCHA

Dne 20.4. byli zaměstnanci Domova Sluníčko pozváni na návštěvu Kostela Svatého Ducha, Ostrava-Zábřeh. Trochu nás mrzelo, že přes vyvěšené letáčky na jednotlivých úsecích, se nezúčastnilo více pracovníků. Výklad pana faráře Mgr. Vítězslava Řehulky byl tak zajímavý, že jsme se dozvěděli vše o stavbě kostela, jeho výzdobě i zázemí, které poskytuje pro veřejnost. Uvařené „kafe“ a vzájemné posezení na závěr bylo velmi milým zpestřením celého setkání. Protože daná farnost s námi úzce spolupracuje, snažili jsme se pomoci malým finančním darem, protože v daném kostele nejsou varhany a pan farář by velmi rád tento hudební nástroj v kostele měl. Celková vybraná částka dělala: 8 300,- Kč.

Všem, kdo přispěli, moc děkujeme...





VÝLET DO BĚLSKÉHO LESA

V letošním roce se jednalo o první, ale určitě ne poslední výlet do těchto krásných míst. 19. dubna 2023 jsme měli p. Kotalou zprostředkováno obvyklé mezigenerační setkání, tentokrát se ZŠ Matiční. Původně mělo celé setkání proběhnout v nově postavené jurtě, ale jelikož nám počasí příliš nepřálo, strávili jsme část dopoledne v klubovně v hlavní budově. Setkání bylo velmi příjemné a věřím, že nejen pro naše klienty, ale i pro děti. V první fázi se jak děti, tak naši klienti vzájemně představili a uvedli své záliby, jaká měli nebo mají zvířátka a přiblížili, proč rádi chodí do lesa. Po přestávce, ve které jsme dostali kávu, následovalo společné zpívání a hra na tělo, která zaujala všechny přítomné. Poté se slova ujal p. Kotala. Měl perfektně připravený program, velmi zajímavý výklad, pracovní list a tajemný kufr, kde se ukrývaly tematické pomůcky k celkovému programu. Některé pomůcky pouze ukázal, jiné nechal projít všemi přítomnými a jako poslední si pro nás připravil malý kvíz zaměřený na čichové buňky. Všechny pomůcky měly jednu společnou věc. A to, že pochází z lesa. Výlet byl pro nás všechny velmi přínosný a i když nám to počasí příliš do karet nehrálo, moc jsme si ho užili a do domova se vrátili se zajímavými informacemi, které si snad po nějakou dobu uchováme ve své paměti.



Petra Válková



PÁLENÍ ČARODĚJNIC

Ačkoliv čarodějnicím patří Filipojakubská (nebo také Valpružina) noc, my jsme v domově klientům připravili slavnost pálení čarodějnic o pár dní dříve a to 25. dubna. Počasí je v tyto dny vsutku aprílové, a tak jsme místo zahradní slavnosti při pravém ohni improvizovali ve společenském sále Domova Sluníčko. Život největší čarodějnice, odsouzené k hranici, tak zůstal zachován.

Jako pravé čarodějnice jsme klientům zatančily kolem tajemného kotlíku, ve kterém jsme připravily elixír krásy a dlouhověkosti. Elixír chutnal všem, jeho přesnou recepturu se nám podařilo utajit.

Odpolední čas provázela živá hudba „Duo Pohoda“, kterou někteří klienti využili i k tanci. Na posilnění, jak už se u ohně očekává, se podávaly grilované párky, pivo, limonáda, někdo si dal i kávu.

Troufám si říct, že se odpolední čas všem líbil a společně jsme si jej užili. Sál byl zaplněn do posledního místečka.

Poděkování patří všem zaměstnancům, kteří se do této akce jakkoliv zapojili (od údržby, přes kuchyň, po vedoucí, či pečovatelky a hlavně ergotýmu), protože každý jste článkem, který potřebujeme, abychom zajistili spokojené úsměvy klientů.

My dnes máme velký den,

čarodějnic extra sněm.

Provětráme košťata, pavouky a šváby,

to my máme rády.

Třicátého přilétáme,

málo času na to máme.

Patří nám jen jedna noc,

ale stihnem toho moc!

Za ergotým Petra Válková



Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

20





SOUTĚŽ O NEJLEPŠÍ POMAZÁNKU

Dne 21.4.2023 u nás v Domově Sluníčko proběhla soutěž o nejlepší pomazánku. Do prvního kola se zapojily tři týmy z úseků A2, B2 a B4.

A proč zrovna pomazánky? Protože každý z nás nějaký recept na pomazánku ať již tradiční či netradiční zná. První tým zvolil neobvyklou jarní tvarohovou pomazánku, druhý tým byl odvážný a vybral tvarůžkovou a třetí tradiční česnekovou. Při přípravách jsme se všichni dobře bavili. Úderem 11. hodiny se zjevila porota a atmosféra mírně zhoustla. Konkurence byla veliká, všichni byli zvědaví na výsledek.

Následně porota hodnotila prezentované pomazánky. Všechny tři pomazánky byly hodnocené velmi kladně, ale vítězná mohla být jen jedna. Za svou originalitu si první místo vysloužila pomazánka připravena úsekem A2, krásné druhé místo obsadilo oddělení B2 a na prvním místě od konce se umístil úsek B4.

Nakonec byli všichni odměněni jedlou medailí a diplomem. Dle zpětné vazby klientů si trůfám říct, že akce byla zdařilá.



Za ergo tým Sabina Hrabovská





DUBNOVÉ DOSTAVENÍČKO

Pravidelná úseková akce, tentokrát s názvem Dubnové dostaveníčko, proběhla v předem určených odpoledních termínech na všech úsekových jídelnách. Tentokrát jsme tato posezení osvěžili kromě obvyklé kávy také výborným perníkem, na jehož tvorbě se vždy v dopoledních hodinách podílely klientky navštěvující Ateliér dobrých nápadů.

Předmětem povídání bylo jaro a s ním spojené květiny. Klienti nejen vzpomínali, co na jaře kvete, ale také spojovali názvy květin s obrázky. Povídali jsme si i o významných dnech a svátcích, které se pojí s dubnem, nebo o akcích, jenž nás v tomto měsíci čekají. Povídání bylo pestré, veselé i zábavné. Klienti se už teď těší, co si pro ně připravíme v následujícím měsíci.

Za ergotým Petra Válková





VÝLET S KLIENTY

Dne 28. dubna jsme pro rok 2023 zahájili výlety do našeho oblíbeného a pravidelného místa, kterým jsou Sanatoria Hýlov, nacházející se ve městě Klimkovice. Tentokrát se výletu účastnili klienti úseku B2 a byli velmi potěšeni. Nejprve jsme si společně sedli k chutnému zákusku, který si každý vybral sám dle chuti, ale svou velkou roli hrál i jeho vzhled. Všechny zákusky se na nás krásně smály. K zákusku vídeňská káva. U stolu jsme si společně popovídali. Vzpomínali jsme, kdo byl někdy v lázních a ve kterých. Klientům jsme přiblížili výhody a přednosti těchto lázní. Pozorně naslouchali, ale bylo znát, že se těší na slíbenou prohlídku areálu. Prošli jsme se volně přístupnými vnitřními prostory a klientům jsme ukázali, kde se natáčel známý pořad Neváhej a toč! Počasí nám také přálo, a tak jsme poslední volné minuty do odjezdu věnovali posezení na sluníčku se zatiším zeleně. Do domova jsme se vrátili plní energie.



Za úsek B2 Petra Válková





REMINISCENČNÍ SETKÁNÍ S DOMOVEM SLUNOV RAT 18.4.2023

V rámci projektu Reminiscence 2023 s tématem „PŘÍRODA V NÁS A KOLEM NÁS“ zaměřeného na flóru, přijali naše pozvání klienti z Domova Slunovrat, který sídlí v Ostravě Přívoze. Klienti obou domovů jak Domova Sluníčko, tak Domova Slunovrat měli možnost se zúčastnit ČAJOVÉHO DÝCHÁNKU s připraveným dopoledním programem. Zaměřen byl na různé druhy čajů a jejich využití v praxi.

Program byl nejprve zahájen povídáním o samotné historii bylinek, čajů a vůní. Poté následovala diskuse o jednotlivých bylinkách, využití v běžném životě, taktéž o druzích čajů.

Klienti se například dozvěděli, že prvním parfémem byla obdařena princezna Sissi a hlavní ingrediencí byly plátky růží.

Po celou dobu byl společenský sál provoněn nejrůznějšími bylinkami, sypanými čaji, vonnými oleji. Klienti měli taktéž možnost si k jednotlivým čajům přivonět a hádat konkrétní název. Závěr programu patřil bylinkovému kvízu, který se všem velmi líbil.

Byl to moc příjemně strávený čas, oba Domovy se vzájemně poznaly a navázaly spolupráci v rámci dalších setkávání v Reminiscenci.

