



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

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

# Sluneční paprsek

## 04/2025





## **Domov Sluníčko** Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

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

prázdniny jsou opět za námi. Pro někoho byly oddechem a pro některé z Vás náročné, a to mám na mysli zejména zaměstnance, kteří zastupovali za pracovní neschopnosti, čerpání řádných dovolených, neobsazená pracovní místa a také zastupovali za nezodpovědné pracovníky, kteří už z různých důvodů nenastoupili na směnu.

Všem těmto zaměstnancům ze srdce děkuji a mám pro ně dobrou zprávu. Vedení organizace se rozhodlo, že v měsíci září uvolníme finanční prostředky z rezervního fondu odměn a vyplatíme mimořádné odměny. Vyplaceny budou v říjnu.

V tomto jubilejním roce, kdy naše organizace slaví 25. výročí od svého vzniku není vše jen ve znamení oslav, pořádání kulturních akcí, ale také ve znamení tvrdé práce a příprav na další období.

V rámci kulturní akce Fajny den bylo slavnostně odhaleno náměstkem sociálních věcí Statutárního města Ostrava panem Zbyňkem Pražákem nové logo organizace.

Logo organizace je výsledkem dlouhodobé týmové práce zaměstnanců. Nebylo vůbec jednoduché dojít k finální verzi. V logu je popsáno fungování organizace na modelu excelence EFQM, podle kterého tvoříme strategii organizace, ale má také pevné základy postavené na misi,

vizi domova a hlavně atributech jako je bezpečí, profesionalita a inovativnost. Postupně budeme logo zavádět do života organizace a loučit se s tím dosavadním.





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

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

V minulém vydání Paprsku jsem se zmínil o absolvování značky kvality udělované APSS. Výsledkem je 863 bodů a získání čtyř hvězd. Můžeme tedy na to nahlížet jako na zasloužený dárek v našem jubilejním roce. A to zásadně zásluhou všech zaměstnanců napříč organizací. Děkuji ještě jednou všem, kteří se podílejí na výborném jménu a fungování našeho domova.

Jak jsem se již zmínil, prázdniny byly ve znamení tvrdé práce a to hlavně příprav, které nejsou na první pohled vidět.

Proběhla kolaudace venkovního výtahu. Byla podána žádost na schválení HZS ohledně instalace zábran na požární schodiště, která úzce souvisí s provozováním výtahu a bezpečností našich klientů. Již nyní probíhá výroba (žádost je již schválená).

Probíhá příprava na revitalizaci parku včetně vybudování nekonečných chodníků, jezírka, keřů a stromů. Realizuje se studie, projektová dokumentace, dendrologické posudky a mnoho dalšího potřebného k získání dotace ve výši 70 %. Jedná se o investici ve výši 11-12 mil. Kč.

Připravujeme stavbu fotovoltaické elektrárny, máme již zažádáno o připojení k soustavě na ČEZ. Byly provedeny studie návratnosti a zpracovává se projektová dokumentace. Předpokládaná výše dotace je ve výši 20%. Celková předpokládaná investice je 3,7 mil. Kč.

Začala výstavba zadní brány, která bude sloužit pro integrovaný záchranný systém. Zahajujeme další rekonstrukce výtahů v budově A+B. Připravujeme opravu kanalizace, která je v havarijním stavu. Proběhne další etapa výměny oken. Pokračujeme ve výměně zástěn, výměně topení. A probíhá mnoho dalších drobných nutných oprav stavebního charakteru.

Budeme dokupovat další inventář (stoly a židle) z nehořlavého materiálu. Jsou pořízeny stavěcí zvedáky pro klienty. Probíhá výběr vakových zvedáků pro imobilní klienty. Na zvedáky jsme získali dotaci ve výši 50% z MSK.

Bohužel nás v posledních měsících trápí problémy s datovým připojením k síti městské společnosti OVANET a.s. a s tím související častý výpadek internetu a



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

---

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

telefonní ústředny v naší organizaci. Ve spolupráci se jmenovanou společností hledáme příčiny kolize. Věřím, že se nám v co nejkratším termínu povede problém odstranit.

Domov Sluníčko pořádal ve spolupráci se společností SANOPHARM CZ již třetí ročník konference Sluníčkové dny na téma Budoucnost péče: vzdělávání jako cesta ke kvalitním sociálním službám. Hlavní osobností konference byl tentokrát Marián Jelínek.

Konference proběhla na vysoké úrovni včetně Dne otevřených dveří v našem domově. Zpětné vazby byly pozitivní.

Milé klientky, milí klienti, vážené zaměstnankyně a vážení zaměstnanci přeji Vám hodně sil a krásný podzim letošního roku.

S úctou  
Váš ředitel



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

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Vážení pracovníci, kolegové, klienti i přátelé domova,

máme za sebou další čtvrtletí naší práce. Letní období je pro velké množství lidí pozitivním časem stráveným na dovolených a v osobním kontaktu s blízkými lidmi. Čas odpočinku je fajn.

Pro chod domova už ovšem tyto krásné letní dny tak příznivé nejsou. Bohužel jsme měli nedostatek pracovníků, převážně na úseku B2, A1 a B4. Tímto byly samozřejmě zasaženy všechny ostatní úseky, které pomáhaly, kde to bylo nutné. Byli jsme v období, kdy jsme nevěděli, jak nastavit směny, abychom Vám mohli dopřát zasloužený odpočinek na dovolených a zároveň pokrýt odpovídající kvalitu péče.

Tímto bych moc chtěla poděkovat všem pracovníkům napříč domovem, kteří pomáhali v době největší krize, jak to jen bylo v jejich silách. Směny jsme opravdu řešili téměř každodenně a nebylo to jednoduché.

Velmi si vážíme Vaší síly i pomoci.

Jak dál? To je otázka, kterou si kladu a společně s mým manažerským týmem (vedoucími úseků) hledáme řešení:

- Výběrové řízení probíhají k doplnění stavů, bohužel ne vždy se podaří, aby zájemce na daný čas výběrového řízení vůbec přišel nebo následně spolupracoval, když už byl vybrán k samotnému nástupu. Po nástupu pak sám zjistí, že práce není jeho šálek kávy a my jsme společně s Vámi v bludném kruhu. Proto bych chtěla všem nově přijatým pracovníkům, kteří se rozhodli s námi pracovat, poděkovat.
- Stabilizace týmů – práce s jednotlivými týmy a jejich soužití na jednotlivých úsecích je úkolem vedoucích úseků a koordinátorů. Atmosféru, jakou daný tým prožívá, si pracovníci často vytvářejí sami a jedině podporou a komunikací můžeme dospět k úspěchu.
- Oslovení veřejnosti – inzeráty na VOŠ sociální, farář církve římskokatolické pro oslovení jeho oblasti a připravujeme workshop pro veřejnost. Také video ze života pečovatелů.
- Pokud máte ještě jiné návrhy, budeme za ně moc rádi.
- Klienti prožili letní čas pěkně. Zahrada poskytovala zázemí na každodenní aktivity a vycházky. Zorganizovali jsme nespočet výletů. Hostili akci Folklor bez hranic a kuželkový turnaj.



A co nás čeká v posledním čtvrtletí?

- Hezké akce s dětmi, přednášky, Vinobraní i Mikulášská zábava
- Soutěž mezi týmy – utkání o putovní pohár domova
- Vzdělávání – stáže, kurzy, konference, supervize
- Práce na individualizaci péče, odstraňování institucionálních prvků péče a podpory
- Implementace atributů loga organizace do každodenní péče a podpory klientům, zaměstnancům a firemní kultury celkově

Vaše šéfredaktorka Tereza

Domov Sluníčko získal prestižní značku kvality od Asociace poskytovatelů sociálních služeb se čtyřmi hvězdičkami

Domov Sluníčko má důvod k oslavě – v nedávném hodnocení kvality služeb získal značku kvality se čtyřmi hvězdičkami a celkovým výsledkem 876 bodů z možných 1005 bodů. Tento úspěch potvrzuje, že poskytovaná péče i prostředí domova patří mezi vysoký standard.

Hodnocení probíhá v několika oblastech, které mapují každodenní život klientů a celkovou úroveň služeb. Domov Sluníčko dosáhl v jednotlivých kategoriích následujících výsledků:

- Ubytování – 4 z 5 hvězdiček
- Stravování – 5 z 5 hvězdiček
- Kultura a volný čas – 4 ze 4 hvězdiček
- Partnerství – 4 z 5 hvězdiček
- Péče – 4 ze 4 hvězdiček



## **Domov Sluníčko** **Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace**

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Tyto výsledky ukazují, že Domov Sluníčko dokáže skloubit vysokou úroveň odborné péče s pestrou nabídkou volnočasových aktivit a příjemným prostředím.

Velké poděkování patří všem zaměstnancům domova, kteří svou každodenní prací, ochotou a lidským přístupem přispěli k tomuto ocenění. Hodnocení je nezávislé a o to více si lze vážit toho, že společná snaha byla takto krásně oceněna.

Domov Sluníčko tak právem nese značku kvality, která je symbolem důvěry, profesionality a přátelského prostředí.

Za management organizace

Tereza Dvořáková



### **SLUNÍČKOVÉ DNY 2025**

V Hotelu Clarion Congress v Ostravě se letos uskutečnil již 3. ročník odborné celorepublikové konference s tématem Budoucnost péče: vzdělávání jako cesta ke kvalitním sociálním službám, která byla zaměřena na vzdělávání pracovníků v sociálních službách. Do Ostravy se sjeli manažeři, sociální pracovníci, zdravotníci i pracovníci v přímé péči z celé České republiky, aby sdíleli zkušenosti a diskutovali o aktuálních tématech z oblasti sociální a zdravotní péče.

Součástí programu byly odborné přednášky, workshopy a panelové diskuse zaměřené na kvalitu poskytovaných služeb, nové přístupy v péči o seniory i inovativní metody aktivizace. Účastníci měli možnost nejen získat nové poznatky, ale také navázat cenné kontakty a inspirovat se dobrou praxí z jiných zařízení.

Tradiční součástí akce byl také den otevřených dveří v Domově Sluníčko, který umožnil návštěvníkům nahlédnout do prostředí domova, poznat každodenní život klientů a seznámit se s aktivitami, které jim zpříjemňují a obohacují život.



