

Sluneční paprsek

01/2026



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

vstupujeme do nového roku 2026 a všem klientům, zaměstnancům a rodinným příslušníkům přeji pevné zdraví a osobní pohodu.

Nyní bych se rád ohlédl za rokem 2025, který byl opět extrémně náročný. Byl to rok auditů a kontrol, které potvrdily profesionalitu a odbornost naší organizace. Děkuji všem zaměstnancům napříč všemi úseky a útvary. Zde se potvrdilo, že jsme tím zaměstnanců, kteří umí pracovat pod tlakem a také v nouzovém režimu, kdy jste byli často oslabeni nedostatkem pracovníků na směně. A oprávněně tedy můžu konstatovat, že jsem hrdý na naše zaměstnance! Vedení domova po celý rok všem šikovným zaměstnancům průběžně vyplácelo odměny za mimořádný pracovní výkon. Podrobné informace o odměňování pracovníků Vám sdělím na Novoroční schůzi, která se bude konat dne 23. ledna.



O místě konání tentokrát rozhodli naši zaměstnanci ve vyhlášené anketě. Pro Pastorační místnost hlasovalo 47 zaměstnanců, pro sál v Domově Sluníčko 51 zaměstnanců. 55 zaměstnanců se hlasování nezúčastnilo.

Rok 2025 byl rokem jubilejním a po celý rok jsme oslavovali. Myslím, že jsme našim klientům zajistili mnoho zajímavých akcí, výletů a mnoho dalších vystoupení. Nevýznamnější však byl Fajny den, na kterém bylo odhaleno nové logo domova za účasti náměstka primátora pana Pražáka.

Na logu organizace pracoval tým zaměstnanců více než půl roku ve spolupráci s externím designérem panem Kuběnou. Nebylo to jednoduché!

Nové logo propisuje naši strategii organizace, která je založena na modelu Excelence EFQM a dalších důležitých attributech, jako například pocit bezpečí a jistoty našich klientů. Obrázkem – značkou to nekončí, s logem organizace dále systematicky pracujeme.

V roce 2025 jsme našim zaměstnancům jako každý rok dopřáli dvoudenní teambuildingové aktivity. Tentokrát se konaly na Těrlické přehradě. Jsem velmi rád za pozitivní zpětné vazby.

V závěru roku jsme také uspořádali pro zaměstnance zabíjačku u pana Dvorského ve Staré Bělé. I na tuto akci byly pozitivní ohlasy. V těchto akcích budeme v příštím roce nadále pokračovat.

Děkuji sponzorům, kteří nám tyto aktivity zastřešují a pevně věřím, že nás budou podporovat i nadále.

Průběh roku 2025 byl také pro všechny náročný z hlediska oprav a staveb. Zmíním jen to nejdůležitější: dokončení stavby venkovního výtahu, výstavba brány pro HZS, výměny oken, oprava fasád I. etapa, výměna zástěn na úseku A2, výměna linoleí na pokojích úseku A2, oprava kanalizace, pastování podlah na budově A, výměna výtahů za evakuační na obou budovách, výměna obkladů a dlažeb na centrálních koupelnách v budově A, modernizace kanceláře sociálního poradenství a mnoho dalších oprav stavebního charakteru.

Pořízení drobného majetku: obnova židlí a stolů z nehořlavého materiálu, výměna nočních stolků, výměna světelných ramp na pokojích klientů na úseku A2.

Pořízení velkého majetku: stavěcí zvedáky, vakový zvedák, přístroj pro mikrovlnou terapii BTL – 6000, myčky podložních mís, sušička prádla do prádelny, myčka nádobí do jídelny zaměstnanců.

Na rok 2026 připravujeme dokumentaci na revitalizaci našeho parku včetně vybudování nekonečných cest a vodního prvku. Tato akce bude finančně krytá ze 70% z dotací AOPK. Zbývající náklady uhradí náš zřizovatel SMO.

Stále připravujeme podklady pro vybudování fotovoltaické elektrárny – FVE 99 kWp. U tohoto projektu žádáme dotaci ve výši 20% u AIS SFŽP ČR. Bohužel zatím nevíme, zda nás zřizovatel SMO pro rok 2026 v této stavbě podpoří?

A nyní už nechávám prostor své zástupkyni, paní Dvořákové.

Přeji Vám vše dobré.

Váš ředitel

Milé kolegyně, milí kolegové,

každý rok má své tempo, své radosti i chvíle, které nás zkoušejí. Ale teprve na jeho konci si uvědomíme, jak velký kus cesty jsme společně ušli. Dnes, v čase oslav nového roku, bych ráda poděkovala našim trojlístkům jednotlivých úseků. Těmi jsou myšleni vedoucí úseků, úsekové sestry a koordinátoři. Jste těmi, kdo spojují jednotlivé články, drží směr, uklidňují, motivují a každý den dokazují, jak moc záleží na lidskosti. Vaše síla, odhodlání a empatie jsou pro Domov nepostradatelné.

Stejně tak bych chtěla z celého srdce poděkovat všem pracovníkům útvaru sociální a přímé péče za celý uplynulý rok 2025. I když občas nemusíme být ve shodě nebo na stejné vlně učíme se od sebe navzájem. Za mě osobně je velmi důležité, že následně najdeme společnou cestu a děkuji, že tu jste.



OHLÉDNUTÍ ZA ROKEM 2025 – ROKEM, NA KTERÝ MŮŽEME BÝT HRDÍ

Byl to rok plný práce, ale také rok plný důkazů, že společně zvládneme i to, co se na začátku zdálo nedosažitelné:

- Začali jsme první rok přípravy na Nutriční standard – náročné období, které spojilo stravovací a zdravotní úsek a ukázalo, jak dokážeme táhnout za jeden provaz.
- Získali jsme Značku kvality od Asociace poskytovatelů sociálních služeb. Ocenění, které nestojí jen na papíru, ale na Vaší péči, trpělivosti a profesionálním přístupu.
- Společně jsme obhájili certifikát „Pohlad’me umírajícímu tvář“. Paliativní péče je jednou z nejcitlivějších oblastí naší práce – a vy ji poskytujete s úctou, pokorou a srdcem.
- Vzdělávali jsme se intenzivněji než kdy dřív – v manažerských dovednostech, týmové spolupráci, s pomocí supervizí i výměnných stáží.
- Vzniklo nové logo Domova spojené s novými hodnotami a modelem Excellence v naší strategii. Je to symbol, který spojuje naši minulost s budoucností.
- Oslavili jsme 25 let Domova Sluníčko – čtvrt století příběhů, radostí i starostí, které jsme vždy zvládali společně.
- Zlepšilo se propojení personálního oddělení s přímou péčí, zdravotní i sociální oblastí, aby byla podpora zaměstnanců ještě citlivější, dostupnější a bližší.

- Prošli jsme inspekcí kvality – ta nám pomohla získat jistotu, že jdeme správným směrem.
- **A to nejdůležitější** – prošli jsme těžkými časy výpadky a nedostatku pracovníků na všech úsecích – vzájemná pomoc a podpora, kterou jste k sobě měli navzájem byla neocenitelná.

Děkuji vám za každý úsměv, který jste darovali a každou trpělivost, kterou jste v naší náročné práci měli.

Tereza, vedoucí útvaru sociální a přímé péče

Vážení a milí klienti,

dovolte mi ohlédnout se za uplynulým rokem, který byl pro náš zdravotní úsek rokem změn a intenzivní práce. Bylo to období, ve kterém jsme prokázali mimořádnou adaptabilitu a zároveň jsme položili pevné základy pro ještě kvalitnější péči do budoucna.