Za ergotým Martina a Silva





SOUTĚŽ O NEJLEPŠÍ JARNÍ POMAZÁNKU

Dne 3.5.2023 se v našem Sluníčku opět konala soutěž o nejlepší jarní pomazánku. Tentokrát mezi sebou soutěžily týmy úseků A1, B1 a B3.

Boj to byl zarputilý, všechny týmy pod vedením pracovníků ergotýmu se snažily, co jim síly stačily. Příprava byla pečlivá, všechny klientky si daly záležet a do práce vložily velké úsilí. Hlavním cílem totiž bylo uspokojit chuťové pohárky soutěžní porotě ve složení p. Mgr. Dvořáková, p. Bc. Štefková a p. Oudová.

Soutěžily tyto pomazánky: česneková, vajíčková s polníčkem a tzv. falešná treska. Ta byla mírnou záhadou, ale nakonec naší milé porotě chutnala nejvíce a získala tak pro tým B3 první místo. Jako druhý se umístil úsek B1 a třetí místo obsadil úsek A1.

Musím skromně říci, že radost byla veliká, stejně tak, jako atmosféra, kdy jsme se všichni společně nasmáli.

Všechny týmy dostaly diplomy a medaili ve formě sladkosti a s hrdostí si je daly na krk. Vítězství tak bylo sladké.

Akci jsme společně zhodnotily jako vydařenou, a proto věřím nejen já, že nebyla poslední.

Za ergotým Martina Černá





DNY DOBROVOLNICTVÍ

Ve dnech 26.-29. dubna 2023 probíhaly v našem kraji Dny dobrovolnictví a jelikož i my spolupracujeme s Adrou, rozhodli jsme se jako organizace do těchto dnů také zapojit. Ale jak? Čím přilákat nové potencionální dobrovolníky?

Na 27. dubna jsme připravili zajímavý dopolední i odpolední program. Dopoledne nás navštívily děti 1. třídy ze ZŠ Krestova v doprovodu své tř. učitelky i asistentky. Pěkným vystoupením – zpěv, tanečky jejich program začal, poté děti předaly klientům nádherné andílky, vyrobené ve škole a nakonec společně s našimi klienty vytvářely přáníčka ke dni matek. Setkání bylo moc pěkné a dojemné a loučení smutné.

Odpolední čas se nesl v duchu hudby a tance. Tanečky na židličkách, vlnění se do rytmu, zpěv, hra na perkusní nástroje, nebo také zajímavý kvíz, či poslech hudby = veselí a dobrá nálada. Ve dveřích do sálu, které jsme pro tentokrát nechali otevřené, se střídaly tváře kolemjdoucích až do úplného konce aktivity.

Program pro tento den zajímavý byl, ale nejednalo se o nic neobvyklého. Mezigenerační setkání klientů a dětí z MŠ či ZŠ v našem domově pořádáme často, děti i klienti se na sebe vždy těší, setkání se nesou v příjemné souhře a pohled na usměvavé tváře všech zúčastněných mluví za vše. A odpoledne? Jedná se také o pravidelnou aktivitu, ale běžně za zavřenými dveřmi.

Kontaktní osoba dobrovolníků v Domově Sluníčko, Petra Válková





VYSTOUPENÍ DĚTÍ ZE ZŠ U HALDY

10. května 2023 do našeho domova přijely děti z druhé a třetí třídy ZŠ U Haldy v doprovodu svých učitelek a asistentek, aby přinesly radost našim klientům. Ano, přesně tak to děti definovaly.

Vystoupení dětí z této školy v našem domově díky p. Demelové, která u nás poskytuje dobrovolnickou činnost a vede jógu, probíhají již několik let.

Děti měly i letos pečlivě připravené pásmo písniček, básniček a říkanek. Při zpěvu je doprovázela p. učitelka na klavír, u některých písní děti hrály na perkusní nástroje a jinými písněmi doslova oslovily klienty, kteří se velmi ochotně zapojili také, a to zpěvem nebo i vytleskáváním. Každá jednotlivá píseň, či básnička dětí byla klienty náležitě odměněna potleskem. Na závěr vystoupení přišla také pohádka O červené Karkulce. Po celém vystoupení si každé z dětí vyhlédlo „babičku“ či „dědečka“, kterému předalo ručně vyrobené přáníčko, což u mnohých i slzičku vyvolalo. A jelikož nám dnes i počasí přálo, zanechaly nám děti křídami malovaný vzkaz na chodníku před recepcí.

Petra Válková





SETKÁNÍ S RODINAMI, OSOBAMI BLÍZKÝMI NAŠICH KLIENTŮ

V měsíci květnu proběhly dvě setkání s rodinami, osobami blízkými našich klientů obou sociálních služeb domova pro seniory a domova se zvláštním režimem. Účastníci byli seznámeni s hospodařením organizace, jednotlivými cíli pro rok 2023 v rámci rozvoje Domova Sluníčko a strategií organizace. V rámci prezentace vystoupil ředitel, vedoucí útvaru sociálního a přímé péče, vedoucí zdravotního úseku a vedoucí stravovacího úseku, která informovala o plánované rekonstrukci stravovacího provozu. Všem rodinám, osobám blízkým našich klientů, kteří se akce účastnili, moc děkujeme a jsme rádi za Vaši přízeň a poděkování. Další setkání bude opět na konci letošního roku.

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





VZDĚLÁVÁNÍ SOCIÁLNÍCH PRACOVNÍKŮ

Domov Sluníčko je v letošním roce zapojen do projektu Abakus k paliativní péči. Ve dnech 9.-10.5.2023 se konalo ve výukových prostorách Cesty domů, Praha–Michle, setkání sociálních pracovníků.

Dvoudenní kurz byl určen sociálním pracovníkům, obsahoval jak teoretické vědomosti, tak i praktické dovednosti. Účastníkům byl nabídnut ucelený pohled na kompetence sociálních pracovníků v paliativní péči dle Evropské asociace paliativní péče (EAPC). Kompetence sociálního pracovníka v paliativní péči byly představeny v rovinách hodnot, dovedností a schopností. Kurz byl zaměřen na dovednosti, komunikační schopnosti, vnímání protichůdných zájmů, sestavení reálného plánu péče a kritické hodnocení výsledků výzkumu. Získané teoretické znalosti si přeneseme do praktické roviny.

Zvolené místo, které bylo určené ke vzdělávací aktivitě nás velmi potěšilo. Dostala se nám možnost i krátce si projít Karlův most, Staroměstské a Václavské náměstí. Některým se dostalo štěstí zas po dlouhé době navštívit hlavní město Prahu.

Děkujeme organizaci, že jsme se mohly zúčastnit a budeme se těšit na další vzdělávání v této nelehké a zároveň důležité oblasti.

Za všechny zúčastněné, Mgr. D. Šamajová





PODĚKOVÁNÍ

V červnu to budou tři roky, co jsem tady „doma“. Jsem velmi spokojená. Mám svůj pokoj a tak si mohu sama plánovat program. Máme tady různé aktivity, kterých se můžeme účastnit podle toho, jak se cítíme.

Včera jsme byli v Marlece na exkurzi. Vedoucí nám povídal, jak se všechno vyrábí a jak vlastně všechno začalo. Hodně jsme se dověděli. Dověděli jsme se, jak se tato dobrota vyrábí. Dostali jsme pár kousků na ochutnání a k nim taky kávu. Podívali jsme se taky do výrobní haly, kde se všechno vyrábí. Ve firemní prodejně jsme si mohli koupit výrobky.

No a jak to tady jde dále?

Ráda bych poděkovala paní Monice, vedoucí oddělení, za její lásku k nám. Chodím do dílny „Sluníčková klubovna“, kterou vede paní Sylva a ta má mnohé nápady a bujnou fantazii. Je moc příjemná a má nás taky moc ráda. V dílně, která je v suterénu, s námi pracuje paní Petra, která má navíc na starost ještě knihovnu. Paní Iva a paní Lenka se věnují rehabilitaci a nemají žádnou konkurenci. Jsou prostě nenahraditelné. Nedávno se měnili pracovníci na úseku. Někteří odcházeli na jiné oddělení a k nám přišli noví. Zatím je moc neznám a je mi smutno po těch, kteří odešli. Paní Martina přešla na funkci koordinátorky a všechno zvládá na výbornou. Za všechny pracovníky, kteří o nás pečují, moc děkuji. I za jediného „bratra“ Peťu. Má veselou povahu a je jako „Sluníčko“.



Dáša Vařeková



ÚSEKOVÉ AKCE V KVĚTNU

Během měsíce května jsme měli pro naše klienty připravené úsekové posezení s dobrou kávou a sladkou tečkou. Tentokrát jsme jako téma vybrali svátky a také významné dny, které se pojí s měsícem květen. Klienti vzpomínali na první máj – lásky čas, ale také na Den matek a podobně. Jako vždy jsme se vzájemně obohatili o vzpomínky a zážitky. Čas rychle plynul, káva se dopíjela, nastal čas se s klienty rozloučit a těšit se na další setkání.