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

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Konference Sluníčkové dny se stala pevnou součástí vzdělávacího kalendáře v oblasti sociálních služeb a potvrzuje, že Ostrava je místem, kde se rodí inspirace a nové myšlenky pro práci s klienty.





**Vážení čtenáři a čtenářky,**

**ráda bych Vám blíže představila paní Sabinu Hrabovskou, koordinátorku ergoterapeutického úseku, která je nedílnou součástí týmu.**

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

Ve Sluníčku pracuji už třetím rokem. Přivedla mě sem změna bydliště – hledala jsem práci blíže svému novému domovu. Velkou roli také sehrála má dcera, kvůli které jsem chtěla mít možnost pracovat na ranní směny.

### **Jaké máte předešlé zkušenosti?**

Moje zkušenosti v sociální práci začaly už na střední zdravotnické škole, kde jsem studovala obor sociální péče. Během studia jsme absolvovali praxe v různých sociálních službách, což mi dalo první vhled do oboru. Po maturitě jsem na dva roky odešla do Prahy, kde jsem pracovala jako terénní pracovníce a později také jako vedoucí služby. Poté jsem se vrátila do rodné vesnice a nastoupila do zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc. Byla to cenná a obohacující zkušenost. Postupně jsem ale směřovala k práci se seniory, a proto jsem začala pracovat v Penzionu pro seniory. A jak už jsem zmínila, kvůli stěhování jsem si následně našla práci ve Sluníčku.

### **Co se Vám na Vaší práci líbí?**

Na své práci mám nejraději její různorodost – každý den je jiný a nikdy se nestane, že bych se nudila. Práce aktivizační pracovníce mě naplňuje také tím, že se mohu setkávat s lidmi a vnímat jejich zkušenosti, názory a životní příběhy. Senioři mají co říct a člověk od nich může získat cennou inspiraci i jiný pohled na svět. Celkově mě na této práci baví, že je smysluplná a že v ní vidím přímý dopad na spokojenost a radost druhých.

### **Jaká je Vše náplň dne?**

Můj pracovní den začíná tím, že do práce přicházím o něco dříve – mám tak čas v klidu si vypít ranní kávu a připravit si materiály k aktivizaci. Poté posílám report, aby bylo jasné, jaké aktivity nás ten den čekají a zároveň komunikuji s vedoucími. Sama si také vedu docházku a pracuji na dokumentaci. Dopoledne



většinou trávím na úseku B4, kde se setkávám s klienty u kávy či čaje. Společně se věnujeme tréninkům paměti, poznáváme různé smyslové podněty, zpíváme a zapojujeme se do dalších skupinových aktivit. Součástí dopoledního programu jsou i individuální činnosti s klienty a také nácvik chůze. Když je pěkné počasí, trávíme čas venku – chodíme na procházky nebo využíváme zahradu. Po obědě nás čeká předávka směny – s kolegy si rozdělíme, kdo se bude věnovat jaké akci a také probíráme program na další týden. Odpoledne pak pokračuji podle harmonogramu aktivit, které se během týdne obměňují a přinášejí klientům pestrost. Kromě běžných činností u nás také pravidelně organizujeme různé kulturní a společenské akce – například hudební vystoupení, plesy, vinobraní, masopust nebo další zajímavé události, které mají u klientů vždy velký úspěch.

### **Jak odpočíváte?**

Nejlépe si odpočinu s rodinou – rádi jezdíme na výlety a často vyrážíme i do Prahy, kde si společně užíváme volný čas. Relaxuji ale i doma, třeba na zahradě. Velkou radostí a zároveň zdrojem energie je pro mě horká jóga, na kterou chodím třikrát týdně. Právě tam dokážu úplně vypnout, odpočinout si a dobít baterky.

### **Co byste ráda vzkázala našim čtenářům?**

Všem zaměstnancům bych chtěla popřát, aby se jim ve Sluníčku dobře pracovalo, aby byli spokojení a cítili se tady příjemně. I když někdy nemusí mít svůj den, přeji, aby dokázali udržet úsměv a dobrou náladu – protože právě to přináší radost i klientům. Naším klientům přeji hlavně pevné zdraví, radost a pohodu. Moc se těším, že se budeme i nadále potkávat na aktivitách, které pro vás připravujeme, a doufám, že vám budou přinášet spoustu hezkých chvil a úsměvů.

Sabina Hrabovská



**Vážení čtenáři a čtenářky,**

**ráda bych Vám blíže představila paní Bc. Petru Válkovou, aktivizační pracovníci, která je nedílnou součástí ergoterapeutického úseku.**

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

Ve Sluníčku pracuji čtyři roky a jsem tu velmi spokojená. Změnu zaměstnání jsem tehdy udělala proto, že jsem začala studovat vysokou školu, ale můj tehdejší zaměstnavatel mi neumožnil skloubit práci se studiem. Pokud jsem chtěla jít za svými cíli, nezbylo mi než udělat rozhodnutí. Ve Sluníčku jsem dostala šanci, za kterou jsem vděčná.

### **Jaké máte předešlé zkušenosti?**

Celá má profesní dráha směřuje do oblasti sociálních služeb. Pracovala jsem s lidmi s mentálním i zdravotním postižením. Po delší mateřské dovolené jsem si ale uvědomila, že mou „cílovou skupinou“ jsou senioři. Právě jim chci pomáhat k důstojnému stáří a přispívat k tomu, aby závěr jejich života byl co nejhezčí.

### **Co se Vám na Vaší práci líbí?**

Velkou oporou je pro mě stabilní tým, se kterým si dokážeme vzájemně pomoci. Líbí se mi pestrost práce a také to, že se mohu setkávat s klienty napříč celým domovem. Oceňuji, že mám volnou ruku při vedení aktivizačních programů i možnost dále se vzdělávat. Velmi si cením také spolupráce s Adrou a dobrovolníky, kteří přinášejí nové podněty, energii i lidskou blízkost, což je pro naše klienty nesmírně cenné.

### **Jaká je Vaše náplň dne?**

Každý den je trochu jiný, a právě to mě na práci baví. Dopoledne většinou trávím s klienty svého úseku – cvičíme, u kávy trénujeme paměť, někdy tvoříme nebo pečeme a hlavně si povídáme. Kromě pravidelného denního harmonogramu pořádáme v týmu také různé společenské akce či výlety a snažíme se do těchto aktivit zapojovat i dobrovolníky, kteří vnášejí do programů příjemnou energii.



**Jak odpočíváte?**

Nejvíce mě nabíjí příroda – procházky, výlety a hlavně vodopády, které mají své neopakovatelné kouzlo. Ráda čtu, ale umím si také odpočinout u televize.

**Co byste ráda vzkázala našim čtenářům?**

Aby si dokázali užívat každodenní maličkosti a radovali se i z drobností, které život přináší. A také, že nikdy není pozdě začít objevovat nové věci – člověk se učí a roste v každém věku.



**Vážení čtenáři a čtenářky,**

**ráda bych Vám blíže představila slečnu Bc. Natálii Štulrajterovou, ergoterapeutku, která je nedílnou součástí ergoterapeutického úseku.**

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

Ve Sluníčku pracuji necelé dva měsíce. Už během studia mě práce se seniory na praxích bavila a cítila jsem, že je to oblast, kde bych se chtěla pohybovat i dál. Proto, když se objevila možnost po ukončení studia zde nastoupit, neváhala jsem. Shodou okolností jsem si u státní závěrečné zkoušky vylosovala téma ergoterapie v geriatrii, takže se dá říct, že k práci se seniory jsem měla nakročeno už tehdy.

### **Jaké máte předešlé zkušenosti?**

Moje zkušenosti vycházejí především ze studia na vysoké škole a také z praxí a brigády tady v Domově Sluníčko během studia. To mi dalo základní představu o práci i prostředí, ve kterém se nyní pohybuji.

### **Co se Vám na Vaší práci líbí?**

Na své práci mám ráda, že mohu klientům pomoci zlepšit kvalitu života a být jim oporou při zvládání každodenních činností. Potěší mě, když se podaří, že se klient něco znovu naučí, zvládne sám jednoduché úkony nebo jen si udrží drobné dovednosti, které pro něj mají velký význam. Ráda sleduji jejich pokroky, byť malé – často jsou pro obě strany povzbuzením a ukazují, že naše práce má smysl. Důležitou součástí mé práce je i psychická podpora klientů – úsměv, vlídné slovo nebo chvíle povídání bývají často cennější než cokoli jiného.

### **Jaká je Vaše náplň dne?**

Můj pracovní den začíná předáním informací s kolegyněmi. Poté se věnuji klientům. S některými cvičíme chůzi, u jiných probíhají individuální terapie. Ty jsou velmi různorodé – od podpory soběstačnosti a zlepšování kondice až po trénink jemné motoriky či kognitivní cvičení. Průběžně se také snažím sledovat nové postupy a inspirace, abych mohla do práce přinášet nové podněty a přístupy.



## **Domov Sluníčko**

**Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace**

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

### **Jak odpočíváte?**

Ráda trávím čas v přírodě – chodíme na krátké procházky i několikadenní túry, při kterých si užívám klid a pohyb na čerstvém vzduchu. Baví mě také jízda na koni a v zimě lyžuji. Důležitý je pro mě čas strávený s rodinou a blízkými, kdy spolu můžeme dělat věci, které nás baví. K relaxaci patří i šálek dobré kávy a občasné chvíle s knihou nebo filmem, kdy si mohu jen tak odpočinout.

### **Co byste ráda vzkázala našim čtenářům?**

Ať si každý den najdou chvíli na to, co je těší a nabíjí a nezapomínají na radost z maličkostí.





## PODĚKOVÁNÍ

**Vážení zaměstnanci Domova Sluníčko,**

touto cestou bych Vám chtěla z celého srdce poděkovat za péči, laskavost a lidský přístup, který jste věnovali mé milované mamince, paní Martě Machové, během jejího pobytu u Vás.

Maminka ve Vaší péči prožila poslední etapu svého života důstojně, klidně a s láskou, a za to Vám patří můj hluboký dík.

Zemřela dne 17. července 2025 ve věku 100 let – úctyhodného věku, kterého by bez Vaší odborné i lidské podpory možná nedosáhla.

Byli jste pro ni druhou rodinou a vím, že si Vaší péče vážila.

Děkuji celému zdravotnickému týmu i ostatním zaměstnancům za trpělivost, vstřícnost a obětavost, kterou jste denně prokazovali.