Během uplynulého roku jsme prošli změnami směnného provozu, kde bylo jednou z nejvýznamnějších změn zrušení odpoledních směn a plné zavedení dvanáctihodinových směn sestrám. Tato změna, ač zpočátku náročná na adaptaci, vede k efektivnějšímu předávání informací, snižuje únavu z častého střídání a umožňuje sestrám věnovat více času v přímé péči. Průběžně pracujeme na přetváření a budování nového kolektivu, který je založen na vzájemném respektu, profesionalitě a sdílené vizi. Věřím, že tento proces posílí naši týmovou soudržnost a pracovní atmosféru. Přivítaly jsme do našich řad novou ambulantní sestru p. Mgr. Květuši Foltovou, která nám bude nápomocna pro efektivnější a rychlejší poskytování ošetrovatelské péče.

I v příštím roce budeme provádět v rámci preventivních opatření očkování našich klientů, a to na chřipku, covid, pneumokoky a jiné. Pokud budete mít zájem, tak v rámci screeningových programů můžete být odesláni naší paní doktorkou na kontrolní gynekologické vyšetření, mamograf (ten se provádí do 80 let), denzitometrii (u žen od 60ti a u mužů od 70ti let) a u mužů (do 69ti let) lze provést krevní test na vyšetření prostaty. Naše paní doktorka nově nabízí klientům i možnost využití léčby léčebným konopím. Blíže můžete nalézt informace na webových stránkách naší paní doktorky Šárky Mostýnové web: mostynovasarka.cz.

Cílem našeho týmu je, aby každý den u nás byl pro vás co nejpříjemnější, nejbezpečnější a naplněný radostí. Do nového roku vstupujeme s novou energií a závazkem. Budeme pokračovat v našem úsilí, abychom pro vás byli profesionální oporou.

Děkuji Vám všem za Vaši důvěru a přeji Vám především pevné zdraví, mnoho chvil plných smíchu a aby se vám v našem domově i nadále dobře bydlelo.

S hlubokou úctou a přáním všeho dobrého,

Zdeňka Čočková, vedoucí zdravotního úseku



*Už tu máme zas, ten vánoční čas.
Pohodové Vánoce vinšujeme vám,
ať jen láska a štěstí přijde k nám.
Šťastný ať je nový rok,
zdraví a láska provází váš krok.*

Toto Vám přeji Vaše sluníčkové sestřičky.

ODBORÁŘSKÉ OKÉNKO

Datem 13.1.2026 bude započat již pátý rok působení odborové organizace v Domově Sluníčko.

Odbory mají nezastupitelnou roli, jsou hlasitým zastáncem zaměstnanců a partnerem zaměstnavatele, ale ne všichni chápou jejich důležitost. Co je vyjednáno není jen pro členy odborů, ale platí pro všechny zaměstnance.

Kromě platových podmínek vyjednáváme řadu zaměstnaneckých benefitů. V současnosti bojujeme za znovu obnovení 2% objemu ze mzdových prostředků pro FKSP, aby se zvýšil objem prostředků a byl dostatek financí pro všechny zaměstnance.

Podílíme se na kontrole BOZP, protože bezpečné prostředí je základním předpokladem kvalitní péče pro klienty a dobré pracovní podmínky pro zaměstnance.

Společně jsme silnější, organizovat se je základní lidské právo. Odbory jsou tady pro vás, aby vás chránily a hájily vaše práva. Nikdo jiný se vás v dnešní době účinně nezastane. Přidejte se k nám a buďme slyšet společně. Na personálním oddělení jsou pro nové členy připraveny obálky s nabídkou benefitů odborů a přihláška. Pro rok 2026 připravujeme akce jako návštěva Slezské tvorby s výrobou ozdob, exkurze Marlenka, víkendový cyklo pobyt v Pasohlávkách, víkend v Maďarských termálních lázních s návštěvou čokoládovny, vánoční trhy Wroclav, bowlingový turnaj. Příspěvek na životní jubileum a finanční výpomoc při nemocenských je pravidlem.

S námi nejste na nic sami.

Předsedkyně Sobolová Alena



Vážení čtenáři a čtenářky,

ráda bych Vám blíže představila Mgr. Květuši Foltovou, ambulantní sestru, která je nedílnou součástí mého týmu.

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

V Domově Sluníčko pracuji od 3. listopadu, v podstatě jeden měsíc. Hledala jsem práci a práce sestry má skutečný obsah – propojuje zdravotní úkony, komunikaci s lékaři i podporu klientů v běžném fungování. To mi dává smysl.

Jaké máte předešlé zkušenosti?

Za 28 let praxe jsem prošla chirurgií, internou, pracovala jsem v sociálních službách, na onkologii i v ambulanci pracovního lékařství. Měla jsem i vedoucí pozici, takže mám zkušenosti s organizací zdravotního úseku, s vedením týmu i koordinací péče. Díky tomu mám poměrně široký přehled, který se v sociálních službách hodí každý den.

Co se Vám na Vaší práci líbí?

Na téhle práci mě baví, že není stereotypní. Každý den je odlišný, člověk musí přemýšlet, plánovat, reagovat na aktuální potřeby klientů. Jsem v kontaktu s lékaři, zajišťuji léky, zdravotnický materiál, řeším pomůcky, předávám informace sestřičkám koordinátorkám, sleduji zdravotní stavy klientů, včetně preventivních prohlídek atp., je toho



opravdu hodně. Funguje zde multioborový tým, kterého jsem součástí. Za zásadní považuji spolehlivost, komunikaci a schopnost vidět člověka jako celek. Nestačí jen dělat „ošetřovatelské úkony“. Je potřeba vnímat klienta, jeho stav, změny v chování, náladě i soběstačnosti. A stejně důležitá je dobrá spolupráce s kolegy a lékaři - bez toho ta práce nedává smysl.

Jaká je Vaše náplň dne?

Potřebuji mít systém, jinak by v tom vznikl chaos. Ráno si udělám přehled úkolů dle aktuální situace, zkontroluji ordinace lékařů, medikace, řeším objednávky léků, pomůcek, požadavky klientů a sestřiček, konzultace s lékaři, připravuji dokumentaci ke kontrolnímu vyšetření klientů u praktického lékaře, neurologa, diabetologa, psychiatra, či spolupracuji s chirurgickou sestrou specialistkou je toho mnoho...přitom myslím i na to co může nastat během dne – vždy si nechávám prostor na neočekávané věci. V sociálních službách je to nutnost.

Jak odpočíváte?

Odpočívám úplně obyčejně - nejraději někde v klidu, mimo pracovní ruch. Pomáhá mi být venku, starat se o dům a zahradu, číst si, nebo trávit čas s rodinou. Když si potřebuji opravdu vyčistit hlavu, stačí mi chvilka ticha, nebo projížďka autem. Není to nic výjimečného, jen běžné věci, které člověka vrátí do pohody.

Co byste ráda vzkázala našim čtenářům?

Čtenářům bych vzkázala, ať si váží práce lidí v sociálních službách i zdravotnictví. Není to jednoduché pracovat v tomto prostředí, ale má to obrovský smysl. A zároveň pokud uvažují o práci v péči o seniory, ať se nebojí. Je to náročné, ale člověk tady každý den vidí, že jeho práce má opravdový dopad.

Vážení čtenáři a čtenářky,

ráda bych Vám blíže představila Mgr. Lucii Florovou, DiS., vedoucí úseku B4, která je nedílnou součástí mého týmu.

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

Ve Sluníčku pracuji od 3. 11. 2025, tedy skutečně velmi krátce. Do Sluníčka mě přivedla touha po návratu k cílové skupině seniorů - tato práce mi dává smysl.

Jaké máte předešlé zkušenosti?

Začínala jsem svou první prací v roce 2008 hned po ukončení vyšší odborné školy sociální v Ostravě, a to na pozici terénní sociální pracovnice s uživateli nealkoholových drog v organizaci Renarkon. Po pár letech jsem přesedlala na ambulantní službu, a sice v občanské poradně Společně - Jekhetane, kde jsem pracovala přes sedm let. Poté několik let práce se seniory v Armádě spásy. V roce 2022 jsem v organizaci SOS dětské vesničky pomáhala založit dům na půl cesty pro mladé dospělé, kteří žili v náhradní rodinné péči nebo ústavní výchově, ale znovu mě to táhlo k seniorům. Takže, když se ve Sluníčku objevilo výběrové řízení, neváhala jsem a přihlásila se.