Za ergotým Sabina Hrabovská





VÝLET S EXKURZÍ DO MARLENKY

Domov Sluníčko je nejen domovem pro seniory, který svým klientům zajišťuje základní péči, ale také se stará o to, aby klientům zpříjemnil volný čas. Z tohoto důvodu byla, mimo jiných volnočasových aktivit a výletů, 9. května 2023 zorganizována exkurze do cukrářské výroby MARLENKA v Lískovci u Frýdku-Místku. Klientům byla zajištěna doprava domovským vozidlem „MAXÍK“, tudíž mohli přímo před recepcí pohodlně do auta nastoupit a před budovou Marlenky zase vystoupit.

Během exkurze se klienti dozvěděli vše o historii vzniku cukrářského závodu, o životě jejího zakladatele, ale také měli možnost vidět provoz pásové výroby různých sladkých pochutin. Výhodou této exkurze byl bezbariérový přístup, nádherný výklad z historie doprovázený promítaným filmem a samozřejmě možnost ochutnávky cukrářských výrobků. Ty byly podávány s kávou během promítání filmu a části odborného komentáře.

Klienti se vrátili z výletu maximálně spokojení a obohaceni o znalosti ze zákoutí cukrářské výroby. Po exkurzi si mohli zakoupit v podnikové prodejně výrobky se slevou pro návštěvníky podniku a ještě pár dnů si připomínat báječnou chuť Marlenky.

Za ergotým Hana Dudová, DiS





VYSTOUPENÍ DĚTÍ ZE ZŠ FRANTIŠKA FORMANA KE DNI MATEK

Dne 19.5.2023 proběhlo ve Sluníčku vystoupení žáků ze Základní školy Františka Formana z Ostravy-Dubiny. Jelikož se každoročně druhou květnovou neděli slaví Den matek, děti si připravily program k tomuto svátku.

Tentokrát dorazily dvě třídy v doprovodu svých třídních učitelek a také dva hoši, kteří měli připravenou hru na kytaru. Vystupující žáci byli rozděleni, přičemž dvě skupinky měly program na úsecích B2 a B3 a kytaristé zůstali v sále domova. Děti na úsecích měly připravené básně, písně i krátké taneční vystoupení. Poté si klienti s dětmi moc hezky povídali a vedla se diskuze v příjemné atmosféře. V sále mezitím probíhal doslova koncert dvou mladých, talentovaných kytaristů. Na závěr se k nám připojily obě třídy, které předvedly svůj um i ostatním klientům v sále. Žáci klientům dokázali, jak všestranně nadaní jsou a všem rozdali vlastnoručně vyrobená práníčka. Dopolední akce se moc vydařila, všichni se dobře bavili a my se už teď těšíme na další společné shledání.

Za ergotým Sabina Hrabovská





ZÍSKÁNÍ A OBHAJOBA CERTIFIKÁTU BAZÁLNÍ STIMULACE

V letech 2019 a 2020 probíhal v rámci projektu ESF v Domově Sluníčko kurz konceptu Bazální stimulace. Vizí vzdělávací aktivity bylo další prohloubení péče o klienty ve smyslu udržení kvality života, podpory samostatnosti, komunikačních dovedností a orientace

v čase, prostoru a uvědomění si vlastního já.

Domov Sluníčko obdržel ve dnech 8.9. 2020 s následně certifikát jako Pracoviště využívající koncept bazální stimulace v praxi s platností do 30.10.2023.

V současné době Domov Sluníčko o prodloužení platnosti certifikátu, které proběhlo v rámci supervize ve dnech 25.-26.5. 2023. Zařízení obhájilo platnost tohoto certifikátu do roku 30.4.2026. V rámci supervize pracovníci ukázali, že koncept bazální stimulaci se stal nedílnou součástí jejich každodenní práce.

Děkuji všem svým kolegům za jejich energii, úsilí a hlavně srdce, které vkládají do své práce.



Golová Lenka, DiS.



KÁCENÍ MÁJKY

V pondělí 29.5.2023 jsme nejen pro klienty našeho domova v odpoledních hodinách připravili slavnost „Kácení máje“. Nazdobená májka stála v zahradě v blízkosti recepce již od začátku května, jak praví tradice a naši recepční ji bedlivě hlídali proti nenechavcům.

Akci ve 14,30 úvodním slovem zahájil p. ředitel, Mgr. Tejzr, který všechny přítomné přivítal, seznámil s programem i celkovým harmonogramem a popřál pěknou zábavu. Program byl pestrý a po celé odpoledne jej provázela Hudecká kapela Lagan, která u nás nebyla poprvé a věříme, že ani naposledy. Hráli k poslechu i tanci a hráli opravdu velmi pěkně.

Jako milé překvapení mohli všichni zúčastnění zhlédnout vystoupení čtyř interpretů ze Souboru lidových písní a tanců Hlubina. Toho souboru, který vznikl již r. 1947 a své úspěchy slaví v mnoha zemích. V našem domově jej letos uvidíme ještě jednou, a to na Mezinárodním folklórním festivalu Folklor bez hranic Ostrava. O občerstvení se postarala kuchyně Domova Sluníčko – podávaly se bramboráky. Pánové z údržby zajistili chlazený zlatavý mok a kávu za zvýhodněnou cenu nabízelo Mental Café.



Radost si mohli přítomní udělat zakoupením ručně šitých výrobků, na jejichž výrobě se podíleli klienti navštěvující Sluníčkovou klubovnu. K samotnému kácení májky přišlo po odpočítávání v 16. hod a padla za bouřlivého potlesku všech přítomných. Počasí bylo krásné, slunečné a klienti i jejich příbuzní se tak pěkně bavili až do samotného závěru, který přišel se 17. hodinou.

Za ergotým Petra Válková



TECHNICKÝ DEN V DOMOVĚ SLUNÍČKO

Technický den – jedná se o úklid naší krásné, rozlehlé zahrady, který se koná každoročně vždy na jaře a na podzim již od roku 2014. K jarnímu úklidu jsme se sešli 26. května 2023 a od 14. hodin jsme zapojili nejen své paže, ale také lopaty, škrabadla a smetáky. Počasí nám přálo, práce šla hezky od ruky a brzy byly vidět výsledky. Mohli jsme si odškrtnout jeden bod v plnění plánu činnosti.

Velmi všem děkujeme za pomoc.

Z našich řad se letos zapojilo asi 30 zaměstnanců, 3 dobrovolné pracovnice ze Siemensu a 1 dítě – mladá slečna. Každý ze zúčastněných získal slosovateľnou vstupenku a když jsme měli hotovo, sešli jsme se všichni k vyhodnocení akce. Pro všechny bylo připraveno občerstvení – nealko, pivo, víno, pochutiny, ale také něco pořádného do žaludku. Děkujeme kuchyni za přípravu gulášové polévky a grilovaných klobás.

Od posledního podzimního technického dne se mezi pracanty losují ceny. Tentokrát nebyly tři, ale čtyři. O tu poslední – chutnou domácí bábovku se postaral ergotým. Bábovky se ujala pracovnice úseku A1 – p. Vlasta Volná, krásný hodnotný balíček, jež byl na třetím místě si odnesla domů pracovnice ergotýmu p. Šárka Tylková, druhé místo letělo k dobrovolnici Siemensu, p. Böhmové – opět se jednalo o krásný hodnotný balíček dobrot. No a hlavní cena? Ta velikostně sice nejmenší, avšak nejhodnotnější, rovných 2000 Kč, putovala opět do ergotýmu, a to k p. Petře Válkové. Věřte, losování proběhlo téměř před odborným notářským dohledem 😊 Všem výhercům gratulujeme a ještě jednou děkujeme, že jim záleží na tom, jak to tady vypadá.



Za ergotým Petra Válková



Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice





ČESKÝ BĚH ŽEN

V sobotu 3. června 2023 se v centru Ostravy konal městský silniční závod v běhu pro ženy a dívky všech věkových kategorií. Běželo se na tratích o délce 2,5 km, 5 km a také 10 km. Pro radost se za Domov Sluníčko zúčastnil tým 4 zdatných žen, které se sice běhu pravidelně nevěnují, ale pohyb jim není cizí.

V průběhu celého dne, kdy probíhaly jednotlivé závody, byl také připraven doprovodný program pro všechny přítomné. Hrály zde hudební základní umělecké školy, proběhla přehlídka dechových orchestrů, pro děti byla připravena skákadla, trampolíny a sportovní soutěže. Nechybělo ani lahodné občerstvení a pro rodiče hlídání dětí. Program a také celý závod moderovaly známé osobnosti Jakub Kohák, sportovní komentátor Michal Dusík a Simona Salátová.

Tým ve složení Petra Vránová, Monika Poláchová, Monika Neuwirthová a Lenka Gelová tak odstartoval krátce po poledni ke svému cíli. Díky vytrvalosti, odhodlání a vzájemné podpoře tým společně překročil cílovou čáru za výrazné podpory diváků. Závěr byl velkolepý a všichni jsme rádi, že se nám podařilo závod dokončit bez zranění a ve zdraví.-)

Děkujeme vedení organizace za důvěru nám vloženou

Monika N., Petra V., Monika P. a Lenka G.