Vaše práce je nesmírně náročná a zároveň velmi důležitá –

díky lidem jako jste Vy má smysl.

S úctou a vděčností,

Marta Holková s rodinou

V Ostravě 19.07.2025



## ZDRAVOTNÍ ÚSEK

### LÉTO V DOMOVĚ SLUNÍČKO

Letní měsíce jsou v Domově Sluníčko vždy náročnější. Nejen kvůli vysokým teplotám, ale také proto, že část personálu odjíždí na zasloužené dovolené. Přesto se i letos podařilo zdravotním sestřám zvládnout péči o klienty s úsměvem, trpělivostí a velkou dávkou obětavosti.

Bylo to někdy náročné, protože každý den bylo potřeba zajistit stejnou péči jako obvykle, i když jsme neměly všechny kolegyně po „ruce“, ale tým se semknul a vždycky jsme si pomohly. Bylo hezké vidět, že se dokážeme spolehnout jedna na druhou. Sestry si mezi sebou rozdělily povinnosti a služby tak, aby klienti necítili žádný rozdíl a každý měl jistotu, že dostane potřebnou péči a své léky včas.

Léto v našem domově seniorů není jen o slunci a zahradních posezeních. Je to také období, kdy se musí myslet na něco zdánlivě jednoduchého - na pití. Zatímco pro mladší generaci je samozřejmé vzít si kdykoliv sklenku vody, senioři často zapomínají nebo nemají tak silný pocit žízně, proto bylo nezbytné naše klienty o příjmu tekutin edukovat a tekutiny jim neustále v různých formách nabízet.

Díky odhodlání a spolupráci s našimi pečovatelkami se podařilo, že i přes čerpání dovolených bylo léto v domově klidné a radostné. Všichni jsme se snažili, aby se naši klienti cítili dobře a věděli, že se o ně někdo stará s láskou.

### **BLÍŽÍ SE NÁM PODZIM A TAK MÁM PRO VÁS NAŠI MILÍ KLIENTI PÁR DOPORUČENÍ:**

- **Prevence nachlazení a chřipky** - důsledné mytí rukou, větrání pokojů, očkování proti chřipce a COVID-19, vyhýbání se velkým shromážděním v době zvýšeného výskytu nemocí, pohyb na čerstvém vzduchu, je výbornou prevencí proti nachlazení a chřipce.
- **Teplé oblečení a jeho vrstvení** - na procházky noste více vrstev, čepici a šálu, abyste zbytečně neprochladli.
- **Bezpečnost při chůzi venku** - buďte opatrní na kluzkém listí či vlhku, používejte vhodnou obuv s protiskluzovou podrážkou a používejte své kompenzační pomůcky.
- **Správná výživa a pitný režim** - jezte více ovoce a zeleniny či vitamínové doplňky a nezapomínejte dostatečně pít, i když v chladnějším počasí pocit žízně ustupuje.



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

---

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

- **Podpora psychické pohody** - podzim může být melancholický, proto je důležitý společenský kontakt, aktivity uvnitř (čtení, rukodělné práce, zpívání), dostatek světla proti únavě a špatné náladě.

Vaše Zdeňka Čočková,  
vedoucí zdravotního úseku



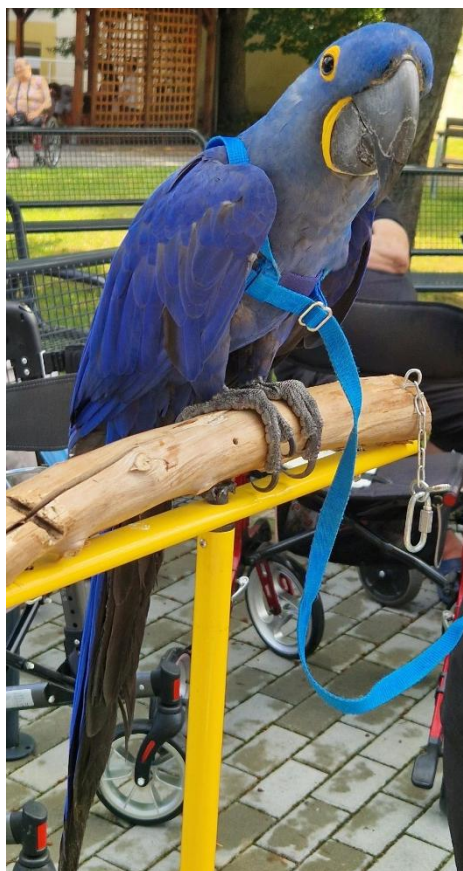


## ERGO

### **PAPOUŠČÍ NÁVŠTĚVA V DOMOVĚ SLUNÍČKO: PAPOUŠCI ROZZÁŘILI ZAHRADU I TVÁŘE KLIENTŮ**

Do Domova Sluníčko zavítala 27.6.2025 milá a velmi netradiční návštěva – chovatelka papoušků paní Alena Majetná se svou kamarádkou, která s sebou přivedla čtyři nádherné papoušky.

Hlavními hvězdami dopoledne byli dva impozantní zástupci rodu *Ara* – pestrobarevný *Ara ararauna* a majestátní *Ara hyacintový*, který je největším papouškem z rodu *Anodorhynchus* a zároveň největším létajícím papouškem na světě. K nim se připojili ještě dva menší papoušci, kteří rovněž okouzlili všechny přítomné.



Paní Majetná poutavě vyprávěla o tom, co obnáší chov těchto exotických ptáků – jak náročná je péče, čím se papoušci krmí, jak se s nimi pracuje a kolik stojí takový okřídlený krasavec. Všichni klienti se zájmem naslouchali a měli možnost se na cokoli zeptat.

Velkým zážitkem byla také možnost se s papoušky vyfotit. Klienti si papoušky mohli prohlédnout zblízka. Celá akce probíhala v příjemné atmosféře na zahradě domova a také počasí nám velice přálo. Tato neobvyklá návštěva přinesla spoustu radosti, nových poznatků i krásných fotografií na památku.



## **Domov Sluníčko** **Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace**

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Děkujeme paní Aleně Majetné a její kamarádce za to, že našim klientům umožnily zažít něco opravdu výjimečného. Už teď se těšíme, že je u nás třeba zase někdy přivítáme!

Za ergotým Šárka Tylková, DiS.



### **BINGO V DOMOVĚ SLUNÍČKO – DEN PLNÝ ZÁBAVY A PŘÁTELSTVÍ MEZI DOMOVY**

Dne 6. června v 9:30 pan ředitel Mgr. Marek Tejzr, MBA zahájil první ročník společenské hry BINGO. Zahájil a zároveň přivítal klienty a jejich doprovod z Domova pod Vinnou horou, kteří přijeli z Hlučína, dále Domov Slunečnice z Ostravy-Poruby, Domov Čujkovova z Ostravy-Zábřehu a Domov Magnolie z Ostravy-Vítkovic.

Možná se ptáte, jak vůbec vznikl nápad pořádat Bingo jako soutěž i s jinými domovy a to nejen v rámci Ostravy.....



## Domov Sluníčko Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice



Jelikož naši klienti hrají BINGO pravidelně a tuto aktivitu si oblíbili, vznikl nápad naší zástupkyně Mgr. Dvořákové, DiS. uspořádat v této hře soutěžní klání a pozvat Domovy v rámci setkání a propojit opět klienty i z jiných Domovů.

Celá akce se konala v prostorech před recepcí našeho Domova, kdy nám malinko neprálo počasí a vítr foukal více, než bylo zdrávo.

Nám to tolik nevadilo a vše jsme brali s humorem a jako zpestření.

Po zahájení se rozběhlo první kolo ze dvou kol soutěžních. Čísla se postupně losovala



z osudí a napětí stoupalo s každým vylosovaným číslem, které zaznělo. Všichni



## Domov Sluníčko Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice



klienti bedlivě své karty sledovali a čekali na svá vítězná čísla. Atmosféra byla skvělá – nechyběl smích, hravá soutěživost a povzbuzování.

Vítězi byli jednotlivci a každý si odnesl hodnotný dárek, diplom a medaili. Ceny a gratulace uděloval pan ředitel, který svou přítomností dodal celé akci slavnostní ráz. Zároveň všem poděkoval za účast, ocenil skvělou atmosféru i přípravu celé akce, a navrhl konání dalšího ročníku třeba i v jiném Domově než u nás ve Sluníčku. Takže se nechme překvapit, třeba se sejdeme příště jinde!

Těšíme se na další společné akce – chvíle, které spojují klienty i zaměstnance z jiných Domovů a přinášejí radost.

Děkuji i mým kolegyním z ergo týmu, za skvělou pomoc s přípravou celé akce.

Za ergo tým Bc. Martina Černá



# Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

## 25 LET DOMOVA SLUNÍČKO

V pátek 20. června jsme si v Domově pro seniory Sluníčko připomněli významné výročí – uplynulo již 25 let od jeho založení. Tento den jsme prožili skutečně slavnostně a se vším, co k takovému jubileu patří.

Již dopoledne jsme započali program slavnostní katolickou mší v zahradní kapli sv.

Ludmily. Celebroval ji sám biskup ostravsko-opavský Martin David za doprovodu dvou kněží Václava Rylka a Vítězslava Řehulky. Atmosféra byla velmi důstojná, přívětivá a zároveň niterně klidná. Duchovní zahájení dalo oslavám pevný a smysluplný základ.





## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Odpolední program se poté naplno rozběhl a byl skutečně pestrý. Na stage se střídali hudebníci, kteří jsou nám i našim klientům dobře známí a svou muzikou rozproudili radost i vzpomínky. Můžeme jmenovat např. Kaczi, Happy Kvartet, Duo Pohodu, DFS Hlubinku+SLPT Hlubinu, nebo také Cimbálovou muziku Čelad', Duo Lucii Koulákovou s Ladislavem Kokeschem a zlatým hřebem večera se stal Olympic revival. Celým odpolednem nás provázela moderátorka České televize p. Kristýna Prokešová, která tomuto výjimečnému dni dodala na eleganci i profesionálním rázu.



Významnou součástí programu bylo také slavnostní odhalení nového loga naší organizace. Symbolicky tak vstupujeme do dalšího čtvrtstoletí s novou vizuální identitou, která v sobě nese důraz na péči, lidskost a domovskou atmosféru.