Co se Vám na Vaší práci líbí?

Různorodost a dynamičnost, kontakt s lidmi od klientů a klientek, přes kolegy až po rodinné příslušníky naší klientely. Mám ráda, když je souhra v týmu, obzvláště v takto velkém, a to je půl práce hotovo.

Jaká je Vaše náplň dne?

Ráno přicházím na šestou, uděláme si s týmem předávku směny, shrneme den a noc předchozí a naplánujeme ten stávající. A pak už všichni vyrážíme vstříc pracovním povinnostem, které máme všichni velmi pestré. Svůj pracovní den se snažím rozdělit na část věnovanou personálním věcem a část věnovanou sociální práci.



Jak odpočíváte?

Někdy aktivně, jindy pasivně. Ke svým aktivním zálibám radím kolo, plavání a procházky, k pasivním pak četbu, filmy nebo hru na konzoli. Nejvíce energie mi však dodává cestování automobilem s mými blízkými.

Co byste ráda vzkázala našim čtenářům?

Že úsměv nás nestojí nic a přináší mnoho, a proto si myslím, že s úsměvem jde vše lépe. Děkuji také svým kolegyním a kolegům za milé přijetí mezi sebe a všem lidem dobré vůle přeji do nového roku mnoho zdraví a spokojenosti.

Vážení čtenáři a čtenářky,

ráda bych Vám blíže představila Mgr. Ágnes Maláškovou, koordinátorku úseku B1, která je nedílnou součástí mého týmu.

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

Ve Sluníčku pracuji asi měsíc a půl. Přivedla mě sem zvědavost a touha získat nové znalosti, protože se seniory jsem doposud pracovala jenom velmi okrajově.

Jaké máte předešlé zkušenosti?

Profesně jsem se pohybovala na pomezí sociální práce a státní správy. Pracovala jsem především s klienty s trestní minulostí, uživateli návykových látek a s klienty v náročné finanční situaci. Řešili jsme tak různorodé situace týkající se trestně-právních věcí, odvykání od drog nebo poradenství v oblasti dluhů, exekucí a insolvenčí. Také jsme ale řešili jejich rodinnou situaci, vztahy a trávení volného času.



Co se Vám na Vaší práci líbí?

Líbí se mi, že každý den je jiný. Dělam smysluplnou práci, kdy se snažím klientům zlepšit náladu. Jakákoli zpětná vazba je pro mě cenným zdrojem učení - a tady se můžu naučit opravdu hodně.

Jaká je Vaše náplň dne?

Den začíná předávkou informací s noční směnou a vzájemně se informujeme, co bylo u klientů nového od naší poslední směny. Potom si s kolegyněmi rozdělíme úkoly podle harmonogramu a naplánujeme, které klienty budeme vysazovat a koupat. Následují ranní hygieny a rozvoz snídaní, kdy některé klienty sytíme, jiní se stravují sami. Před dopoledními aktivitami rozvážíme po pokojích vyprané prádlo a čaje, navážíme klienty na aktivity do sálu nebo je doprovázíme do naší jídelny. Potom obvykle mívám prostor věnovat se práci koordinátora, do které se postupně zaučuji. To znamená tvorba jídelníčků, ale i provozní záležitosti na oddělení týkající se klientů i nás pracovníků. V průběhu dne se snažím trávit čas mezi administrativou a klienty. Po jedenácté hodině začínáme s kolegyněmi podávat obědy, necháme klientům čas na trávení a provádíme odpolední hygieny. Po nich se dostáváme na oběd i my. Směna končí odpolední předávkou, které se stejně jako té ranní účastní i naše úseková vedoucí p. Vránová.

Jak odpočíváte?

Ráda trávím čas v přírodě, s přítelem nebo kamarády. Také se věnuji tzv. reenactmentu neboli oživené historii, kdy rekonstruuji raně středověkou ženu. S přítelem a kamarády tak jezdíme po České republice i Evropě a předvádíme středověký život od kostýmů, přes vaření až po bitvy. Nedílnou součástí mého volného času je i hudba.

Co byste ráda vzkázala našim čtenářům?

Aby si na každém dni zkusili najít aspoň něco pozitivního. Ať je to krásné počasí, oblíbená písnička v rádiu, zapojení do mnoha aktivit, které Domov nabízí, návštěva blízkých nebo úsměv personálu.

Vážení čtenáři a čtenářky,

ráda bych Vám blíže představila p. Šárku Bartošovičovou, koordinátorku úseku A2, která je nedílnou součástí našeho týmu.

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

V domově Sluníčko pracuji jeden rok. Rozhodla jsem se především proto, že jsem o něm dlouhodobě slyšela velmi pozitivní reference. Věděla jsem, že je to místo s dobrou pověstí, profesionálním přístupem a lidskou atmosférou.

Jaké máte předešlé zkušenosti?

Od svých 19 let pracuji v oblasti přímé péče v domově pro seniory. Postupně jsem se posunula až na pozici koordinátorky přímé péče, kterou nyní zastávám.

Co se Vám na Vaší práci líbí?

Péče o seniory je moje srdcová záležitost a během let jsem získala bohaté zkušenosti jak v samotné péči o klienty, tak v organizaci práce, vedení týmu a komunikaci s rodinami. Práce mě naplňuje - vždy mě těší být užitečná, být oporou klientům i kolegům. K seniorům přistupuji s velkou pokorou a úctou a vážím si jejich životních příběhů. Díky skvělému kolektivu, se kterým se navzájem podporujeme, je pro mě každý pracovní den motivací a radostí.



Moje pracovní náplň?

Jako koordinátorka přímé péče zodpovídám za kvalitu péče poskytované našim klientům. Mám na starosti vedení a podporu pečovatelek a pečovatelů, rozdělení stravy klientů a řešení provozních a nečekaných situací. Součástí mé práce je také dohlížet na to, aby se naši klienti

cítili dobře, bezpečně a nic jim nechybělo, sleduji jejich individuální potřeby a snažím se včas předcházet případným problémům nebo je co nejrychleji eliminovat. Důraz kladu na lidskost, respekt a pohodlí každého klienta. Velmi důležitá je pro mě spolupráce s mojí paní vedoucí a úsekovou sestrou. Tvoříme společně skvělý tým TROJLÍSTEK, který se může na sebe spolehnout. Díky vzájemné podpoře můžeme spolu zajišťovat nejen plynulý chod oddělení, ale i příjemnou atmosféru pro klienty a kolegy našeho úseku A2.

Jak odpočíváte?

Nejvíce mě nabíjí čas strávený s rodinou. Když chci úplně vypnout, vydám se na procházku s našimi pejsky. Součástí mého “odpočinku“ je i studium oboru sociální činnost. Škola mě baví a beru ji jako investici do sebe i do své práce. Teď už jsem ve fázi, kdy se moje studium blíží do finále, z čehož mám velkou radost. Snažím se udržovat rovnováhu mezi prací, školou i odpočinkem, abych do práce chodila s čistou hlavou a mohla být klientům i kolegům maximálně nápomocna.

Co byste vzkázala našim čtenářům?

Ráda bych čtenářům vzkázala, aby si vážili jeden druhého, svých blízkých a vzájemně si věnovali čas. Práce v sociálních službách mě naučila, jak důležité jsou drobnosti - úsměv, trpělivost, laskavé slovo a obyčejná upřímnost.

Přeji všem čtenářům klidné a radostné Vánoce plné pohody a lásky a do nového roku hodně zdraví štěstí a spokojenosti. Nezapomínejte pečovat nejen o druhé, ale i o sebe.