HUSY

Moc děkujeme, že jsme se mohli zúčastnit projektu nazvaném - JAK TO BYLO KDYSI ZA NAŠEHO MLÁDÍ.

Do společného projektu jsme si přizvali ZŠ Via Montessori z Hlučína, kteří rádi naše pozvání přijali a do společného projektu se zapojili.

Téma vzniklo po rozhovoru s klientkami, které během rozhovoru rozšířily debatu „jak se kdysi dralo peří,,.

Téma nás tak zaujalo, že byl vytvořen celý projekt.

Rádi bychom Vám představili vytvořenou prezentaci a do jakých částí jsme to zvolili. Celou prezentaci jsme dali do tří bloků.

První blok - ženy sedí na lavičce u ohně a dívají se na děti, které ve skupinkách pasou husy a opékají jablka. Při své činnosti přednášeli lidové pořekadlo / pořekadlo se děti naučily po předešlém natočení zvukové nahrávky, kterou předříkala jedna z klientek.

Druhý blok - ženy jsou společně s dětmi usazeny do pergoly, kde mají za úkol „DRÁT PEŘÍ,,. V rámci společné debaty si dávali různé otázky, které je napadly jak ze strany dětí, tak seniorek.

Třetí blok - děti v posledním bloku přednášely svou prezentaci a jak pracují s dnešními pomůckami.

Celý projekt měl za úkol propojit životní styl a dobu klientek a dětí s porovnáním dané generace a jejich rozlišení s vývojem společnosti.

V rámci projektu bylo použito oblečení, které si děti samy přinesly s cílem zaměřením se na danou životní etapu.

Celý projekt byl natočen do krátkého videa a pořízeny fotografie k danému bloku.

Moc děkujeme, že jsme mohli vytvořit a prezentovat náš Domov Sluníčko v rámci projektu – JAK TO BYLO KDYSI ZA NAŠEHO MLÁDÍ. Byl to krásný a nezapomenutelný zážitek jak ze stran dětí, tak našich seniorek, protože bylo vidět, jak si to všechny generace užívají a každé reminiscenční setkání má svůj smysl.



Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

40

Za Domov Sluníčko – vypracovala Golová Lenka a její tým.





SPORTOVNÍ DOPOLEDNE V DOMOVĚ SLUNÍČKO

Na závěr pracovního týdne, v pátek 9.6.2023 se uskutečnil již 23. ročník sportovních her v Domově Sluníčko. O počasí jsme se obávali prakticky do poslední chvíle, ale riskli jsme aktivitu venku a udělali dobře. Příjemné počasí, kdy sluníčko nepražilo, přálo právě tomuto zápolení.

Čtyři sportovní stanoviště z pěti - lovení rybiček, shazování plechovek, nahazování kroužků a vhadzování míčků vyžadovalo jistou soustředěnost a šťastnou ruku, zato pátá disciplína - skládání puzzlí byla výzva pro mozkové závity. Celé klání se odehrávalo v naší krásné zahradě a vůbec poprvé jsme využili i novou zpevněnou plochu jak je hrám, tak k posezení.

Všechny poctivě získané body se klientům zapisovaly do soutěžních kartiček, které každý sportovec získal při pomyslné registraci a na základě výsledků a případných rozstřelů na shazování plechovek byli vyhlášeni vítězi. Tři za službu DZR a rovněž tři vítězi za službu DS. Každý z vítězů byl obdarován krásným hodnotným balíčkem kosmetiky, diplomem a medailí.

Děkujeme p. Mgr. Dvořákové za zahájení akce, za povzbudivá slova, i za vyhlášení vítězů. Poděkování patří i fyzioterapeutce Ivě, za zajištění odměn, děvčatům ergotýmu za jejich zabalení. Buchta, kterou na posílení pekla Hanka s Ivou potěšila snad úplně všechny, byla moc dobrá. A poslední poděkování patří úplně všem, kdo se jakkoliv do této akce zapojil. A že nás bylo! Kdo to však dokáže ocenit nejvíc? Samozřejmě naši klienti, pro které to děláme a kteří byli opravdu spokojeni.



Za ergotým Petra Válková



SBÍRKA NA PÍŠŤALOVÉ VARHANY

Společná návštěva sociálních pracovníků DS Sluníčko v čele s vedením, ředitelem Mgr. Tejzrem a Mgr. Dvořákovou v nedalekém moderním kostele Svatý Duch proběhla 20. dubna v doprovodu naší milé řádové sestry Františky. Slovem nás provázel farář Vít'a Řehulka. Duchovní otec nám poutavě přiblížil nelehkou historii a výstavbu tohoto nevšedního a moderního kostela, který se nachází nedaleko zastávky MHD kino Luna. Provedl nás prostory kostela Svatý Duch, sám uvařil výbornou kávu, pohostil a povyprávěl mnoho zajímavostí o tomto zajímavém kostele ve tvaru tubusu.

Po tomto setkání jsme se rozhodli vyhlásit v DS Sluníčko finanční sbírku určenou na píšťalové varhany. Sběrka probíhala do konce měsíce května, kdy se mohli zapojit nejen pracovníci, klienti ale také rodiny klientů či návštěvy a vhodit libovolnou finanční částku do pokladničky umístěné v prostoru okénka recepce. Následně byla celá finanční částka pod dohledem Mgr. Dvořákové řádně sečtena a po telefonické domluvě předaná osobně 12. 6. 2023.

Celkem se vybrala finanční částka 8.300,- Kč, která byla předána osobně k rukám faráře, duchovního otce pana Řehulky.

Věříme, že i malá částka s dobrým záměrem přispěje k zakoupení píšťalových varhan, které se brzo jistě rozezní v prostoru tohoto jedinečného kostela. Píšťalové varhany budou dělat jistě radost všem, a to nejenom věřícím, duchovně založeným lidem.

S úctou, Petra Vránová, vedoucí úseku B1 – DZR





NÁVŠTĚVA SLUNOVRATU 7.6.2023

Po velmi úspěšné akci v našem domově, kdy jsme na projekt „Čajový dýchánek“ přizvali klienty domova Slunovrat, se nám také dostalo pozvání z jejich strany.

Přivítání po našem příjezdu bylo milé a přívětivé. Již při vstupu do sálu se nám sbíhaly sliny pohledem na jahodové hody na stolech. A to jsme ještě nevěděli, co všechno nás čeká! Krásně připravená prezentace plná zajímavostí a připravený kvíz doplněn živými rostlinkami nás provázely po celý dopolední čas, který jsme s klientkami v domově strávily. Již v úvodu všem byla nabídnuta káva a piškotový moučník s jahodami a později také každý účastník dostal pudink, který si dle své chuti a fantazie dozdobil čerstvými či kompotovanými jahodami, šťávou z jahod, či šlehačkou.

Po naplnění času, kdy se nám ani nechtělo odcházet, jsme také navštívili kapli, kde jedna z klientek tamějšího domova trénovala hrou na klavír písni na mši. Ke klavíru přisedla i naše klientka, půjčila si noty a zpívala hranou píseň. V danou chvíli jsme se cítili jako při mši svaté.

Celý dopolední čas byl pro nás všechny příjemně strávený a inspirativní. Již nyní se těšíme na další setkávání.

Za ergotým Petra Válková





MÁJOVÁ POBOŽNOST

Ve středu 10. května 2023 se v Domově Sluníčko konala Májová pobožnost za přítomnosti řeholní sestry Františky, která společně s pracovníky z ergotýmu vyzdobila kapli sv. Ludmily. Klienti Domova Sluníčko byli šťastni, že můžou být přítomni při Májové pobožnosti a zakusit Boží lásku.

Ve většině kostelů a kaplí se konají tradiční májové pobožnosti. Tato forma mariánské úcty začala v Itálii.

V májových pobožnostech hrály podstatnou roli právě slavnostní prvky. Kromě speciálně vyzdobeného májového oltáře se kladl velký důraz na další „vrcholy“ pobožnosti. Hlavní z nich představoval výstav Nejsvětější Svátosti – velmi často ve smyslu stále typicky barokní piety.

Modlitba k Panně Marii:

Zdráva, Maria, milosti plná,

Pán s tebou,

požehnaná ty mezi ženami

a požehnaný plod života tvého, Ježíš.

Svatá Maria, Matko Boží,

pros za nás hříšné

nyní i v hodinu smrti naší.

Amen.





PODĚKOVÁNÍ

Jako tým bychom rádi touto cestou poděkovali za skvělé vedení, podporu, velkou dávku empatie, vždy vstřícný přístup, trpělivost a učení novým věcem naší p. vedoucí, Lence Golové.

Zároveň bychom Ti Leni chtěly popřát mnoho úspěchů na nové profesní dráze a ať jsi tam stejně oblíbená, jako jsi oblíbená v Domově Sluníčko.