Velkou radost nám udělalo, že akce byla otevřená široké veřejnosti a účastnila se jí řada vzácných hostů, zaměstnanců, přátel domova i samotných klientů. Společně jsme si užili odpoledne plné hudby, přátelských rozhovorů a pohodové atmosféry. Zahradní prostory voněly dobrotami – podávaly se bramboráky, guláš, čerstvé ovoce, pivo, káva a další občerstvení, které příjemně doplnilo slavnostní ráz dne. Počasí nám přálo – bylo příjemně teplo a slunečno, což jen podtrhlo radost z výjimečného setkání.



## **Domov Sluníčko** **Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace**

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Celé odpoledne se přehouplo až do večerních hodin a my věříme, že na tento výjimečný den budeme dlouho a s radostí vzpomínat. Děkujeme všem, kdo se podíleli na organizaci i těm, kteří s námi přišli oslavit tento krásný milník. Domov Sluníčko je tu díky lidem – a s nimi oslavujeme jeho minulost i budoucnost.

Bc. Petra Válková

### **KUŽELKOVÝ TURNAJ V DOMOVĚ SLUNÍČKO NESOUČÍ SE V SOUTĚŽNÍM DUCHU A PŘÁTELSKÉ ATMOSFÉŘE**

V pátek 4. července se v Domově Sluníčko uskutečnil již 4. ročník kuželkového turnaje, který měl původně probíhat pod širým nebem – před recepcí Domova. Nepříznivé počasí však celou akci přesunulo do společenského sálu, kde se i přesto podařilo vytvořit úžasnou atmosféru plnou sportovního nadšení a radostí ze hry.

Na turnaj byly pozvány čtyři Domovy, avšak svou účast nakonec potvrdil pouze Domov Slunečnice z Ostravy-Poruby. A tak se z plánovaného širokého klání stal přátelský souboj dvou týmů – domácího Domova Sluníčko a hostujícího týmu z Poruby.

Zajímavostí bylo, že mezi sebou poměřili kuželkové síly také zaměstnanci – trenéři jednotlivých týmů 😊.

Turnaj probíhal ve čtyřech kolech pro klienty a v jednom kole síly poměřili i zaměstnanci – aktivizační pracovníci.

Vzhledem k tomu, že Domov Čujkovova zrušil svou účast na poslední chvíli, využili jsme čas





## Domov Sluníčko Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

čekání k promítání krátké reportáže z předchozího dne, která se natáčela v našem Domově. Klienti si ji tak připomněli a sdíleli zážitky.

Závěrem celého klání bylo vyhlášení výsledků. Celkem byly uděleny 4 ceny a to 1, 2 a 3 místo v jednotlivcích a také ocenění za nejlepší tým, který obdržel hodnotný balíček a také putovní pohár. Zkuste hádat, kdo byl nejlepším týmem? Ano, opět putovní pohár zůstal „DOMA“. Domov Slunečnice se však nenechal zahanbit, jejich soutěžící si postupně „SHODIL“ první místo.



Všichni vítězové si odnesli diplomy a medaile, které jim budou připomínat příjemně strávený den.

Celou akci slavnostně zahájila p. Mgr. Tereza Dvořáková DiS, která všechny účastníky i příznivce přivítala. Poté předala slovo p. Ivě Tučkové, naší terapeutce, která měla na starost sportovní část programu, včetně bodové sčítání a vysvětlení pravidel.

Samozřejmě se v celém sále rozléhalo mohutné fandění všem hráčům. Dobrá nálada a soutěžní duch byl znát od začátku do konce!

Všem vítězům „GRATULUJEME“ a těšíme se na 5. ročník!

Za ergotým Bc. Martina Černá



## LÁZEŇSKÝ VÝLET DO KLIMKOVIC

Dne 10. července v dopoledních hodinách jsme s klienty úseku B2 podnikli výlet do lázeňského areálu v Klimkovicích, nacházejícího se nedaleko Ostravy. Výletu se zúčastnily tři klientky a jeden klient, doprovázeni pracovníky ergotýmu – paní Sabinou Hrabovskou, Bc. Petrou Válkovou a Bc. Martinou Černou.

Po příjezdu do areálu jsme se společně prošli lázeňským domem a prohlédli místní občůdky, nabízející regionální výrobky a drobné suvenýry. Následovalo příjemné posezení v tamní kavárně, kde jsme si společně vychutnali výborná cappuccina a pan Oldřich, jako správný muž si objednal tureckou kávu.

Klienti si zároveň dopřáli lahodné zákusky, které se staly sladkou tečkou za celým výletem.



Celá akce proběhla ve velmi poklidné a přátelské atmosféře. Klienti ocenili nejen příjemné prostředí lázeňského městečka, ale také možnost prožít dopoledne mimo každodenní rutinu. Jejich spokojené úsměvy byly vypovídající.

Podobné aktivity významně přispívají k celkové pohodě klientů a podporují jejich sociální začlenění.

Za ergotým Bc. Martina Černá



# Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice





## PÁTEČNÍ VŮŇ PALAČINEK V ATELIÉRU

V pátek 11. července jsme v Domově využili volného Ateliéru a proměnili ho v útulnou „palačinkárnu“. Klienti z úseků DZR se zapojili do tvoření palačinek – někdo pomohl s přípravou těsta, jiný s mazáním palačinek a všichni si nakonec s chutí pochutnali na výsledku.



Ke sladké dobrotě nechyběl ani šálek kávy, který nikdo z přítomných neodmítl. Atmosféra byla velmi příjemná a pohodová. Povídali jsme si o vaření, o tom, jak kdo doma palačinky připravoval a co všechno se na ně dávalo – od marmelády až po tvaroh nebo skořicový cukr.

Společně strávený čas provoněný vzpomínkami a palačinkami byl pro nás všechny milým zpestřením letního dne.

Za ergotým Petra, Sabina, Martina





## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice



### ZMRZLINOVÉ ODPOLEDNE

Blíží se léto a teploty venku již tomu nasvědčují. Ergo tým si pro klienty připravil v rámci úsekových akcí zmrzlinové odpoledne. Klienti jednotlivých úseků využili krásného teplého počasí a sešli se ke zmrzlinovému mlsání na terasách a pod pergolou.

Než se pro zúčastněné nachystaly poháry, obohacené o mandarinky čokoládové nebo karamelové topingy a šlehačku či další přízdoby, dozvěděli se klienti něco historii zmrzliny, o její výrobě a také měli možnost vyslechnout si článek o zhodnocení nejdívnějších příchutí zmrzliny na světě.



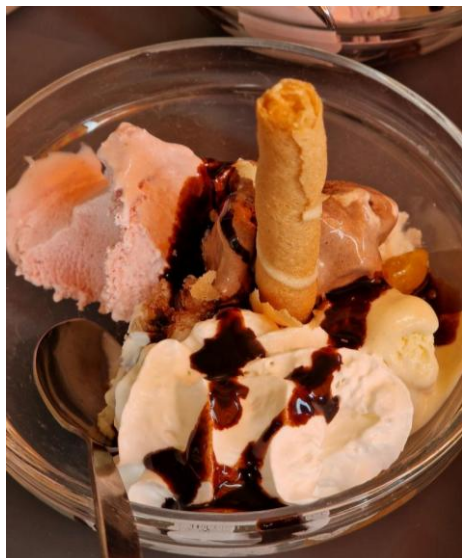


## **Domov Sluníčko** **Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace**

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

V závěru odpoledního setkání pak všichni zavzpomínali na zmrzliny a mražené pochoutky, které byly k dispozici v době jejich mládí a také na prodejní ceny, které byly v daném údobí aktuální.

Za ergotým Hana Dudová, DiS



## **VÝLET DO LÁZNÍ KLIMKOVICE**

Léto je v plném proudu a klétu v našem Domově Sluníčko samozřejmě neodmyslitelně patří i výlety s klienty. 24. července jsme se s klienty úseku B1 vydali do Sanatoria v Klimkovicích, jež je jejich oblíbeným výletním místem. Je zde velmi krásná zahrada přilehlá klázeňskému komplexu a mimo jiné také





## Domov Sluníčko Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

oblíbená kavárna, kde jsou naši klienti v rámci výletu vždy pozváni na dobrou kávičku a zákusek dle vlastního výběru.

Výhodou tohoto výletu je, že vás auto zaveze až přímo před recepci lázní, vy se pak projdete kolem obchůdků s různými drobnostmi, dobrůtkami, šperky, oblečením, trafikou, upomínkovými předměty, či kosmetikou, které jsou přilehlé ke kavárně a následně se posadíte do kavárničky a dáte si něco dobrého.

Po návštěvě kavárny a mlsání jsme se vydali na procházku do zahrady a zde jsme mohli kromě bazénku s velmi chladnou vodou na osvěžení nohou spatřit i nádherně kvetoucí hortenzie v různých barvách, oleandry, ibišky a v neposlední řadě také bezvadný výhled na okolní hory a pohoří. Díky informační ceduli a relativně dobré viditelnosti, se tak klienti dozvěděli, ve kterých místech vidí Lysou horu, kde se nachází Radhošť s Radegastem a kde je například Hostýn.

Pevně věřím, že se výlet ve všech směrech vydařil. Ostatně klienti byli usměvaví, spokojení, nikdo si na nic nestěžoval a za výlet děkovali. Po příjezdu zpět do Domova usedli všichni k výbornému obědu. Takže..... Sláva, nazdar výletu!!!!



Za ergotým Hana Dudová, DiS



# Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice



## DO ZOO ZA ZÁŽITKY I VZPOMÍNKAMI

V úterý 29. července jsme se konečně dočkali a s klienty domova jsme se vydali na výlet do Zoologické zahrady Ostrava. Výlet, který byl kvůli nepřízni počasí několikrát odložen, jsme si o to víc užili. Někteří klienti byli v zoo téměř jako doma – bývalí častí návštěvníci, jiní se sem vrátili po mnoha letech s velkým přáním znovu se projít mezi zvířaty a přírodou.

Po příjezdu jsme společně zvládli trasu až k žirafám, kde jsme si dopřáli občerstvení a odpočinek. Cestu zpět k hlavní bráně jsme si zpříjemnili jízdou oblíbeným vláčkem. Během celého výletu jsme obdivovali nejen zvířata, ale i rozkvetlou botanickou stránku zahrady – vůně, barvy a





## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

přírodní scenérie vytvořily krásnou atmosféru.