ERGO

PŘÍJEMNÉ ODPOLEDNE V RESTAURACI U BURONĚ - MEXIKO

Úterý 16. září 2025 bylo pro nás se skupinou klientů z B4 a B2 dnem plným pohody a zábavy. Vydali jsme se navštívit známou restauraci Mexiko – s jejich vyhlášenými tvarůžky v Ostravě-Vřesině. Už cesta byla pohodová a plná smíchu – povídali jsme si s klienty a užívali si společně příjemné chvíle.

I když ráno počasí nevypadalo vůbec optimisticky, nakonec nás překvapilo sluníčko a teplé odpoledne, které nám umožnilo užít si společné chvíle venku.



Na naší výpravě byli čtyři muži a jedna žena – a naši klientce vůbec nevadilo, že byla jediná žena mezi nimi. Dokonce si z toho dělala legraci a celou situaci brala s humorem, což výlet ještě víc odlehčilo.

Celkově šlo o velmi příjemné odpoledne plné pohody, smíchu a dobré nálady. Návštěva Mexika se ukázala jako skvělá kombinace dobrého jídla, slunečného počasí a skvělé společnosti - prostě chvíle, na kterou se jen tak nezapomíná.

Za ergotým Sabina Hrabovská



DEN PLNÝ POZNÁNÍ, HISTORIE A PŘÍRODY

Klienti Domova Sluníčko navštívili 23. září 2025 Muzeum Beskyd ve Frýdku-Místku, které se stalo cílem příjemného výletu. Senioři zde strávili, i přes nepříznivé počasí, den plný poznání, vzpomínek a objevování krás regionu. Díky bezbariérovému přístupu a moderním technickým úpravám, jako je například plošina pro přepravu osob se ZTP, mohli expozici "Beskydy – příroda a lidé" pohodlně navštívit i klienti s omezenou mobilitou. Bezbariérový přístup do výstavních prostor umožnil, aby si všichni účastníci výlet užili naplno. Pomocí plošiny se klienti mohli pohodlně přesouvat i mezi patry zámku, což výrazně přispělo k pozitivnímu zážitku.

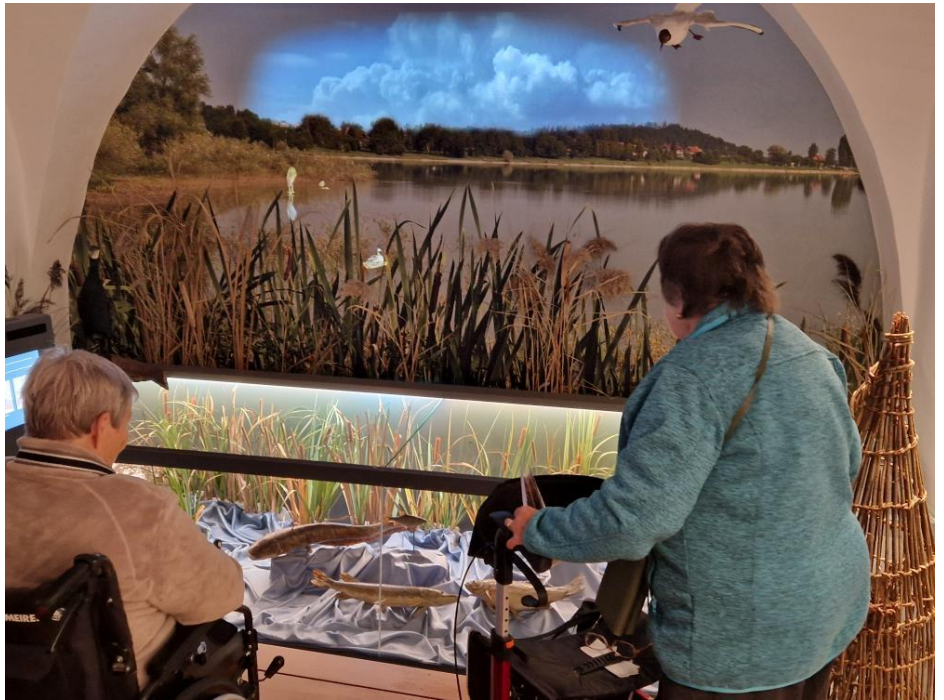


Muzeum poutavě přibližuje faunu a flóru Beskyd, ale i každodenní život zdejších obyvatel v minulosti. Klienti si mohli prohlédnout modely krojů, ukázky tradičního nářadí i obydlí a dozvědět se zajímavosti o tom, jak se lidé v horách přizpůsobovali drsným přírodním podmínkám.

Díky rozsáhlé expozici všech možných zvířat mohli klienti vidět v životní velikosti snad veškeré živočichy obývající Beskydy, a to nejen savce, ale také zástupce hmyzu, ptáků, obojživelníků, plazů a ryb.

Návštěva Muzea Beskyd ve Frýdku-Místku byla pro klienty Domova Sluníčko obohacujícím zážitkem, který ukázal, že kultura, historie i příroda mohou být dostupné všem – bez ohledu na věk nebo zdravotní omezení. Propojení kvalitního obsahu s ohleduplným přístupem k návštěvníkům je příkladem, jak by měla vypadat moderní kulturní instituce.

Za ergotým
Hana Dudová, DiS.



PALAČINKOVÉ ODPOLEDNE PLNÉ VŮNÍ A VZPOMÍNEK

V uplynulých dnech jsme s klienty našeho domova prožili hned dvě sladká odpoledne, kdy se společenskými místnostmi linula nezaměnitelná vůně čerstvě smažených palačinek.

Naše úsekové akce však nebyly jen o samotném smažení. Společně jsme se vydali na malou cestu do historie – povídali jsme si o původu palačinek, které patří k vůbec nejstarším pokrmům na světě a vzpomínali jsme na domácí přípravu, kdy se palačinky pekly „na sladko“ i „na slano“, podle chuti a tradice každého z nás.

Klienti se aktivně zapojili do přípravy těsta, někteří pomáhali míchat, jiní vzpomínali, jak je doma připravovali pro děti či vnučata. Nechybělo ani sdílení



oblíbených náplní a způsobů podávání – od klasické marmelády, přes tvaroh až po modernější varianty.



Závěr patřil tomu nejlepšímu – společnému ochutnávání. Talíře se rychle vyprazdňovaly a na tvářích všech přítomných se objevily spokojené úsměvy. Celé odpoledne se neslo ve znamení dobré nálady, krásných vzpomínek a sdílené radosti z něčeho tak prostého, a přesto výjimečného, jako je palačinka.

Za ergotým, Silvie Knoppová

ROZLOUČENÍ S VÝLETNÍ SEZÓNOU V MUZEU ŘEZNICTVÍ

Ve čtvrtek 25. září jsme s klienty podnikli poslední výlet letošní sezóny, a to do Muzea řeznictví ve Valašském Meziříčí. Tentokrát nás při cestě doprovázely i kapky deště – snad jako symbolické slzy za tím, že se další výlety uskuteční zase až na jaře.

Samotná návštěva muzea však probíhala v příjemném prostředí, kde nás čekalo nejen teplo a sucho, ale také chutné pohoštění. Klienty velmi zaujalo reminiscenční video



zachycující tradiční zabíjačky, které vyvolalo řadu vzpomínek na to, jak sami bývali jejich součástí. Prohlídka expozic nabídla zajímavé stroje a nástroje, které v minulosti pomáhaly při zpracování masa. Dozvěděli jsme se také více o historii řeznictví pana Pilčíka, zakladatele tradice, která má své místo až do dnešních dnů.

Výlet byl krásnou tečkou za letošní sezónou – plný vzpomínek, dobré nálady a nových zážitků.

Za ergotým, Bc. Petra Válková



VINOBRANÍ VE ZNAMENÍ HUDBY, VÍNA A DOBRÉ NÁLADY 🍷🎵

Ve středu 1. října se společenský sál Domova Sluníčko proměnil v pravé vinařské doupě plné smíchu, hudby a pohody. Naše tradiční oslava vinobraní přilákala úctyhodných 69 klientů a s několika rodinnými příslušníky jsme tak zaplnili sál do posledního místa.