Tvůj tým – Ivka, Milen, Hanka, Silva, Petra, Šárka, Marťa, Sabi





MOJE HOLKY Z ERGOTÝMU

Ráda bych Vám všem v týmu vyjádřila své hluboké a upřímné poděkování za Vaši práci a lidskost, kterou každá z Vás přináší do našeho kolektivu. Bylo pro mě velkou ctí a radostí pracovat s tak úžasnými lidmi, jako jste Vy.

Vaše oddanost, profesionalita a empatie byly pro mě vždy nepostradatelné v rámci každodenního fungování v naší společné pracovní cestě. Váš přístup ke mně, kolegům i ke klientům je příkladem toho, jak pracovat s respektem, laskavostí a porozuměním.

Díky Vašemu nasazení jsme spolu vybudovali tým, který dosahuje výsledky a přináší podporu našim klientům. Vaše schopnost týmové spolupráce, otevřenost a ochota pomáhat jsou nepostradatelné pro Vaši úspěšnou práci a pomoc druhým.

Vážím si každé z Vás v kolektivu a všech podnětů, které přinášíte do našeho společného týmu. Vaše nápady se neustále rozvíjejí a zlepšují a tím ukazujete, jak jste potřebné a ve své práci kvalitní.

Děkuji Ivi, Hani, Šári, Mart'o, Silvi, Sabi, Mili a Petři za Vaši věrnost a trpělivost, kterou jste mi vždy dávaly. Velmi si Vás Vážím pro Vaši podporu a solidaritu, ale především pro přátelství, které bylo pro mě nepostradatelné a děkuji Vám z celého srdce za ně.

Přeji si, aby Vaše spolupráce i nadále kvetla a abyste společně dosahovali ještě větších úspěchů a přínosů pro Vaši společnou praxi.

Vaše práce má skutečný význam a já jsem hrdá, že jsem byla součástí tohoto skvělého týmu.

Děkuji holky moje za všechno, co děláte a co jsme společně vytvořily. Vaše práce a lidskost jsou nepostradatelné pro Vaše společné úsilí. Prosím pokračujte v tom, co jsme spolu vybudovaly a v čem jsme byly dobré.

S úctou a vděčností

Vaše Lenka



ČAJOVÝ DÝCHÁNEK S DOMOVEM MAGNÓLIE 8.6.2023

V rámci projektu Reminiscence 2023 s tématem „PŘÍRODA V NÁS A KOLEM NÁS“ zaměřený na flóru, naše pozvání tentokrát přijali klienti z Domova Magnólie sídlící v Ostravě-Vítkovicích. I tentokrát byla pro ně připravena zajímavá prezentace s názvem „ČAJOVÝ DÝCHÁNEK“ zaměřený především na flóru, bylinky, čaje a nejrůznější aromatické vůně. Klienti obou domovů tak zažili zajímavý dopolední program s ochutnávkou čajů a bábovek.

Program byl nejprve zahájen povídáním o samotné historii bylinek, čajů a vůní. Poté následovala diskuse o jednotlivých bylinkách, využití v běžném životě, taktéž o druzích čajů.

Klienti se například dozvěděli, že prvním parfémem byla obdařena princezna Sissi a hlavní ingrediencí byly plátky růží.

Po celou dobu byl společenský sál provoněn nejrůznějšími bylinkami, sypanými čaji, vonnými oleji. Klienti měli taktéž možnost si k jednotlivým čajům přivonět a hádat konkrétní název. Závěr programu patřil bylinkovému kvízu, který se všem velmi líbil.

Byl to moc příjemně strávený čas, při kterém se klienti seznámili a vzájemně si předávali zkušenosti.





VYSTOUPENÍ POP ACADEMY

Jsme rádi, že jsme 6. června 2023 v sále domova Sluníčko mohli opět přivítat nadějně pěvce s jejich téměř hodinovým vystoupením. Vyslechli jsme si písně, jak sami říkají od Vlacha až po Bacha a velmi se nám líbily. Klienti se vlnili do rytmu, některé písně doprovázeli slovy, či potleskem. Některé písně i přesto, že nám byly známe jsme doprovázet nemohli, protože byly velmi náročné. Ne však pro pěvce, kteří předvedli bravurní vystoupení.

Bouřlivého potlesku se účinkující dočkali i v samotném závěru. A jelikož se tato vystoupení již stala tradicí, těšíme se, s jakými skladbami nás navštíví opět v následujícím roce.

Za ergotým Petra Válková





ÚSEKOVÉ AKCE – ČERVNOVÉ POSEZENÍ SE ZMRZLINOVÝMI POHÁRY

V měsíci červnu se úsekové akce nesly v duchu začínajícího léta. I přesto, že počasí zatím moc nepřálo posezení venku pod pergolou, akce se vždy vydařily i ve vnitřních prostorech domova.

Klienti se sešli vždy dobře naladěni a posezení bylo na všech úsecích moc fajn. Klienti si pochutnali na zmrzlinových pohárech s ovocem a šlehačkou. Ti, kteří měli chuť, si dali i kávu. Povídaní bylo na každém úseku na jiné téma a bylo v režii pracovnice ergotýmu, která úsekovou akci vedla. Klienti byli spokojeni a už nyní se těší na další úsekové akce, které si pro ně opět připravíme.

Za ergotým Šárka Tylková





Domov pro seniory

Úsek A1

Teambuilding 31.5. - 1.6.2023

Rok se s rokem sešel, sluneční paprsky prokukují přes okna.

Nás, pracovníky úseku A1 pod vedením paní Mgr. Šamajové Dagmar čeká společně strávený čas. V den příjezdu se začínáme postupně scházet v komplexu a někteří z nás cítíme, že tohle je to správné místo, kde načerpáme tolik potřebnou energii a také nové znalosti v oboru Paliativní péče, která byla v podání paní Mgr. Terezy Dvořákové, DiS. velice přínosná.

V odpoledních hodinách nás do uvolněné atmosféry přijel pozdravit pan ředitel Mgr. Marek Tejzr, kterému ještě jednou děkujeme za zprostředkování.

Dobrá nálada panovala až do druhého dne, společná hra nás sblížila i s kolegyněmi z ergoterapeutického úseku a úseku B3. Vzpomněly jsme si na kolegyně, které se k nám nemohly připojit a zavzpomínaly na ty, které s námi pracovaly.

Věříme, že se ve zdraví a pohodě sejdem zase za rok. Děkujeme za příležitost.



Tým A1



Blahopřání k narozeninám

19.5.2023 oslavila naše klientka z úseku A1 p. Marie Šumšalová své krásné životní jubileum, 80 let. Klientce přišli popřát ředitel Mgr. Tejzr, Mgr. Dvořáková DiS. vedoucí útvaru sociální a přímé péče společně s vedoucí úseku Mgr. Šamajovou, vedoucí zdravotnického úseku Bc. Kotisová, rodina byla zastoupena dcerami. Oslavenci byla předána kytice a přáníčko, všichni zazpívali. Bylo vidět, že klientka je z gratulace dojata.

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

Klientka poté všechny obdařila hojným pohoštěním, za což děkujeme.





Domov pro seniory

Úsek A2

Transformace služby na úseku A2

Také ve druhém čtvrtletí letošního roku pokračujeme při transformaci na úseku A2. Postupně k nám přicházejí noví klienti, kteří využívají službu domova pro seniory a další klienti se stěhují na úseky domova se zvláštním režimem. Zahájení služby u nových klientů je spojeno s obdobím adaptace, v průběhu které se snažíme novým klientům poskytnout maximální podporu tak, aby si dokázali zvyknout na změny ve svém životě.

V uplynulých měsících jsme však opět bojovali s dlouhodobými výpadky personálu z důvodu pracovních neschopností, někteří pracovníci z úseku odešli a nastoupili k nám čtyři nové kolegyně, které se postupně seznamují s kolegy na úseku a také klienty. Věříme, že budou i nadále členy týmu na úseku A2.

Monika Neuwirthová

Narozeniny na našem úseku A2

Když se řekne, že má někdo narozeniny, většině z nás se vybaví oslava, rodina a dárky. Klienti, kteří jsou u nás v našem Domově Sluníčko slaví své narozeniny u nás a mnohdy jsou to velmi významná životní jubilea. Našim ošetřovatelkám to ráno na předávce sdělíme a pak se celým dnem nesou slova blahopřání. Je vždy hezké, když i na jídelnách si přejí a mnohdy si pak dodatečně i koupí nějaké malé dárečky v kantýně nebo dílničkách.

Nedávno mě velmi dojalo, když jsem přišla na pokoj a klientka mi s lehounce plačtivým hlasem řekla „Martinko podívejte se co jsem dostala „, a ukázala na nádhernou kytici. Zeptala jsem se a od koho a ona mi sdělila, že od své spolubydlící. Obě jsem je objala a řekla, že to je krásné. Vzpomínali jsme na začátky, které v soužití nebyly nijak růžové, ale krůček po krůčku si na sebe zvykaly a dnes jsou kamarádky, které si vzájemně pomáhají a mají se rády.