Každý z klientů měl své oblíbené zvíře, které chtěl vidět, a všem se přání splnila – někdo toužil po pohledu na slony, jiný se těšil na hrochy, další na žirafy nebo šimpanze.



Všichni jsme se vraceli zpět do domova příjemně unavení, ale s úsměvy na tvářích a s novými vzpomínkami, které s námi zůstanou ještě dlouho.

Za ergotým Bc. Petra Válková



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

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice



## SLADKÉ POKUŠENÍ V OSTRAVĚ – VÝLET S CHUTÍ I VZPOMÍNKAMI

V pátek 22. srpna jsme s našimi klientkami poprvé zavítaly do cukrárny Sladké pokušení v Ostravě-Zábřehu. Byly jsme velmi mile překvapeny nejen útulným prostředím, ale i pestrou nabídkou zákusků a nápojů.

Naše klientky se tentokrát shodly na stejné volbě – všechny si objednaly voňavou vídeňskou kávu a k ní lahodný borůvkový dortík. Při posezení jsme si společně příjemně povídali a užívali si klidnou atmosféru cukrárny.

Při posezení některé klientky vzpomínaly na chvíle svého života, které prožívaly právě v této části Ostravy, a to nás vybědlo k myšlence procházky po okolí. Po občerstvení





## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

jsme se vydaly na krátkou procházku směrem k náměstí SNP. Výlet se tak stal nejen gurmánským zážitkem, ale i krásnou reminiscenční aktivitou.

Celé dopoledne jsme si všechny moc užily a těšíme se na další společné výlety, které budou klientům přinášet nejen radost, ale i vzpomínky na jejich vlastní životní příběhy.

Za ergotým, Bc. Petra Válková





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



## **BAREVNÁ CESTA SVĚTEM TANCE, HUDBY A TRADIC**

V úterý 12. srpna se opět po roce náš Domov Sluníčko proměnil v místo plné hudby, tance a setkání v rámci festivalu „Folklor bez hranic“. Již tradičně nám toto vystoupení přineslo srpnovou dávku světových tradic a kultury.





## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Celou akci spolukomentoval ředitel festivalu p. Lukáš Pavlík, který diváky provázel nejen milým slovem, ale i zajímavými postřehy o jednotlivých souborech.





## Domov Sluníčko Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Jako první se našim klientům a hostům představily tři soubory z Chorvatské menšiny, které potěšily nejen tancem, ale i českými písněmi jako např. „ŠKODA LÁSKY“.

Poté vystoupil soubor z Francie konkrétně z místa LES LANDES. Tento soubor byl přehlídkou lidového umění ve výškách a to doslova, jelikož část vystoupení probíhalo na chůdách, a to v nás všech vyvolalo obdiv a úžas zároveň.



Na závěr folklorní podívanou předvedl soubor KAWSAŇAN z dalekého Ekvádoru, který do Sluníčka zamířil přímo z letiště. Jejich kroje byly barevné, hřejivé na oko i na duši. Jejich vystoupení bylo nejdelší, ztvárňující určitý příběh. Potleskem nikdo z nás nešetřil!

Atmosféra byla nejprve plná očekávání, poté se proměnila v radost, povzbuzování potleskem a zpěv.

Oslava folkloru tak byla plná radosti, zpěvu a vzájemného setkání. Folklor bez hranic nám opět ukázal, že překračuje hranice států napříč kulturními tradicemi a generacemi.

Již nyní se těšíme na příští rok a tím pádem na další zajímavé soubory a krásná vystoupení.

Za ergotým Bc. Martina Černá



## Domov Sluníčko Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

### SLADKÉ DOPOLEDNE V ROTSCHIELDOVĚ CUKRÁRNĚ

Ve středu 20. srpna jsme se s klienty vydali na výlet do vyhlášené Rotschioldovy cukrárny v Šilheřovicích. A že jde o místo opravdu proslavené, potvrdili hned sami klienti – sotva jim byly na stůl přineseny voňavé kávy a krásně naaranžované zákusky, nedokázali nad tou dobrotou jen nečinně sedět. Ještě než jsme stihli vzít do ruky fotoaparáty, z většiny talířků už zůstaly jen drobečky.





K příjemné atmosféře přispělo i počasí, které nám dopřalo posezení na zahrádce cukrárny. O letní náladu se postaraly i poletující vosy, které by také rády ochutnaly, avšak klienti si své dobroty pečlivě uhlídali.

K poledni jsme se vraceli zpět do domova – s pocitem, že den byl sladký nejen díky zákuskům, ale především díky společně stráveným chvílím. Klienti byli spokojení a nadšení z výletu a určitě si tuto návštěvu budou ještě dlouho pamatovat.

Za ergotým Bc. Petra Válková

## **HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ PANA BRONISLAVA WALKA**

V úterý 26. srpna do domova Sluníčko zavítal pan Walek. Všestranný hudebník a zpěvák předvedl našim seniorům úžasné vystoupení, které začalo hrou na kytaru a zpěvem. Písničky byly z počátku lidové, rytmické a strhující k tanci, jako např. „Ešče som sa neoženil“, „Na tu svatů Katerinu“ a další.

V průběhu vystoupení zazněly však také písničky našich starších popových zpěváků, a sice: „Měla vlasy samou loknu“ nebo „Ta naše písnička česká“. Aby se klientům neomrzela hra na kytaru, vyměnil pan Walek v polovině vystoupení hudební nástroj a z akordeónu zazněly nejen další lidovky, ale také „Lapaloma“, kdy byl zpěv nahrazen foukací harmonikou.



Zúčastnění si také zavzpomínali na dětství a první písničky, které se sami jako děti naučili. K těm dětským písním patřily např.: „Kočka leze dírou“, „Pec nám spadla“ nebo „Já mám koně, vraný koně“.



## Domov Sluníčko Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice



V průběhu vystoupení byl panu Walkovi největší odměnou nejen potlesk klientů, ale také to, když si zazpívali s ním.

Za ergotým Hana Dudová, DiS.

### VÝLET ZA TVARŮŽKY DO VŘESINY

Ve čtvrtek 28. srpna jsme se s klienty v odpoledních hodinách vydali domovským autem do nedaleké Vřesiny. Cílem nebylo nic jiného než tradiční zastávka u vyhlášených tvarůžků, na které se těšíme každý rok. Není tedy divu, že zájemci o tuto oblíbenou pochoutku okamžitě zaplnili všechna místa v autě.





## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Každý z klientů si dopřál porci tvarůžků a k nim podle chuti i něco dobrého k zapití. Atmosféra byla velmi veselá – povídalo se, vzpomínalo a nechyběl ani smích. Společné chvíle jsme si všichni opravdu vychutnali.



Do domova jsme se vraceli spokojení, s dobrou náladou a s příjemným pocitem, že i zdánlivě malý výlet dokáže udělat velkou radost.

Za ergotým, Bc. Petra Válková



## **SENIORI Z DOMOVA SLUNÍČKO S RADOSTÍ TVOŘÍ V ATELIÉRU DOBRÝCH NÁPADŮ**

V Domově Sluníčko není o tvořivost nouze. Místní senioři denně docházejí do Ateliéru dobrých nápadů, kde tráví příjemné chvíle při ručních pracích, zejména pletení. Tato aktivita se stala nedílnou součástí jejich každodenního života a přináší jim nejen radost z tvoření, ale i pocit sounáležitosti a užitečnosti.

V ateliéru panuje přátelská a inspirativní atmosféra. U šálku dobré kávy si senioři rádi popovídají, zavzpomínají, ale i vyměňují nápady na nové výrobky. Každý zde nachází prostor pro svou kreativitu – někteří rádi pletou šály, jiní zase háčkují, nebo se pouští do výroby ozdob a dekorací.



Zvláštní pozornost si zaslouží dvě klientky, které společně vytvořily nádherný komplet – elegantní pelerínu a ladící čelenku. Jejich práce je nejen krásná na pohled, ale i důkazem šikovnosti, trpělivosti a týmové spolupráce – viz. příložená fotografie. Stejně tak však i ostatní klienti dokazují svou zručnost a šikovnost – jejich výrobky jsou rozmanité a vždy tvořené s velkým nadšením.



## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Výrobky, které v Ateliéru dobrých nápadů vznikají, často potěší nejen samotné tvůrce, ale i jejich blízké nebo návštěvníky domova. Tato činnost má hluboký význam – rozvíjí jemnou motoriku, posiluje paměť a přináší radost z dobře odvedené práce.



Ateliér tak není jen místem tvoření, ale i prostorem, kde vznikají nová přátelství, kde se sdílejí zkušenosti a kde každý den přináší něco nového a krásného. V Domově Sluníčko je zkrátka pořád veselo a inspirace tu opravdu nechybí.

Za ergotým  
Šárka Tylková, DiS.





## **POUŤ DOMOVŮ, HOSPICŮ A NEMOCNÝCH KE SVATÉ TEREZII Z KALKATY**

Dne 3. září 2025 jsme společně s našimi klienty navštívili farnost v Ostravě-Zábřehu, kde se konala Pout' domovů, hospiců a nemocných ke cti svaté Terezie z Kalkaty.

Celý den se nesl ve slavnostní a přátelské atmosféře. Vrcholem byla mše svatá, které se zúčastnili naši klienti i zaměstnanci Domova Sluníčko, kteří jim byli nablízku a poskytli potřebný doprovod, ale také jiné domovy. Bohoslužba byla pro všechny velmi silným a povzbudivým zážitkem a v srdcích účastníků zanechala hluboký dojem.

Po skončení mše jsme byli pozváni do pastorační místnosti, kde na nás čekalo příjemné posezení. U kávy a koláčku jsme si mohli popovídat, sdílet dojmy a užít si společně chvíle radosti i klidu.

Celá pout' byla krásnou příležitostí k duchovnímu načerpání i k prohloubení vzájemného společenství. Klienti i zaměstnanci odjížděli domů naplnění vděčností a radostí z dobře prožitého dne.



Za ergotým Silvie Knoppová



## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice



### **PŘEJEME VŠEM JUBILANTŮM VŠECHNO NEJLEPŠÍ!**

Ve čtvrtek 4. září se společenský sál Domova Sluníčko zaplnil slavnostní atmosférou. Už od deváté hodiny se začali scházet klienti i hosté, aby společně prožili dopoledne věnované našim oslavencům – jubilantům. Přesně v 9:30 slavnost oficiálně začala.