Úvodního slova se ujal pan ředitel, který nejenže všechny přivítal, ale hned v úvodu rozproudil zábavu malým kvízem o láhev vína. A i když vítěz mohl být jen jeden, nikdo z přítomných nepřišel zkrátka — po celou dobu





akce se totiž nalévalo červené, růžové i bílé víno, nechyběl burčák a kdo chtěl, mohl si dopřát i voňavou kávu.

K dobrému pití samozřejmě patří i něco k zakousnutí, a tak nechyběly sýry, klobásky a hroznové víno. Atmosféru dotvářela skvělá Ľudová hudba Šmykňa, která se postarala o to, že se celé odpoledne neslo v duchu zpěvu, potlesku a výborné nálady.



Závěr akce patřil dojemné teče – klienti si vyžádali hudební přídavek a ten samozřejmě nemohl chybět. Společné vinobraní se tak stalo krásnou oslavou podzimu, radosti a života v našem domově.



Za ergotým, Bc. Petra Válková



CESTOVATELSKÁ BESEDA S MANŽELI POULÍKOVÝMI – PUTOVÁNÍ PO TAJEMNÉ INDII

Ve středu 15. října v 9:30 se náš společenský sál naplnil očekáváním a dobrou náladou. Znovu k nám zavítali naši milí hosté – manželé Poulíkoví, kteří už jsou u nás ve Sluníčku jako doma. Jejich besedy patří mezi ty nejoblíbenější, protože nás pokaždé zavedou do jiného koutu světa a přinesou s sebou kousek dobrodružství i radosti z cestování.



Tentokrát jsme se s nimi vydali na pokračování jejich putování po nádherné a rozmanité Indii. Jako vždy přijeli s úsměvem a s malým překvapením – přivezli pravé indické šátky a čaj, aby nám přiblížili atmosféru této daleké země. Naši klienti si mohli šátky vyzkoušet přímo na sobě a rázem se sál barevně rozzářil. Vzduchem se nesl smích, obdiv i zvědavost a na chvíli jsme se všichni cítili, jako bychom byli přímo v Indii.

Paní Jana Poulíková svým vyprávěním všechny naprosto okouzila. Mluví s nadšením, srdcem a velkým citem pro detail. Díky jejím slovům jsme se přenesli do rušných ulic velkých měst, k posvátným chrámům i do klidných krajů čajových plantáží. Její povídání není jen o cestování, ale hlavně o lidech, životě a malých radostech.

Beseda se nesla ve velmi příjemné a přátelské atmosféře. Klienti byli nadšení a po skončení ještě dlouho s manželi besedovali o jejich zážitcích. Bylo to dopoledne plné inspirace, úsměvů a dobré nálady.

Už teď se těšíme na březen, kdy nás manželé Poulíkoví navštíví znovu. Kam se s nimi vydáme příště? To zatím zůstává tajemstvím, ale jisté je jedno – bude to opět krásná cesta plná zajímavostí a přátelského setkání, na které se všichni těšíme.

Za ergotým, Bc. Martina Černá



HUDEBNÍ ODPOLEDNE S MUŽSKÝM PĚVECKÝM SBOREM Z VÍTKOVIC

Ve středu 29. října se společenským sálem Domova Sluníčko od 16. hodiny rozezněly známé i méně známé lidové písně v podání Mužského pěveckého sboru z Ostravy–Vítkovic pod vedením talentované dirigentky paní Kamily Kurnikové. Tento sbor u nás vystupuje již dlouhodobě a vždy se těší velkému zájmu našich klientů.



Tentokrát bylo vystoupení obohaceno o krásné tóny houslí v podání nadějně studentky konzervatoře paní Věry Špačkové, která svým výkonem dojala mnohé posluchače.



Atmosféra v sále byla od prvních tónů velmi příjemná a slavnostní. Několik klientů dokonce přišlo s dostatečným předstihem, aby si zajistili svá oblíbená místa. Potlesk po každé písni zněl upřímně a s nadšením – jako poděkování za krásné hudební zážitky, které nám všem tento podzimní podvečer přinesl.

Za ergotým, Bc. Petra Válková

SOUTĚŽNÍ DEN ZAMĚSTNANCŮ DOMOVA SLUNÍČKO

Pátek 31. října patřil v Domově Sluníčko našim zaměstnancům, kteří si prožili dopoledne plné smíchu, soutěžního ducha a týmové spolupráce. V sedmi týmech jsme se utkali v šesti disciplínách, které prověřily nejen zručnost a šikovnost, ale také schopnost spolupracovat, improvizovat a zachovat si humor za všech okolností.

Velké poděkování patří našemu fanklubu – našim milým klientům, kteří nás celou dobu hlasitě povzbuzovali a dodávali energii až do samého konce. Bez jejich podpory by soutěže rozhodně neměly tak skvělou atmosféru!

Z vítězství v soutěžích se nakonec radoval **Ergo tým**, který si odnesl **putovní pohár a hodnotný dárkový koš**. Ale tím soutěžní den nekončil – každé družstvo navíc přineslo své

cupcakes či muffiny, které posuzovala odborná porota. Hodnotila se chuť, vzhled i vůně – a v této disciplíně zaslouženě zvítězil **tým A2**.



Někdo by mohl říct, že takové dopoledne je vítaným odbočením ze stereotypu. My však víme, že **naše práce rozhodně stereotypní není**. Každý den přináší nové situace, výzvy i radosti – a právě proto jsme si tento společný den mohli užít naplno. Děkujeme všem, kteří se zapojili, i těm, kteří fandili.

Za ergo tým,
Bc. Petra Válková



REMINISCENČNÍ SETKÁNÍ S ŽÁKY ZŠ POKORNÉHO V DOMOVĚ SLUNÍČKO

30. října 2025 se v Domově Sluníčko uskutečnilo další z pravidelných reminiscenčních setkání, tentokrát ve spolupráci se Základní školou Karla Pokorného z Ostravy-Poruby. Domov navštívily děti ze 4. třídy v doprovodu svých pedagogů.



Žáci si pro klienty domova připravili vystoupení v podobě písni, které u všech přítomných vzbudily velký potlesk a úsměv na rtech. Po kulturní části programu následovalo společné tvoření záložek do knihy s podzimní tematikou, při kterém měli senioři i děti možnost sdílet své zážitky, vzpomínky a vzájemně se inspirovat.



Setkání proběhlo v příjemné atmosféře. Děti svou návštěvou přinesly do domova pozitivní energii a pomohly seniorům rozjasnit podzimní dny.

Domov Sluníčko děkuje žákům i pedagogům ZŠ Pokorného za jejich účast, milé vystoupení a ochotu sdílet čas i dobrou náladu s našimi seniory. Těšíme se na další společné akce.

Za ergotým, Šárka Tylková, DiS.