U ležících klientů je to tak, že na narozeniny chodí za nimi pan ředitel Marek Tejzr s paní Terezkou Dvořákovou, s naší vedoucí Monikou Neuwirthovou a



úsekovou sestřičkou Světlanou Valáškovou. Klientky se vždy usmívají, když vidí chlapa s kytkou v ruce a vždy je potěší, že za nimi přišli. Naši klienti a jejich rodiny mohou využít k menší rodinné oslavě naši úsekovou jídelnu Bon Appetit.

Těšíme se na každé další narozeniny klientů.

Martina Adamcová, koordinátorka úseku A2





Domov se zvláštním režimem

Úsek B1

Výletování s klienty B1 do Marlenky

Dne 16. května se klienti úseku B1 účastnili výletu do Marlenky, která sídlí v Lískovci u Frýdku-Místku. Po příjezdu nás přivítala delegátka, která nás uvedla do vestibulu, kde proběhlo komentované video s degustací několika výrobků a s voňavou kávou. Následně jsme se s klienty přesunuli do prvního patra, kde bylo možné sledovat přes sklo výrobu tohoto medového původně arménského produktu. Klienti sledovali plně automatizovanou linku na výrobu dortu Marlenka na levé straně a po pravé straně pak ruční výrobu kuliček a dalších produktů včetně finálního balení. Na mnohé zvědavé dotazy dokázala pohotově odpovědět naše delegátka. Po ukončení prohlídky výroby jsme dále pokračovali do přízemí, kde se nachází podniková prodejna. Lze zakoupit nejenom tradiční dorty Marlenka s různou příchutí, ale také další produkty např. kuličky, doutníky, med, ale také tradiční arménské produkty, jako je arménský koňak, nakládaná delikatesní zelenina, marmelády a jiné. Klientům se tento náš společný výlet velice líbil a je o něj veliký zájem. Děkujeme kolegyním z ergo týmu za zajištění, dopravu a vedení DS Sluníčko za možnost uskutečnit tento voňavý a ojedinělý výlet.





Životní jubileum na úseku B1

Dne 28. května 2023 oslavila své životní jubileum 90. klientka Hilda Polachová. Paní Hilda je rodačka z Ostravy, kde po ZŠ vystudovala Vyšší zdravotní školu a obor porodní asistentka a tomuto povolání se věnovala celý kariéerní život. Pracovala v nedaleké nemocnici ve Vítkovicích. Z manželství má dceru Martinu, dvě dospělá vnoučata. Paní Hilda je klientkou DS Sluníčko od roku 2015. Ke svým 90. narozeninám dostala dárek nejkrásnější, který si vroucně přála, malou pravnučku Emilii.

K blahopřání se připojil pan ředitel Mgr. Tejzr, který předal barevné gerbery a připil na zdraví společně s personálem úseku B1. Děkujeme klientce a dceři za výborné občerstvení.

Dovolte mi touto cestou ještě jednou popřát paní Hildě pevné zdravíčko, a ještě mnoho spokojených dní v Domově Sluníčko.

Bc. Petra Vránová, vedoucí úseku B1

Životní jubileum 95. narozeniny

Dne 18. dubna 2023 oslavila své životní jubileum 95. narozeniny klientka Libuše Stenzlová. Paní Libuše je rodačka z Ostravy, kde po ZŠ šla do učení na dámskou krejčovou, ale po narození dětí se už ke krejčovině nevrátila a pracovala ve Vítkovicích jako skladová mistrová. Z manželství má dvě děti, dospělé vnoučata a také pravnučata. Paní Libuše je klientkou DS Sluníčko od roku 2018.

K blahopřání se připojil pan ředitel Mgr. Tejzr, který předal květiny a připil na zdraví společně s personálem úseku B1. Děkujeme dceři a vnučce za výborné občerstvení.

Dovolte mi touto cestou ještě jednou popřát paní Libušce pevné zdravíčko a ještě mnoho spokojených dní v Domově Sluníčko.

Bc. Petra Vránová, vedoucí úseku B1



NEVŠEDNÍ NÁVŠTĚVA KOSTELA „SVATÝ DUCH“

20. dubna proběhla společná návštěva sociálních pracovníků s vedením DS Sluníčko, Mgr. Tejzrem a Mgr. Dvořákovou, DiS. v nedalekém kostele Svatý Duch, který se nachází v Ostravě-Zábřehu nedaleko kina Luna. Celou návštěvu nás poutavě a ochotně provázel farář Vítězslav Řehulka. Mimo jiného jsme se dozvěděli nejen o historii a výstavbě tohoto moderního a krásného kostela, osobně nám uvařil výbornou voňavou kávu a také pohostil v „baru u Anděla“.

Na základě této milé skutečnosti jsme se rozhodli vyhlásit v DS Sluníčko finanční sbírku na píšťalové varhany.

Věříme, že i malá částka s dobrým záměrem přispěje k zakoupení píšťalových varhan.

S úctou a přáním všeho dobrého, za DS Sluníčko, Petra Vránová





Úsek B2

NAŠE SESTRÍČKA



Ještě před začátkem jara, přesněji od 13. března tohoto roku k nám do týmu přibyla úseková zdravotní sestřička. Paní Lenka k nám přešla z budovy A. Jak sama říká, její příchod k nám na úsek byl plný obav a starostí, jak jiný režim zvládnout ke spokojenosti všech.

Všichni věříme, že si u nás již zvykla. Věřím, že náš pracovní tým přispěl k tomu, aby se u nás cítila co nejlépe a svou spokojenost pak přenášela na nás ostatní a naše klienty.

VELIKONOCE

Jarní dny na našem úseku jsme si užívali. Jarní sluníčko jsme přivítali oslavou krásného svátku Velikonoc, které jsou obdobím lidových tradic spojených s vítáním jara.





PÁLENÍ ČARODĚJNIC

Ani letos nesmělo chybět každoroční pálení čarodějnic, které jsme si náležitě užili.



VÝLET DO KLIMKOVIC

Abychom nesesděli pořád jenom doma, tak jsme se jednoho krásného dne sbalili a jeli na výlet. Ptáte se: „co jsme si sbalili?“ No přece dobrou náladu..., takže nasedat a jedeme, výborné zákusky čekají.





MÁJOVÁ VESELICE

V červnu jsme se sešli před naším domovem na další povedené akci, a to na Májové veselici, kde nechybělo kácení máje. Odpoledne jsme si parádně užili, nechyběl ani tanec, o kterém se ví, že dokáže navodit dobrou náladu, bez které se neobejdeme.



NAŠE TERASA

A aby nám bylo krásně a mohli si užívat sluníčka, popíjet kávu a přitom poslouchat nejkrásnější hudbu, a to zpěv ptáků, přípravu terasy jsme nenechali náhodě.

A co všechno je tam k vidění nejlépe dokáže popsat ta, která se o výzdobu nejvíce zasloužila, paní Šárka. Spolu s ostatními o ní pečlivě pečuje, aby nám všem tam bylo dobře a krásně se odpočívalo.

Dovoluji si předat krátké rozprávění: autorka p. Šárka Puczoková



Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

60

V loňském roce nám na ústupu B2
poslaní krásnou velkou terasu.

Pro zpeřevanění pobytu na terase,
jsme se letos rozhodli zasadit nějaké
letničky, pro květy a také bylinky.
Zasadili jsme na ústupu i rajčata
a papubky.

Terasa je prostorná a má dostatek místa
ke posezení.

Věříme, že klientům a jejich rodinám
se strávený čas na terase bude líbit.

Ľárka Pucoková





BLAHOPŘÁNÍ

Během jarních měsíců jsme také oslavovali. Nezapomněli jsme s gratulací a přáníčkem na žádného, i když zrovna neslavili „půlkulatiny“ a „kulatiny“.

Paní Vlasta oslavila krásných 85 let



Paní Lenka se těšila z kytičky ke krásným 70 rokům



Paní Bedřišce bylo letos nádherných 80 let.





Úsek B3

Jaro na úseku B3 probíhá poklidně. Díky rodině paní Sudolské máme ušité tulipány, které nám zkrášlují jídelny a jejich velikou předností je, že neuvadnou.



Klienti postupně slaví své životní jubilea. Paní Machová oslavila 98 let ve společnosti své rodiny. Rodina byla moc ráda, že zde máme možnost poskytnout jim prostory pro jejich rodinné setkání.





Domov Sluníčko

Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

63

Na oddělení k nám dochází slečna Terežka, která v rámci dohody o provedení práce pomáhá 2x týdně v kuchyňce s přípravou a servírováním jídla klientům. Oceňuji její laskavý přístup a že si našla čas věnovat se klientům na jídelně při hře vědomostní hry s tikající bombou. Klienty to moc bavilo.