## Domov Sluníčko

Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Úvodního slova se ujal pan ředitel Mgr. Marek Tejzr, MBA. Jeho přání vycházející od srdce potěšilo všechny přítomné a vytvořilo příjemnou, vřelou atmosféru. Po něm se ke gratulacím přidal také starosta městské části Ostrava-Vítkovice pan Richard Čermák, který přišel spolu s paní matrikářkou p. Pacnerovou. Oba přinesli nejen slova blahopřání, ale také upřímný lidský přístup, který naši klienti velmi ocenili.

Oslava jubileí byla nejen o gratulacích, ale také o radosti z maličností. Každý z našich jubilantů dostal kosmetický balíček. A protože k oslavám patří hudba, nechyběl ani hudební dárek.

Pan Libor Pavel společně se svým kolegou se postarali o nezapomenutelný kulturní zážitek – jejich vystoupení rozproudilo dobrou náladu a zejména kolegův zajímavý a výrazný hlas zanechal ve všech silný dojem. Sálem zněly písně p. Jiřího Suchého a klienti tleskali do rytmu.





A co by to bylo za oslavu bez občerstvení? Na stolech se objevily voňavé koláčky a čerstvá káva, které vykouzly úsměvy na tvářích klientů a přispěly k celkové pohodě. Bylo krásné sledovat, jak se v očích našich seniorů objevuje radost, vděčnost a někdy i dojetí.

Celé dopoledne se neslo v duchu pohody, přátelských rozhovorů a srdečných setkání. Oslava jubilantů v Domově Sluníčko nebyla jen formální událostí, ale především chvílí, kdy se všichni cítili důležití, vážení a obklopení pozorností. A právě to je největší dar, který si z tohoto dne odnášíme – vědomí, že i malé gesto dokáže přinést velkou radost.

Za ergotým Bc. Martina Černá

## **ZAHRADNÍ SLAVNOST V DOMOVĚ IRIS**

Dne 4. září 2025 jsme byli pozváni na Zahradní slavnost do Domova Iris v Ostravě-Mariánských Horách. Na akci jsme se vypravili se čtyřmi klienty a dopravu nám ochotně zajistil pan ředitel.

Po příjezdu nás čekal bohatý program, který si všichni velmi užili. Klienti měli možnost shlédnout vystoupení Dětského souboru Heleny Salichové, které vykouzlo na tvářích úsměvy a navodilo slavnostní atmosféru. Velkým zážitkem byla také sokolnická show, která sklídila velký obdiv. Někteří klienti si dokonce mohli pohladit krásnou sovu, což pro ně byl nevšední zážitek.





## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice



O příjemné občerstvení bylo rovněž postaráno. Klienti si pochutnali na zmrzlině a osvěžili se kofolou. Byla možnost dát si i opečený buřt, ale tu tentokrát naši klienti nevyužili.

Celé odpoledne se neslo ve velmi přátelské atmosféře. Přispělo k tomu i krásné počasí, které celé akci přálo. Klienti byli spokojeni, odjížděli s úsměvem a rádi, že se tohoto výletu mohli zúčastnit.



Za ergotým Tylková Šárka, DiS.



## PROJEKT „DŮM PLNÝ ŽIVOTA“

V rámci projektu Domov plný života jsme obdrželi nabídku přihlásit se do soutěže ZAHRADA SNŮ 2025, která letos nese podtitul „Cesta slunce“. Soutěž vyhláší společnost DTO CZ, s. r. o. Jejím cílem je ocenit práci a výtvarná díla, jež podporují znovuzapojování seniorů do různých volnočasových aktivit.

Také v našem Domově Sluníčko klademe velký důraz na volnočasové činnosti. V oblasti rukodělných aktivit mohou klienti pravidelně navštěvovat Sluníčkovou klubovnu nebo Ateliér dobrých nápadů. Právě jejich zručnost, výtvarné cítění a také zdravá soutěživost našich klientů (i zaměstnanců) nás motivovaly k tomu, abychom se do soutěže opět oficiálně přihlásili.

Děkuji všem klientům, kteří do toho „jdou“ s námi, i těm, kteří nám drží palce.



## NÁVŠTĚVA OSLAV DOMOVA POD VINNOU HOROU

V úterý 9. září jsme s klienty našeho Domova Sluníčko přijali milé pozvání na oslavu 20. výročí Domova pod Vinnou horou. Bylo nám velkou ctí se této slavnostní události zúčastnit a společně sdílet radostnou atmosféru.



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

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Program byl opravdu pestrý a každý si přišel na své. Oslavy byly zahájeny slavnostní mší, která dodala celé akci důstojný rámec. Velkým zážitkem bylo vystoupení umělce v roli Elvise Presleyho, jehož hudba roztleskala i rozzpívala celé publikum. Nechyběla ani možnost zatočit si kolem štěstí, které přineslo mnohá překvapení.

Hosté i účastníci si mohli pochutnat na bohatém občerstvení, které potěšilo všechny milovníky dobrého jídla. Velké uznání patří i samotným klientům Domova pod Vinnou horou, kteří si připravili originální vystoupení inspirované legendární Tour de France – sklidili zasloužený potlesk.

Jsme vděční, že jsme mohli být součástí tohoto významného jubilea a odvážíme si nejen krásné zážitky, ale i pocit sounáležitosti mezi domovy a dářečky.

Za ergotým, Bc. Petra Válková





# Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice





## DOMOV PRO SENIORY

### ÚSEK A1

Pravidelně 2x ročně probíhá úseková schůzka s klienty a vedením domova. Ta druhá v tomto roce proběhla 2. července v odpoledních hodinách na jídelně úseku A1. Schůzky se účastnili: ředitel Mgr. Tejzr, MBA, vedoucí útvaru sociální a přímé péče Mgr. Dvořáková, DiS., za zdravotní útvar Mgr. et Bc. Čočková, koordinátorka paliativní péče Mgr. Gojová, DiS., nutriční terapeutka p. Krčmářová a vedoucí úseku Mgr. Šamajová.

Pan ředitel pozdravil klienty, zodpověděl dotazy týkající se ztráty ošacení, klienti se dotazovali na nedostatek personálu, zdůvodňoval obsazenost pracovních pozic, výměnu nábytku, práce na venkovním výtahu.

P. Dvořáková se dotazovala u klientů na spokojenost se službou kadeřnice a pedikérky.

P. Čočková předává informace o nové úsekové sestře, doporučuje dodržovat pitný režim, vysoké teploty, odůvodňuje personální obsazenost zdravotních sester.

P. Gojová uskutečnila pietní rozloučení s klientem p. Kráčmarem.

P. Krčmářová – předala informace k stravovacímu provozu, zodpověděla dotazy klientů. Změna diety za jakých podmínek.



Vedoucí úseku předala informace o chodu úseku, personálním složení, popřála krásné letní měsíce, bez újmy na zdraví.



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

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Klienti dostali v průběhu schůzky malé studené občerstvení, které pro ně připravila koordinátorka, moc si jej pochvalovali. Všichni odcházeli spokojeni, informací bylo dostatek.

Zapsala: Mgr. Šamajová, úsek A1



### **ČESKÁ TELEVIZE**

3.7.2025 navštívila Domov Sluníčko Česká televize. Redaktorka Pavla Daňková si vybrala naší klientku p. Jiřinu Kovářovou k rozhovoru na téma: „Zvýšení důchodu, které by se mělo v příštím roce navýšit o více než 600,- Kč“. Paní Kovářová se vyjádřila na kameru se svým názorem na tuto problematiku, která tíží většinu seniorů. Celá reportáž byla k vidění 6.7.2025 v 19.00 v hlavních večerních zprávách Událostí na programu ČT 1.

Mgr. Šamajová, úsek A1

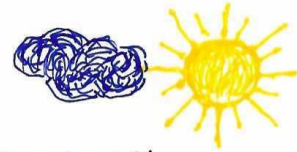
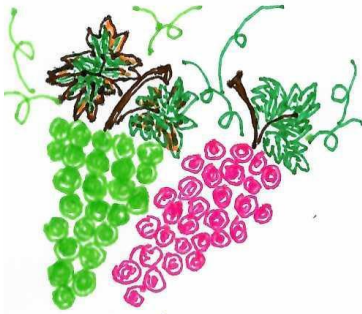




# Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

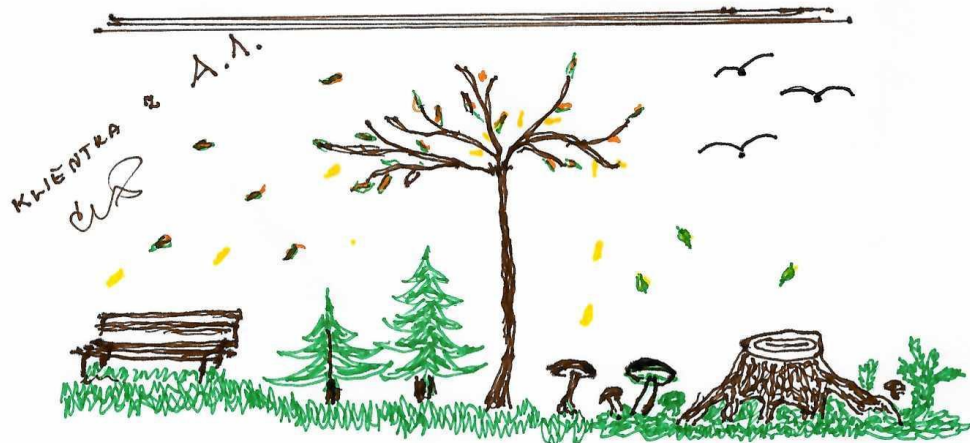
se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice



PODZIM VE SLUNÍČKU! R.2025.