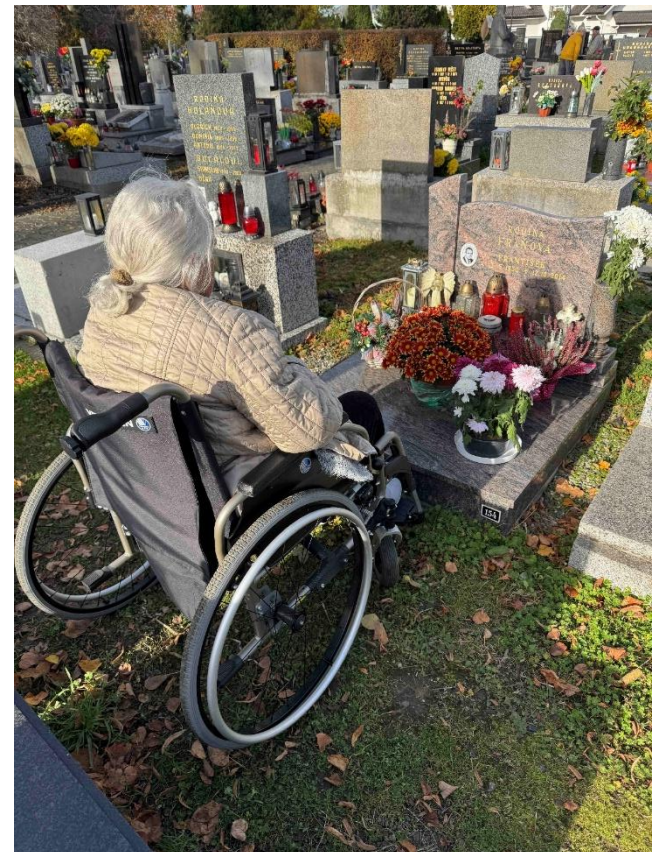
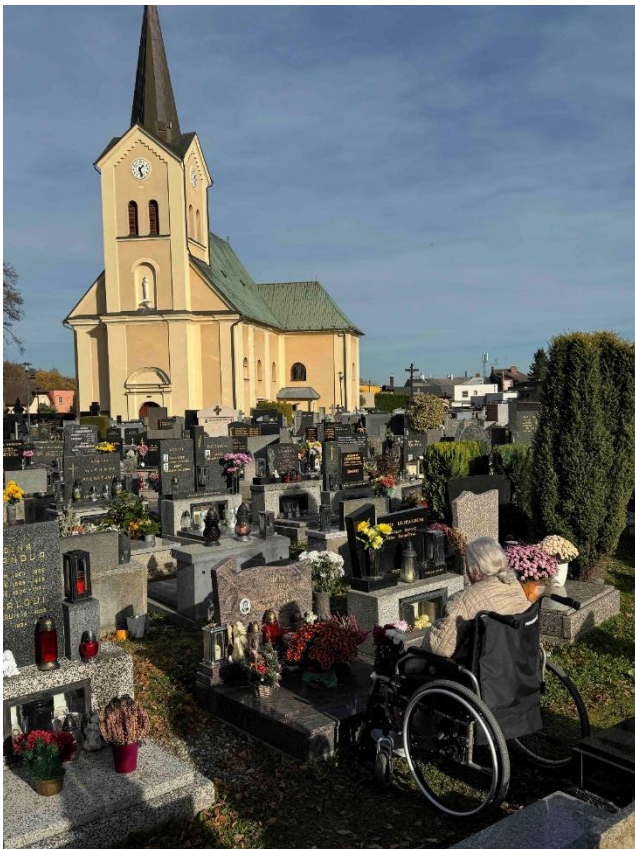
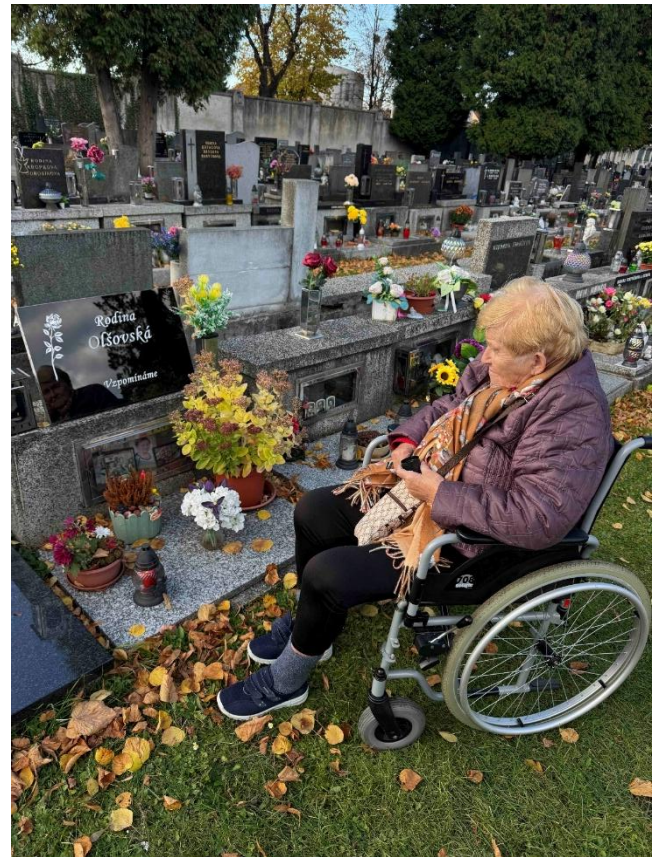
VZPOMÍNKA, KTERÁ HŘEJE U SRDCE

Období „Dušiček“ je pro mnohé časem tichého vzpomínání, zastavení a uctění památky těch, kteří už nejsou mezi námi. Ne každý z našich klientů má však možnost vydat se na hřbitov sám nebo s rodinou. Proto se v Domově Sluníčko již stalo krásnou tradicí, že klientům, kteří o to projeví zájem, tuto cestu umožňujeme.

Klienty doprovázíme naším domovským autem, pomáháme jim vybrat svíčku, květinu či věneček a společně pak zapalujeme světylko vzpomínky. Letos jsme tak navštívili vítkovický a třebovický hřbitov.

Věříme, že tato služba má pro klienty hluboký význam - přináší klid, pocit blízkosti a možnost rozloučit se po svém. Jsme rádi, že můžeme být s nimi i v těchto tichých a dojemných chvílích.

Za ergotým, Bc. Petra Válková



RADOSTNÉ SETKÁNÍ VE SLUNÍČKU, ANEB ČTYŘI HVĚZDIČKY A MNOHO ÚSMĚVŮ

V úterý 4. listopadu prožil náš Domov Sluníčko krásné a slavnostní dopoledne. Zavítali k nám žáci 3. ročníku Základní školy Františka Formana, aby společně s námi oslavili významný úspěch – získání značky kvality se čtyřmi hvězdičkami z pěti.





Toto ocenění uděluje Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky za vysokou úroveň péče, profesionalitu a přátelské prostředí v domovech pro seniory. Získané čtyři hvězdičky jsou pro nás nejen oceněním kvalitní práce, ale i závazkem pokračovat v tom, co děláme srdcem – pečovat o naše klienty s úctou, láskou a lidskostí.



Slavnostní atmosféru dětem i klientům zpříjemnilo hudební a taneční vystoupení, které si žáci pečlivě připravili. Nechyběla ani četba povídky, kterou napsali bývalí žáci paní Mgr. Radky Mytyzkové – ta děti do našeho Sluníčka doprovodila a celé vystoupení s nimi nacvičila. Dětem se podařilo vytvořit milou, veselou i dojemnou atmosféru, která všem vykouzlila úsměv na tváři.

Na závěr vystoupení naši klienti obdrželi od dětí krásná podzimní přání, která potěšila nejen oko, ale i duši. Děti si od nás na oplátku odnesly malou sladkou odměnu a velký potlesk jako poděkování za jejich snahu, radost a energii, kterou nám všem předaly.

Setkání se neslo v duchu přátelství, pohody a sdílené radosti – a už nyní se všichni těšíme na další návštěvu, tentokrát vánoční, která jistě vnese do našeho domova kouzelnou sváteční atmosféru.

Za ergotým Bc. Martina Černá

PODĚKOVÁNÍ DOBROVOLNÍKŮM ADRY

Dobrovolnictví má mnoho podob, ale jedno mají všichni dobrovolníci společné – otevřené srdce a ochotu darovat svůj čas druhým. V našem Domově Sluníčko máme to štěstí, že za námi pravidelně docházejí dobrovolníci ADRY, kteří přinášejí radost, pohodu i lidskou blízkost našim klientům.



Ať už se věnují individuálním aktivitám – předčítání, povídání, doprovodům nebo jen tichému sdílení přítomnosti – či skupinovým programům, jejich přítomnost je vždy vítaným zpestřením dne. Klienti se na jejich návštěvy těší a často o nich ještě dlouho poté s úsměvem vyprávějí.