Za naše oddělení se vydaly 3 klientky paní Machová, paní Klussová a paní Hanáková na soutěž tvorby pomazánek. A velmi jim děkuji za reprezentaci našeho oddělení a gratuluji k získání 1. ceny.



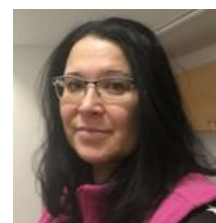
Děkuji za zástup paní Monice Polachové, která mě zastupovala v době mé nemocenské.

Vítáme také nové pracovníky v přímé péči, které přišli posílit náš tým: Renatu, Romču, Evu a Pavlu.



Děkuji všem pracovnícím, které se snaží nenechat druhé, aby je vtáhli do jejich bouří, ale přináší pokoj, úsměvy a klid.

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





Úsek B4

Dne 1.4.2023 do funkce koordinátora na úsek B4 nastoupila Zdeňka Kyšová, která je v Domově Sluníčko již osmým rokem. Bylo mě ctí s paní Zdeňkou udělat krátký rozhovor a položit jí pár otázek.

1. Můžete se profesně představit?

Pracuji jako pracovník v sociálních službách již 20 let. Mojí cílovou skupinou byli vždy senioři. Vnímala jsem, že tato práce je potřebná a že můžu pomoci lidem, kteří již nejsou schopni se o sebe postarat. Ráda pomáhám druhým.

2. Jak vnímáte stáří?

Já sama přijímám stáří jako součást života. Každý z nás pokud je zdravý si může stáří užít dle svého, jak si přeje. Ale někteří nemají to štěstí a nemoci přicházejí daleko dříve. Vím, že mnoho klientů se potýká s fyzickou a duševní nemocí. Přibývá lidí s úzkostmi, depresí, ale také Alzheimerovým onemocněním.

3. Co Vám v poslední době udělalo radost?

Že je teplo a začíná mě dovolená. A taky, že jsem zhubla. Že jsem začala konečně dělat něco pro sebe.

5. Jak trávíte svůj volný čas?

Ráda svůj volný čas trávím se svými psy, se kterými se zúčastňuji pravidelně závodů. Chodím do přírody na procházky.

Děkuji za rozhovor a přeji mnoho úspěchů jak v práci, tak v soukromém životě.



Bc. Monika Poláčková



Supervize

Dne 14.6.2023 proběhla na úseku B4 skupinová supervize. Supervize představuje důležitou oblast profesního růstu u pracovníků. Dává jim podporu a možnost řešit situace, které nejsou někdy příjemné. Vzájemná důvěra mezi supervizorem a pracovníky je velmi důležitá. Pracovníci B4 vnímají supervizi jako podporu a pomoc při řešení problémů. Základem je dojít k řešení a pomoci. Supervize je velmi důležitá jak v pomáhajících profesích tak i v medicíně, školství.





LETO VE SLUNÍČKU.

LETO MILE LETO, CO MÁŠ PRO NÁS PŘIPRAVENO
ČIM NÁS MÍMIS PŘEKVAPIT, ALE HLAVNĚ POTĚŠIT.

• CHYSTAM PRO VÁS NARŮŽ, KVĚTŮ, PLNĚ KOŠE OVOCE,
V PARKU PĚKNĚ POSEZENÍ, DPĚT ŽNOUVU PO ROCE,
VÁŠE SLUNÍČKO OZDOBÍM ZELENÍ A MUŠKATY,
KAŽDE LETO JE VÁS DOMOV NA KVĚTINY BOHATY.
KAŽDÝ KDO SEM Z VENKU PŘIJDE, RŮSTANE STÁT V OROUZELE
A VY TAKY OCEŇÍTE TOTO HEZKÉ VYDROBENÍ. •

LETO MILE LETO, CO KADYŽ PŘIJDE LETNÍ BOUŘE
A KADYŽ HORKA BUDE MOC, KDO NÁM PŘIJDE NA POMOC?

• VY SE NEBOSITE BAT, STAČÍ SE JEN PODÍVAT.
V PARKU STOJÍ LAVIČKY A KAŽDÁ KVE K POSEZENÍ,
MNOHÉ KDMÁ JSOU VE STÍNU, NABÍDNOU VÁM OSVĚŽENÍ
NEBO TAKY DOMOV VÁS NABÍDNE VÁM PŘÍSTŘEŠÍ,
VÁS POKOJ A RŮZNĚ AKCE V KLUBOVNÁCH TO VYŘEŠÍ.
V LETĚ MUSÍ SLUNCE HRÁT, TĚŠNĚ MUSÍ VĚŠEVĚNAT,
JABKA, BROSKVE, PLNĚ ŠTÁVY, AŽ JSTE K VITAMÍNŮ KRAVI,
MUSÍ DOJZAT OBILI, Z NĚHO POTOM JOABA MOUKA,
K MOUKY ČERSTVY ROHLÍČEK, KOLACE A ČHLEBÍČEK,
TAKY HADNĚ ZELENINKY, KUCHARI A KUCHARINKY,
NABÍRÍ VÁM JOAROTY, (SNAJ VÁM KÁPNOU DO NOTY), •

LETO, MILE LETO, TAK TI PĚKNĚ DĚKUJEME,
ŽE VSI PŘISLO MEJI NÁS.
PŘÍŠTÍ ROK SE SEJDEA KAS A BUJEME KVEŠAVI
CO NÁM PŘÍŠTĚ PŘIPRAVIS.

*elbimlon
v
odd. A.1.*



MILÍ ČTENÁŘI A PŘÍZNIVCI SLUNEČNÍHO PAPERU

Před krásnými letními měsíci bychom Vás chtěly s kolegyní informovat o tom, jak to vypadá na sociálním poradenství s žádostmi od ledna do června 2023. Dále došlo v červnu 2023 ke zvýšení všech druhů důchodů. Tak se na to pojďme společně podívat...

Počet žádostí nám narůstá a přijali jsme již 247 žádostí na obě služby. Za tuto dobu jsme v rámci soc. šetření s kolegyní stihly navštívit žadatele, kteří mají zájem o umístění v našem zařízení, a to: 55 žádostí na domov pro seniory, a 60 žádostí na domov se zvláštním režimem.

Do Domova pro seniory od ledna 2023 nastoupilo 14 žen a 2 muži.

Na Domov se zvláštním režimem byli přijati 2 muži a 2 ženy.

Něco málo o valorizaci/ zvýšení důchodů.

Důchody od června 2023 jsou mimořádně navýšeny, schválil to sám prezident Petr Pavel. Každý důchod bude navýšen o 400,- korun a k tomu naroste procentní výměra o 2,3% podle výše důchodu. Průměrný starobní důchodce/senior tak v červnu dostane o 750,- Kč více.

Růst bude rekordní a průměrný důchod po valorizaci překročí 20 000,- Kč.

Pokud máte více jak 85 let, dostáváte navíc dalších 1 000,- Kč měsíčně. Dále pokud jste dosáhli 100 let a více, dostáváte navíc dalších 2 000,- Kč měsíčně.

Přejeme všem klientům, pracovníkům v přímé péči, vedoucím úseků a vedení domova, krásné prosluněné letní dny.



Adéla Fůsová, DiS.,

Radka Oravová

sociální pracovnice



STRAVOVACÍ PROVOZ

A je to tady. Dlouho slibovaná rekonstrukce stravovacího provozu započala. Od 1.6.2023 se naše kuchyň stala stavbou a začal se ozývat hluk a sbíječky. Ne vše se daří tak, jak se naplánuje a tak i u nás zprvu začaly práce výjezdem hasičů. Při přípravě pitného režimu pro naše klienty a z důvodu nedostatečného odvětrávání v provizorně vybudované varně se spustil poplach. Z tohoto důvodu, jsme museli přistoupit na vaření čajů na oddělení. Hned druhý den se podařilo prokopnout vodovodní potrubí a naše kuchyň se proměnila v brouzdaliště. Ale to vše k pracím patří a tak práce pokračují dál.

Celodenní stravu dovážíme z firmy Aramark. S dovozem stravy nemáme žádné potíže, strava přijíždí včas dle časového harmonogramu. Bohužel jiné je to, co se týče jídelníčku. Jsme zvyklí na pestrý jídelníček, kde zařazujeme ovoce a zeleninu dle aktuální nabídky. Nyní však přichází pouze jablka, pomeranče a banány. Chybí nám čerstvá zelenina připravená v podobě zeleninových salátů. Jídlo není dochucené tak, jak jsme zvyklí, prostě není to NAŠE KUCHYNĚ. Čas však neúprosně letí a tak již brzy zase bude vše tak, jak jsme zvyklí. Ale ještě chvíli si musíme počkat.

Andrea Červková, vedoucí stravovacího provozu, nutriční terapeut





ŠKOLENÍ V CENTRU PALIATIVNÍ PÉČE V PRAZE

Dne 22.5.2023 se v Centru paliativní péče v Praze zúčastnily tři pracovnice našeho Domova Sluníčko – PSS Ivana Freharová a Jana Husárová a koordinátorka paliativní péče Dagmar Pejšová kurzu Plánování péče v závěru života.