PODZIME, PODZIME, UŽ TĚ TADY VIDÍME!  
LISTÍ ŽLOUTNE, POLETUJE, PO SAHRADE VÍTR DUJE,  
TAMHLE V TRÁVĚ ROSTOU HUBY, OZVALY SE NÁŠE KLOUBY  
UŽ JE SAKRA CÍTI ME.  
ALE MY SE NEBOJÍME, VŠECHNU BOLEST POKDRÍME,  
Z DEPRESEMA ZATDÍME, SVUJE KLOUBY PROCVÍČÍME,  
ALE MY SE NEDÁME, VŠECNUY TRABLE ZDOLÁME.  
NAVĚTIVÍME KLUBOVNU (KTEROU CHLĚB SE ROZHODNI,  
JE TOHO TU ZHUSTA KAŽDÝ, PODLE GUSTAI,  
JE TOHO TU DOST, VŠEM NAM PRO RADOŠT.  
A KDYŽ SLUNCE SVÍTÍ, TAK SI ZAJDEM DO PARKU,  
NACERPÁME ENERGIE, VŽDYT V PŘÍRODĚ, TAM TO ŽÍVE.  
NEBUDEME PŘECE PLAKAT, YAKO MALE DĚTI,  
NEDÁME SE, ZATNEM ZUBY (VĚTŠINA TY TŘETÍ)  
ČAS NAM BĚŽÍ, SVĚT SE TOČÍ, NEZAVÍREJME SVĚ OČI,  
ZAJÍMEJME SE V DĚNÍ VE SVĚTĚ,  
JE TU MNOHO HEZKÝCH VĚCÍ, STOJÍ ZA TO ZNÁT VE PŘECI,  
ABY NAM NIC NEUNIKLO, ČO TU ZA NÁŠ POBYT VZNIKLO.  
UTÍKÁ TO UTÍKÁ, DNY SE ŽENOU YAKO VOJA  
MY ŘÍKÁME "JE TO ŽKODÁ", ŽE NAM ROKŮ PŘIBYLO,  
PROTO NA NIC NEŽEKEME, ALE HLAVNĚ VŠICHNI DBEJME  
ABY SE NAM VE-SLUNÍČKU- ŠTALÉ DOBŘĚ DARILO!  
NEBUDE TO DLUHO TRVAT, JÁME ZBOHEM PODZIMU,  
A NAM NEZBUDE NIC YINĚ. NEŽ SE CHYSTAT NA ZIMU.





## ÚSEK A2

Máme tady opět měsíc září a tím také přechod z léta do podzimu. Je to pro mnohé z nás náročným obdobím. Slunečné a dlouhé dny se zkracují, teploty klesají a najednou cítíme, že energie, kterou jsme si během léta nabrali, může rychle ubývat. Změna ročního období ovlivňuje nejen naši náladu, ale i naše tělo a celkovou pohodu.

Využijte toto období k péči o sebe a k vytvoření návyků, které vám pomohou udržet si zdraví a pohodu po celý rok.

Vedoucí úseku Adéla Fůsová, DiS.

## **FOLKLÓR BEZ HRANIC VE SLUNÍČKU**

V týdnu od 11-15. 8. se konal v Ostravě známý folklór bez hranic, jehož základem je zahraniční i česká kultura z různých koutů světa.



K nám do Sluníčka v úterý 12.8. v dopoledních hodinách zavítal soubor z Ekvádoru, tento soubor zaujal všechny klienty a rodinné příbuzné svou živostí, rozmanitostí a působivým šarmem.



Dalším souborem byla Francie s unikátní tradicí tance na chůdách. Opět to uchvátilo cele publikum a za to byli odměněni velkým srdečným potleskem. Bylo krásné slunečné počasí a klienti si mohli užít společenské dopoledne ve Sluníčku. Už teď se můžeme těšit na další ročník.

Vedoucí úseku Adéla Fůsová, DiS.

## NAŠI JUBILANTI

V našem domově dne 4. 9. byla uspořádána hromadná narozeninová oslava pro všechny klienty, kteří slavili své narozeniny v období od ledna do června tohoto roku. Organizaci akce si vzaly na starost pracovnice ergo týmu společně s vedením domova.

Naši klienti se na slavnost pečlivě připravili – oblékli se do svátečního oděvu a s radostí zamířili do společenského sálu, kde na ně čekalo příjemné dopoledne. Připraveno bylo chutné pohoštění v podobě koláčů, kávy a ochucené vody.



## Domov Sluníčko Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Úvodní slovo patřilo panu řediteli domova, který všem oslavencům pogrataloval a společně s ostatními z týmu jim předali dárkový balíček s kosmetikou. Poté se ke gratulacím připojil také pan starosta Vítkovic se svou zástupkyní, kteří popřáli našim klientům pevné zdraví a spokojenost do dalších let.

O kulturní zpestření se postaralo duo muzikantů, které svými písněmi potěšilo všechny přítomné a připomnělo jim známé šlágry autorů Jiřího Šlitra a Jiřího Suchého. Atmosféra byla velmi radostná a plná společného zpěvu i úsměvů.



Klienti strávili krásné dopoledne ve společnosti přátel a všichni si oslavu velmi užili. Velké poděkování patří celému týmu pracovníků, kteří akci s láskou připravili a postarali se o příjemný průběh celého setkání.

Koordinátor A2 - Šárka Bartošovičová

### **NAROZENINY (JUBILEA) – NA ÚSEKU A2:**

Dne 28.7.2025 oslavila své životní jubileum - 95 let paní Květoslava Langrová. Svůj výjimečný den oslavila klientka v kruhu své rodiny ve společenském sále Domova Sluníčko.

Paní Květoslavě tímto přejeme mnoho zdraví, lásky a spokojenosti do dalších let. Ať se humor nevytrácí a má stále úsměv na tváři.

Přeje celý pracovní tým A2.

Vedoucí úseku Adéla Fůsová, DiS.



## **Domov Sluníčko** **Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace**

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Dne 26.8.2025 klientka p. Vlasta Gřešková oslavila krásných 95 let. V den narozenin přišla pogratulovat vedoucí úseku Adéla Fůsová, DiS., společně s koordinátorkou p. Šárkou Bartošovičovou a úsekovou sestrou p. Bc. Světlanou Valáškovou a samozřejmě se přidala vedoucí útvaru sociální a přímé péče p. Mgr. Tereza Dvořáková, DiS.



Klientka byla obdarována krásnou kyticí a přáníčkem, které bylo podepsáno personálem. Přejeme pevné zdraví, štěstí, spokojenost do dalších let.

Rodinnou oslavu si v daný den prožila v krásném prostředí domova Sluníčko dole pod pergolou úseku A2. Rodina si pro klientku připravila pohoštění v podobě chlebíčků, domácí marmelády a jiných pochutin, které má p. Vlasta ráda. Oslavu si náramně užila.

Vedoucí úseku Adéla Fůsová, DiS.



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

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice





## DOMOV SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM

### ÚSEK B1

#### **80. NAROZENINY**

Pan Jaromír Drozdek z úseku B1 oslavil dne 8. srpna své životní jubileum, krásných 80. let.

Pan Jarek pochází z Ostravy, vyrůstal s nevlastní sestrou v Ostravě Hrabůvce, kde také navštěvoval ZŠ v Hrabůvce následně pak SŠ. Vyučil se zámečníkem. Po vyučení pokračoval na SPŠ strojní a tento obor ukončil maturitou. Začal pracovat jako technik a následně absolvoval základní vojenskou službu na Slovensku v Liptovském Mikuláši. Před vojnou se stihnul oženit, z manželství se narodily dvě dcery. Po vojně pak pracoval na dole mimo jiného jako důlní pracovník, revírník, květinář. Manželství nevydrželo, se svojí družkou také zvládnul vázání věnců na dušičky a Vánoce. Dříve pan Jarek ve volném čase sportoval – hrál míčové hry, atletiku – běh 100 m a mu šla koule. Ve svém volném čase rád sleduje TV pořady o přírodě, zajímá se o politiku a sleduje sportovní utíkání. Čte Rytmus života, Blesk, noviny Právo. Má 3 vnoučata.





## Domov Sluníčko

Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Oslava jubilanta proběhla dle přání v komornějším duchu, kdy pečovatelky, zdravotní sestřička, zastupující vedoucí p. Závodná a vedoucí zdravotníků p. Čočková společně popřáli a přitukli panu Jarkovi na jeho jednolůžkovém pokoji. Nechyběla ani rodinná oslava a sváteční oběd v nedalekém zámečku.

Dovolte mi touto cestou ještě jednou panu Jarkovi popřát pevné zdraví a ještě mnoho sluníčkových dní v našem Sluníčku.

Bc. Petra Vránová, DiS.

### JUBILANT OSLAVIL 95. LET

Klient pan Dušánek, jak si přál oslovovat, oslavil 8. srpna 2025 své úctyhodné 95. narozeniny. Pan Dušánek pocházel ze dvou dětí, měl starší sestru. V mládí po ZŠ vystudoval obchodní školu, s ukončeným výučním listem a od 16 let nastoupil do rodinného obchodu, později si udělal řidičský průkaz a začal rozvážet zboží z obchodu. Následně pracoval jako inspektor, a po práci nastoupil na 2 roky na vojenský výcvik. Pracoval pro obchod Brouk a Babka.





## **Domov Sluníčko** **Ostrava-Vítkovice, příspěvková organizace**

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

Z manželství má dceru a syna. Jeho koníčkem byla jízda autem, zajímal se o mince, čtení historických knih, přírodu, turistiku - Beskydy a oblíbenou Lysou Horu, na kterou vylezl nespočítaně.

Ke gratulantům se připojila dcera, která přicestovala z Prahy a syn Martin dále vedoucí služeb a zástupce ředitele paní Mgr. Dvořáková, DiS., zastupující vedoucí paní Bc. Pištáčková, DiS., zdravotník paní Kostelňáková, koordinátorka p. Staňková a pečující. Vždy galantní a skromný pan Dušánek si tuto událost užíval a vykouznil i tentokrát na tváři svůj milý úsměv.

Bc. Petra Vránová, DiS.



### **VELKÁ SLÁVA VE SLUNÍČKU**

U příležitosti 25. výročí vzniku DS Sluníčko se konala 20. června v zahradě domova velká zahradní slavnost pro klienty, zaměstnance, rodiny, hosty, donátory. Počasí objednané, program pestrý, občerstvení bohaté – s láskou uvařený výborný nefalšovaný gulášek, koláčky a jiné dobroty. Jednou z vystupujících této velké slávy byla také sympatická rodačka, zpěvačka z nedalekého Frýdku-Místku Kaczi (vlastním jménem Kateřina Kouláková). Kaczi je písničkářka, hudební skladatelka, textařka a multiinstrumentalistka. Díky albu „Nahá“ získala nominaci na Cenu Anděl v kategorii Zpěvačka roku. Mimo jiné zkušenosti sbírala hraním na ulicích velkých evropských měst nebo v Japonsku.



## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Všechny přítomné velké zahradní slavnosti potěšila energická zpěvačka nejen zpěvem a hrou na akordeon, ale také ochotou se společně s klienty vyfotografovat.

Tímto děkujeme vedení Domova Sluníčko za tuto jistě náročnou přípravu, koordinaci a celou organizaci této významné události - milníku Domova Sluníčko.

Popřejme domovu Sluníčko do dalších let mnoho sluníčkových dní, spokojené klienty i rodiny a především usměvavé zaměstnance v péči o milé, ale náročné klienty.

Bc. Petra Vránová, DiS.





## ÚSEK B2

### **RELAXACE KLIENTŮ**

Terasa na našem úseku se v pěkných letních dnech stala příjemným místem, kde klienti trávili svůj volný čas. O rostliny a bylinky na terase společně s personálem pečovali i někteří klienti. Měli radost z toho, že mohou být svou pomocí užiteční. Pro osvěžení klientů v teplých dnech přidávaly pečovatelky do skleněných džbánů s vodou, citrónem a pomerančem citrónovou mátu a levanduli, kterou vypěstovaly v truhlících na terase. Aktivizační pracovnice paní Martina a paní Pavla připravovaly pro klienty na terase aktivity, díky kterým si mohli procvičit paměť a díky jednoduchým cvikům procvičit i své tělo. Personálu se podařilo vyvézt na terasu i s lůžkem klientku v paliativní péči. Bylo na ní vidět, že je spokojená a užívá si pohled na přírodu okolního parku a příjemné paprsky sluníčka.

Bc. Lenka Závodná, DiS.

### **NÁVŠTĚVA FARNÍHO KOSTELA V OSTRAVĚ-ZÁBŘEHU**

Ve středu 3. září 2025 se 9 klientů Domova Sluníčko zúčastnilo mše, která se sloužila ve Farním Kostele Svatého Ducha v Ostravě-Zábřehu. Na společné setkání, které zorganizovala sestra Františka Kroupová, byli pozváni klienti pobytových služeb spadajících do této farnosti. Jedná se o Domov Sluníčko, Alzheimer Home, Domov Na Výminku, Domov Lada, Domov Korýtko, Domov Čujkovova a Domov Ledax. Z našeho úseku se bohoslužby se svatým přijímáním zúčastnila paní Zdeňka Pelantová a paní Margitka Kucerová. Pro obě klientky to hodně znamenalo, protože už velmi dlouho kostel nenavštívily. Na závěr mše byli všichni klienti i s jejich doprovody pozváni panem farářem do zázemí pastorační místnosti, kde pro ně bylo připraveno malé občerstvení v podobě kávy a domácích koláčů a šátečků.

Bc. Lenka Závodná, DiS.



## TEAMBUILDING V RESORTU TĚRLICKO

V rámci společného setkání zaměstnanců Domova Sluníčko organizovaného vedoucí útvaru sociální a přímé péče Mgr. Terezou Dvořákovou, DiS. a vedoucí zdravotního úseku Mgr. et Bc. Zdeňkou Čočkovou se 8. 9. a 9. 9. 2025 tým úseku B1 pod vedením paní Bc. Petry Vránové, DiS. a tým úseku B2 pod vedením paní Bc. Lenky Závodné, DiS. zúčastnil teambuildingu v Resortu Těrlicko. Dopolední program byl v rámci vzdělávacích aktivit pro pracovníky přímé péče a sociální pracovníky zaměřen na téma Individuální plánování klientů v pobytových službách, Polohování a



prevence vzniku dekubitů a Syndrom vyhoření. Pro zpestření volného času a stmelení kolektivu připravila paní Tereza a paní Zdeňka pro účastníky „bojovku“ Hra o přežití. Aktivita probíhala v zalesněném prostředí u vodní nádrže. Jejím smyslem bylo plnit ve dvou skupinách zadané úkoly „při ztroskotání v divočině.“ Všichni účastníci si při plnění úkolů dokázali

poradit, spolupracovali mezi sebou, hráli fair play a přirozená rivalita byla výzvou při plnění úkolů. Večer při vyhlášení vítěze bylo organizátory řečeno, že obě skupiny vyhrály. Za obě skupiny převzaly jejich vedoucí jako odměnu šampaňské a bonboniéru. Společná sportovní aktivita i večerní posezení na terase restaurace



## Domov Sluníčko

Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

u přehrady vytvořily příjemné a přátelské prostředí. Ani silná bouřka s kroupami, která se pozdě večer nečekaně přihnala nad přehradu, nikomu nezkazila dobrou náladu.

Bc. Lenka Závodná, DiS.





# **Domov Sluníčko**

**Ostrava-Vitkovice, příspěvková organizace**

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice





## ÚSEK B3

### VÝLET DO LÁZEŇSKÉ KAVÁRNY V KLIMKOVICÍCH

Ve středu 16. července jsme s klienty z úseku B3 vyrazili na oblíbený výlet – tentokrát do lázeňské kavárny v Klimkovicích. Tato krásná destinace nás ještě nikdy nezklamala a nezklamala ani tentokrát.



Díky domovskému autu jsme pohodlně dorazili přímo ke kavárně, kde jsme se usadili a užívali si příjemného dopoledne. Klienti si vybírali z nabídky voňavé kávy a lahodných zákusků. Spokojenost byla znát nejen na prázdných talířcích, ale hlavně na spokojených tvářích.

Po posezení následovala procházka vnitřním lázeňským areálem. Místní občůdky nás nejen lákaly k prohlížení, ale jedna z klientek neodolala – a kromě zážitků si odnesla i krásné nové šaty, které si s radostí oblékla už na zpáteční cestu.





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

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vitkovice

Výlet jsme zakončili příjemnou procházkou lázeňským parkem, jehož zeleň a klidná atmosféra nám připomněla naši domovskou zahradu. Do domova jsme se vrátili právě včas na oběd – příjemně unavení, ale především plní krásných dojmů z hezky stráveného dopoledne.

Za úsek B3 aktivizační pracovnice, Bc. Petra Válková





## ÚSEK B4

### **NOVÍ ZVÍŘECÍ KAMARÁDI NA B4**

Do našeho domova zavítala před nedávnem dvojice veselých andulek – jedna žlutá a druhá modrá. Klec pro ně darovala jedna z našich pečovatelek, druhá se pak postarala o zakoupení samotných andulek.

Společně také klec pěkně zařídily a vyzdobily hračkami, aby se v ní ptáčci cítili co nejlépe.

Naše andulky se rychle zabydlely a každým dnem nám dělají radost. Klienti domova rádi posedávají u jejich klece, pozorují jejich dovádění a těší se z jejich přítomnosti. Nejvíce se u andulek zastavují některé naše klientky, které je chodí pravidelně navštěvovat každé odpoledne.

Velkou radost měli klienti také z možnosti navrhnout jména pro naše nové opeřené kamarády. A tak už dnes žlutou andulku známe jako Žanetku a modrou jako Amálku. Díky tomu si k nim všichni našli ještě bližší vztah.



Nové kamarádky přinášejí do našeho domova radost, klid i příjemné zpestření všedních dnů. Věříme, že nám budou dělat společnost ještě dlouhou dobu, a že si u nich každý z nás najde chvíli k odpočinku a úsměvu.

Autor: Markéta Kuriaková



## PALIATIVNÍ PÉČE

Přemýšleli jste někdy o konci svého života? Co byste si přáli? Chtěli byste bojovat o život do posledního okamžiku všemi dostupnými prostředky, nebo byste dali přednost péči, která sice neřeší vlastní podstatu onemocnění, ale která se bude snažit co nejvíce zmírnit bolest a další obtíže? Jak to udělat, aby vaše přání bylo respektováno? A je to vůbec možné?

Je to možné díky paliativní péči. Jejím cílem není vyléčit, ale tišit bolest, mírnit tělesné a duševní utrpení a zachovávat důstojnost člověka. Klade důraz na kvalitu



zbývajícího života. Spolu s péčí o tělo se tedy pozornost věnuje i potřebám duševním, sociálním a duchovním.

Péči poskytuje multidisciplinární tým, který tvoří lékař, zdravotní sestra, duchovní a sociální pracovník.

Lze jej rozšířit i o pečovatele, poradce pro pozůstalé, dobrovolníky.

Paliativní péče v Domově Sluníčko prošla dvouletým programem nadačního fondu Abakus. Projekt Abakus v prosinci 2024 skončil, my však stále v přístupu paliativní péče pokračujeme a snažíme se péči o naše klienty zlepšovat a zdokonalovat.

Pravidelně se schází multidisciplinární tým, který neustále hledá podněty, nápady, jak péči o klienty rozšířit a vylepšit. Dále probíhá každý měsíc hodnocení nastavené péče u paliativních klientů s vedoucími úseků, personálem a zdravotníky. Průběžně probíhají rodinné konference, kde se nastavuje klient do paliativního přístupu dle přání a potřeb klienta, případně rodiny. Pravidelně se



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

---

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

vedou statistiky klientů nastavených v paliativní péči v našem domově. Nově příchozí klienti jsou s paliativní péčí průběžně seznamováni.

Jako koordinátor paliativní péče navštěvuji různá školení, konference a kurzy. V měsíci září mě čeká kurz Bazální stimulace. Mimo jiné i v tomto měsíci proběhne moje školení zdravotníků, pracovníků v přímé péči a vedoucích úseků na téma Základy paliativní péče v Domově Sluníčko. V říjnu mě čeká kurz Podpora duše. V listopadu proběhne „Vzpomínkový odpolední čaj“ pro rodiny, příbuzné a blízké.

V současné době máme nastavenou péči s paliativními prvky u 9 klientů jak na DS, tak na DZR.

"Paliativní péče je přístup zaměřený na zvyšování kvality života klientů a jejich rodin. Prvky paliativní péče využíváme po celou dobu života seniora v domově. Právě kvalita života seniora je pro nás alfou i omegou péče.

Zapsala koordinátorka paliativní péče

Mgr. Nikola Gojová, DiS.



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

se sídlem Syllabova 19, Ostrava-Vítkovice

**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, Monika Neuwirthová, DiS.**

**Čtvrtletník, vydáno dne 1.10.2025**

**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.**