Velmi si vážíme toho, že dobrovolníci ADRY k nám přicházejí s dobrou náladou, laskavým slovem a energií, kterou mají navzdory svým vlastním starostem stále na rozdávání. Jejich přirozená lidskost a empatie přinášejí do našeho domova něco, co nelze ničím nahradit.

Děkujeme také všem, kteří se účastní supervizí, jež slouží nejen ke sdílení zkušeností, ale i k osobnímu rozvoji a podpoře při dobrovolnické činnosti.

Z celého srdce děkujeme, že jste s námi a že dáváte svým časem i úsměvem našim klientům pocit, že na světě nejsou sami.

Kontaktní osoba dobrovolníků, Bc. Petra Válková



VÁNOČNÍ VEČÍREK ERGOTÝMU

Dne 14. listopadu jsme si jako tým užily krásný vánoční večírek, který se nesl ve znamení pohodové atmosféry, smíchu a vzájemného setkání mimo pracovní prostředí. Byl to čas, kdy jsme si mohly na chvíli odpočinout, pobavit se a užít si společné chvíle, které nám během roku mnohdy chybí.



Rády bychom tímto srdečně poděkovaly panu řediteli za finanční příspěvek na občerstvení, díky kterému jsme si večer mohly naplno vychutnat. Stejně tak patří velké poděkování naší paní vedoucí za skvěle připravený program plný zábavy a milých překvapení.

Každá z nás si domů odnesla nejen vtipný dárek, který nás pobavil, ale především dobrou náladu a pocit sounáležitosti.

Ergotým

ZABIJAČKA

Studené listopadové období je právě tím správným časem pro pravou vesnickou zabijačku. Když se řekne slovo zabijačka, snad každému se vybaví hlavně pochoutky jako jsou jitrnice, jelita, ovar, polévka „prdelanka“, tlačěnka, škvarky a spousta dalších. Ale k zabijačce nepatří jen hotové dobroty. Je to spousta práce, kdy se začíná zabíjením pašíka, jeho očištěním, vykucháním vnitřností a rozporcováním masa.

Náš pan ředitel měl skvělý nápad. Jako jeden z mnoha zaměstnaneckých benefitů zorganizoval pro zaměstnance ZABIJAČKU.



Hned z rána se pro každého našla nějaká práce. Bylo to například krájení a následné smažení cibulky, vaření krup, které vyžaduje neustálé míchání. Protože po ránu a během dopoledne není ze zabijačky k dispozici ještě žádné jídlo, zajistili jsme si jej sami. Někdo přivezl koláčky, jiný buchtu s kokosem na plech, ale v poledne přišla vhod také domácí zelňačka, anebo závin z listového těsta plněný zelím a uzeninou. V průběhu studeného listopadového dne přišla vhod také káva, horký čaj a slivovička na zahřátí.

Při následné práci jako je škvaření sádla, očišťování masa a krájení všeho potřebného k přípravě panenské svíčkové, škvarků, jelit, jitrnic a dalších produktů jsme si užili spoustu

legrace, vtipkování, což si myslím, že je pro stmelení kolektivu a poznání blíže jeden druhého, to nejlepší. Pokud má člověk činnost, při které nevnímá, jak čas běží, tak jsme ani netušili, že se naše práce chýlí ke konci.



V poslední části zabijačkového dne jsme dostali velice bohatou výslužku, která obsahovala nejen zabijačkové výrobky, ale také spoustu masa a sádla, takže tašky byly pěkně těžké. Řezníci, kteří nás celou akcí navigovali a odpracovali si nejvíce, byli nejen příjemní, ale také pracovití a se smyslem pro humor. Patří jim naše obrovské poděkování, stejně tak jako paní domácí, která nám poskytla azyl a zázemí v teple a v neposlední řadě také panu řediteli za úžasný a nevšední zážitek a p. Petru Svobodovi z firmy Instaflex za sponzoring této akce. Díky!

Za ergotým Hana Dudová, DiS.

MEZIGENERAČNÍ SETKÁNÍ V DOMOVĚ SLUNÍČKO: SPOLEČNÉ ZDOBENÍ PERNÍČKŮ

1. prosince 2025, proběhlo v Domově Sluníčko krásné mezigenerační setkání s dětmi ze ZŠ Františka Formana. Atmosféra byla od samého začátku velmi přátelská a radostná – děti i senioři se totiž společně pustili do zdobení perníčků, které provoněly celý domov.



Bylo opravdu milé pozorovat, jak se obě generace vzájemně inspirovaly, pomáhaly si a společně tvořily. Děti přinášely energii a nadšení, senioři své zkušenosti a trpělivost. Výsledkem byly nejen krásně ozdobené perníčky, ale i spousta úsměvů, sdílených chvil a příjemných rozhovorů.

Děkujeme dětem i pedagogům ze ZŠ Františka Formana za jejich návštěvu, čas a ochotu se zapojit do společného tvoření. Tyto chvíle jsou pro naše klienty mimořádně cenné a přinášejí do domova teplo a radost.

Těšíme se na další společná setkání!

Za ergotým Silvie Knoppová





DOMOV SLUNÍČKO ZÍSKAL VÝZNAMNÉ OCENĚNÍ – ZNAČKU KVALITY

V pátek 14. listopadu se ve společenském sále Domova Sluníčko odehrálo mimořádně slavnostní a zároveň velmi milé setkání. Klienti, zaměstnanci i hosté se sešli, aby společně prožili dopoledne plné radosti, hudby a velkého ocenění.

Na úvod nás všechny potěšilo vystoupení zpěváčků v podobě žáků ze Základní školy Emilie Lukášové a Klegova. Děti si připravily pásmo písniček a koled, které vykouzilo úsměvy na tvářích všech přítomných a dodalo celé akci příjemnou, srdečnou atmosféru. Jejich zpěv se stal krásným prologem k hlavnímu bodu programu.

Tím bylo předání Značky kvality – významného ocenění pro poskytovatele sociálních služeb. Tu si z rukou předsedkyně krajské organizace Asociace poskytovatelů sociálních služeb pro Moravskoslezský kraj p. Mgr. Marcely Mikulové, MBA převzal pan ředitel Mgr. Marek Tejzr, MBA. Tento moment se neobešel bez zaslouženého potlesku. Značka kvality je totiž výsledkem dlouhodobé práce celého týmu Domova Sluníčko a potvrzením toho, že poskytujeme služby na vysoké úrovni s respektem, profesionalitou a lidským přístupem.

Pan ředitel v krátkém poděkování zdůraznil, že ocenění patří všem zaměstnancům, kteří svou práci vykonávají s nasazením, srdcem a lidským přístupem.



Slavnostní dopoledne ukončilo krásné a milé předvánoční pečení perníčků, což nás všechny naladilo na již vánoční notu a zpěv koled.

Domov Sluníčko tak opět potvrdil, že je místem, kde se nejen poskytují kvalitní služby, ale kde se lidé také setkávají, sdílejí radost a společné zážitky.

Děkujeme, že jste byli součástí této významné a výjimečné chvíle.

Za ergotým Bc. Martina Černá



VÁNOČNÍ JARMARK V DOMOVĚ SLUNÍČKO PŘINESL SVÁTEČNÍ ATMOSFÉRU

Ve čtvrtek 27. listopadu 2025 se ve společenském sále Domova Sluníčko uskutečnil tradiční vánoční jarmark, který přilákal klienty, jejich rodinné příslušníky, ale i zaměstnance. Celý den se nesl v předvánoční atmosféře.

Na jarmarku byly k zakoupení ručně vyráběné výrobky klientů, které vznikaly v průběhu podzimu v *Ateliéru dobrých nápadů* i ve *Sluníčkové klubovně*. Návštěvníci si mohli vybrat z široké nabídky dekorací, ozdob, dárkových předmětů, ale také z krásných adventních věnců a svícňů. Letos se do prodeje aktivně zapojila i jedna z klientek, která nabídla své háčkované výrobky.