Kurz se uskutečnil v prostorách společnosti Cesta domů v Praze 4 – Michli.

Byli zde přítomni zástupci i dalších zařízení sociálních služeb z celé ČR, které jsou stejně jako náš domov ve dvouletém programu Nadačního fondu Abakus.

Nejprve jsme se seznámili se všemi účastníky a podělili se s ostatními o zkušenosti s postupem zavádění paliativní péče v jednotlivých zařízeních. Zároveň jsme si řekli s čím se potýkáme a co se nám naopak již podařilo v této problematice řešit.

Toto jednodenní školení se zabývalo těmito tématy:

- Plánování péče v závěru života
- Jak pracovat s emocemi
- Průvodce budoucí péčí
- Rozhovor o cílech péče
- Vedení rodinné konference a dokumentace

Při plánování péče je podstatné si říct, jaká máme přání, které bychom si chtěli nyní nebo v blízké budoucnosti splnit, co je pro nás důležité. Jelikož jsme lidé, musíme pracovat se svými náladami, emocemi, situacemi, které hrají v oblasti rozhodování o sobě nebo o svých blízkých velkou roli. Je důležité, abychom věděli jako pečující, jak správně reagovat v těžkých a také nepříjemných situacích, aby byla naše komunikace ze strany klientů i rodiny správně a jednoznačně pochopena. Důležité je, abychom nacházeli a uskutečňovali společné cíle. K tomu také vedou schůzky s klienty i jejich rodinami, kde si představujeme koncept paliativní péče, seznamujeme s konkrétními situacemi, ladíme představy o možnostech péče a společně je nastavujeme.

V závěru kurzu jsme si také vyzkoušeli modelové situace, které nám ukázaly, co vše ještě můžeme v komunikaci ať už pracovního kolektivu nebo při nastavování péče zlepšit.



Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

71

Školení jsme jako pracovnice Domova Sluníčko hodnotily velice přínosně.

Zapsala Bc. Dagmar Pejšová





Paliativní péče v Domově Sluníčko

Domov Sluníčko v Ostravě-Vítkovicích figuruje mezi 15 dalšími zařízeními sociálních služeb z celé České republiky, které byly vybrány do dvouletého programu (r. 2023-2024) nadačního fondu Abakus, v němž má dojít k nastavení paliativní péče.

Společnost pomáhá zařízením se zaváděním paliace, implementováním do stávajícího chodu každé jednotlivé služby a také k udržitelnosti tohoto programu i po jeho skončení.

Co všechno se nám již od začátku roku podařilo?

- 1) Vytvořil se multidisciplinární tým ve složení – ředitel domova, vedoucí útvaru sociální a přímé péče, vedoucí zdravotního úseku, úseková zdravotní sestra, vedoucí ergoterapeutického úseku, vedoucí úseku a koordinátor paliativní péče. V tomto složení se schází jednou měsíčně a řeší stávající zavádění paliace jako součást zdravotně ošetrovatelské péče klientů, dále se zabývá aktuální situací u jednotlivých klientů a také výměnou zkušeností ať už návštěvou v jiných sociálních zařízeních nebo přijímáním kolegů z jiných DS nebo DZR, kteří již tímto programem prošli.
- 2) Nastavila se spolupráce s Mobilním hospicem Kryštof, která by měla sloužit jako poradenská služba pro náš domov v oblasti metodického vedení a konzultační služba v případě nastavování klientů do paliativní péče.
- 3) Také jsme uzavřeli dohodu ohledně spolupráce s Centrem pro rodinu kvůli využití psychologické a psychoterapeutické pomoci ať už pro klienty nebo jejich rodiny a blízké.
- 4) Nesmíme zapomenout ani na stránku spirituální, která je součástí každého člověka, kdy se ptáme, jaký má život smysl a na konci života bychom si měli umět odpovědět i na další otázku, jaký smysl životu můžeme dát i v tomto pozdnějším věku. Děkujeme za to, že zde máme pravidelné bohoslužby a také návštěvy duchovních u klientů, kteří si přejí ztišení, rozhovor nebo modlitbu.
- 5) Pokud dochází ke zhoršení zdravotního stavu nebo již našim klientům ubývají životní síly, nastává čas, abychom tuto situaci řešili. Lékařka domova pak



pečlivě zhodnotí zdravotní stav jednotlivých klientů a na její doporučení a schválení pak nastupuje proces nastavování péče. Započali jsme s modelem sociální práce – setkáváme se s rodinami našich klientů při příležitosti tzv. Rodinné konference. Zde hodnotíme stávající péči po stránce zdravotní a sociální a dále řešíme, jak bude péče vypadat v budoucnosti. Maximálně zohledňujeme přání a potřeby jak klientů, tak jejich rodinných příslušníků.

6) Dále probíhá průběžně vzdělávání pracovníků s cílem nastavení a udržení kvalitní paliativní péče. Vzdělávání se týká všech oblastí – pracovníků v přímé péči, jejich vedoucích, zdravotních sester, lékařky, poradenství i managementu domova. Školení probíhá v prostorách našeho domova, v jiných sociálních zařízeních v rámci města a také za ním jezdí naši pracovníci až do Prahy nebo Brna.

7) Zhruba jednou za měsíc provádíme zhodnocení nastavené paliativní péče u jednotlivých klientů.

8) Pořádáme vzpomínkové rozloučení personálu s klienty, kteří nás již opustili.

A co nás ještě čeká?

9) Chceme pokračovat v nastavených procesech, dále je udržovat a prohlubovat. Stále se učit nové věci a rozšiřovat povědomí o paliativní péči mezi klienty, rodinami a personálem. A také u veřejnosti – proto nás čeká v září letošního roku pořádání mezioborové konference o paliaci.

10) Chceme nastavit setkávání s pozůstalými alespoň jednou za rok – jako vzpomínkou akci. A být nadále podle zájmu rodin v kontaktu i po úmrtí jejich blízkého.

11) Stejně tak zavést a rozvinout myšlenku, že i ostatní klienti jsou pozůstalí – formou vzpomínky na jejich „spolusousedu“, kterého potkávali nebo s ním hovořili na oddělení nebo v domově.

12) Zavedení nových výměnných zkušeností – zavedení aromaterapie u klientů, naučit prvky bazální stimulace rodinné příslušníky, aby co nejvíce byli nablízku a cítili se užiteční v péči o své blízké.



- 13) Důsledná kontrola provádění paliativní péče ve všech oblastech.
- 14) Vzájemná podpora všech pečujících a dobrá spolupráce mezi klientem, rodinou a pracovníky Domova Sluníčko na všech pozicích.

K dnešnímu dni máme nastavenou péči s paliativními prvky u 12 klientů.

S rodinami dalších 3 klientů komunikujeme a péči nastavujeme nebo nás čeká setkání s rodinou – rodinná konference.

Od března letošního roku jsme se rozloučili při vzpomínkovém setkání s 10 klienty, z nichž byli 2 v již nastavené paliativní péči.

Zapsala koordinátorka PP Bc. Dagmar Pejšová



VÝBĚR Z HROZNŮ

Když čtete nadpis mého článku, čekali byste, že budu mluvit o víně. Výběrem z hroznů nás oslovila naše školitelka na semináři v Praze. Naše čtverka Miška, Ivanka, Pavlínka a já jsme svoji cestu začaly na Hlavním nádraží a Svinově. Přestože byly 4 hodiny ráno, až do Prahy jsme nezavřely „pusy,, a povídaly jsme si o všem možném při kávičce.

Školení „Paliativní péče pro pracovníky v přímé péči“ probíhalo v krásném prostředí Institutu Opravdovost a ze začátku jsme měly malinko obavy...budou nás z něčeho zkoušet? Budeme všechno vědět?...po pár hodinách z nás všech všechno opadlo a vznikaly přátelství s kolegy, kteří dojeli z celé republiky. Najednou jsme si vyměňovali informace z našich Domovů a měli jsme k sobě najednou neuvěřitelně blízko. Naše Ostravská čtverka neustále „chrlila,, informace jak to je u nás v Domově a byly jsme šťastné, že spoustu věcí, které jsou důležité už máme nastavené a pracujeme s nimi. Dozvěděly jsme se nové informace jak správně komunikovat s rodinou i klienty, ale mnozí z nás si uvědomili, že to můžeme použít i v soukromých životech. Tři dny utekly jako voda a vrátily jsme se po krásných dnech strávených v naší stověžaté Praze domů a k naší práci, která je pro nás posláním. Jsme rády, že nám zaměstnavatel umožnil i školení mimo Domov a že se „naše čtverka,, mohla poznat i jinak než jen pracovně.



Tohle školení bylo za mě skvělé a zážitky z Prahy ve mě zůstanou ještě dlouho.

Martina Adamcová, koordinátorka úseku A2



Domov Sluníčko
Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

76

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. 7. 2023

Počet výtisků: 60

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