Prodej probíhal během dopoledne i odpoledne, aby měli možnost nakoupit nejen klienti, ale i jejich rodinní příslušníci, kteří domov během dne navštívili. Celým sálem se linula vánoční hudba, která dotvářela příjemnou sváteční náladu.



Návštěvníci si mohli vychutnat také pohoštění v podobě vánočního punče, který zahřál a přispěl ke společné atmosféře. Vánoční jarmark tak přispěl k zahájení adventního času v Domově Sluníčko.

Jarmark byl nejen příležitostí ke koupi originálních výrobků, ale také krásným momentem společného prožívání, setkávání a radosti z nadcházejících svátků.

Za ergo tým, Šárka Tylková, DiS.



DOMOV PRO SENIORY

ÚSEK A1

ZVEDÁK ARJO SARA

V měsíci září k nám do Domova Sluníčko přijeli zástupci Firmy ARJO, aby nám představili dva zvedáky, podle nejnovější technologie.

Jednalo se o síťový zvedák a stavěcí a zvedací pomůcku SARU, u které byly využity poznatky a zkušenosti z oblasti zvedání a asistence při stání klienta. Design a elektricky ovládané funkce umožňují jedinému pečovateli prvotřídní péči při úkonech, jako jsou přesuny na lůžko, MIV, WC. Oba zvedáky nám předvedl v praxi fyzioterapeut „Honza“.

Za úsek A1: Mgr. Šamajová, ved.úseku



POSEZENÍ S DOBROVOLNÍKY ADRA

Odpoledne 21.10.2025 přijela mobilní kavárna na DS, úseky A1, A2. Celá akce byla v režii dobrovolníků z ADRY.



Klienti byli osloveni, zda-li by si nedali dobrou kávu, kterou si pro ně připravili. O akci byl velký zájem, dobrovolníci uvařili kávu s našlehaným mlékem, nabídli koláček nebo frgál. Nezapomněli ani na klienty, kteří zůstali na pokojích. Posezení bylo zpestřeno i kulturním programem. Dobrovolnice si připravili hudební úryvky z filmů, klienti měli za úkol uhodnout interpreta a film, z kterého byla ukázka. Moc se jim tento druh zábavy líbil, kvitovali, kdyby se mohla tato akce opakovat častěji.

Na závěr stačí jen říct: **DĚKUJEME ZA SKVĚLÉ ODPOLEDNE.**

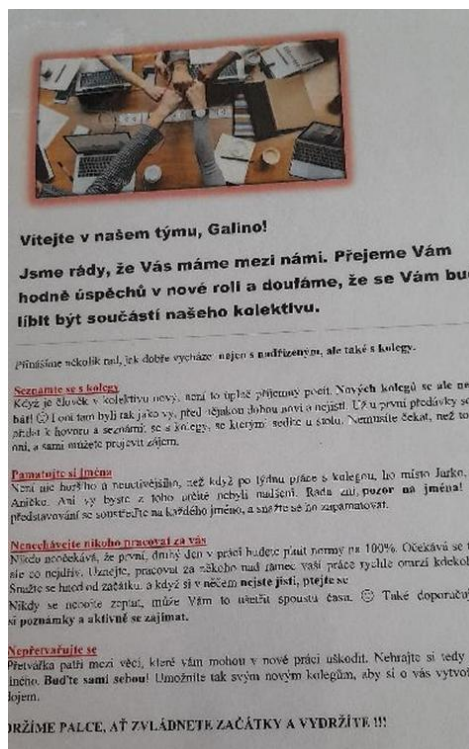
Zapsala: Mgr. Šamajová, vedoucí úseku A1



VÍTÁME NOVÉ PRACOVNÍKY

13.10.2025 proběhla na úseku A1 společná akce pečovatelek, koordinátora a vedoucí úseku.

Do našeho týmu jsme přivítaly nové kolegyně: p. Evu Václavkovou, p. Galinu Lhoťanovou a p. Lucii Babičovou.



Jsmo si vědomi, že kvalitních a šikovných lidí v týmu není nikdy dost. Proto jsme ocenily, že náš tým po oslabení doplnily tři kolegyně, zkušené, vstřícné se učít novým věcem. Řekly jsme, si jak by měla spolupráce fungovat a co očekáváme od nich. Také nové kolegyně se vyjádřily. Bylo pro nás potěšením, že se jim práce na úseku líbí a chtějí u nás zůstat.

DRŽÍME PALCE, AŽ ZVLÁDNETE ZDÁRNĚ ZAČÁTKY A VYDRŽÍTE!!!

Zapsala: Mgr. Šamajová, ved. úseku A1



SOUTĚŽ MEZI ÚSEKY

Po roce opět nastal ten den, kdy se úseky zapojily do soutěže, aby ukázaly svoji bystrost, manuální zručnost a odvalu. Konal se další ročník, v pořadí již III.

30.10.2025 jsme se zúčastnily soutěže mezi jednotlivými úseky. Za náš úsek bojovaly Lucie, Angela a Iveta. Pro všechny zúčastněné to bylo velmi příjemné vytržení z běžného pracovního režimu. Nejzajímavější byly vědomostní kvízy. Lucie byla nováčkem, soutěž se jí velice líbila, za všechny své spoluhráčky to okomentovala slovy: „ Mohu říci, že jsme sice nevyhrály, ale pobavily jsme se“.

Kolegyně Mirka upekla mafiny, reprezentovala náš úsek v kuchařských dovednostech. Děkujeme, byly vynikající. Také ostatní úseky měly vzorky na ochutnání a my se tak na závěr odměnili všichni.

Děkujeme organizátorům, že jsme se mohli zúčastnit.

Už se těšíme se na další ročník.

Za úsek A1, Lucie Babičová





BLAHOPŘÁNÍ K NAROZENINÁM

22.11.2025 oslavila naše klientka z úseku A1, paní Serafina Kojdová své krásné životní jubileum, 95 let. Klientce popřáli ředitel zařízení Mgr. Tejzr, MBA, jeho zástupkyně, Mgr. Dvořáková, DiS., společně s vedoucí úseku Mgr. Šamajovou. Klientce byla předána kytička a přáníčko.

Ke gratulaci se přidali pracovníci a ostatní klienti úseku. Přejeme všechno nejlepší a hlavně hodně zdravíčka do 100 let.



V tomto roce, na jaře, jsme se rozloučili s našim kolegou, Vojtěchem Skřínským. Na úseku A1 pracoval od roku 2021, pak dostal šanci na službě DZR, úseku B2. Se svojí pozicí nebyl zcela spokojen a po zralé úvaze se rozhodl z organizace odejít.

Ráda bych zveřejnila jeho dopis, který by směřován do rukou vedoucí úseku A1.

Dobrý den,

píšu po delší době. Mám novou práci jako terénní pracovník - chodím za klienty přímo domů. Pořád si pamatuju zásady o dietách a hygieně, které mě kdysi učili a prý to dělám perfektně.

V týmu mám jen samé kolegyně, je nás celkem 42 a já jsem jediný muž. Má to i své výhody. Na schůzích mám vždy připravené kafe na stole - vždycky se trochu začervenám a říkám, že si ho zaliju sám.

Brzy se budu stěhovat do nového bytu s balkonem. Musel jsem se odstěhovat z toho romského ghetta - po lince tam lezli, když to řeknu slušně, brouci. Sousedé si často chtěli půjčovat peníze a nadávali mi kvůli hlučným „ptáčkům“ (asi kvůli hudbě).

S láskou vzpomínám na dobré kolegyně a vděčím jim za všechno, co jsem se u vás naučil a co teď využívám při práci s klienty. Mám spoustu certifikátů ze školení a ty udělaly dobrý dojem při výběrovém řízení.

Přeji vám klidný důchod, hodně odpočinku a děkuji za roky, které jsem mohl s vámi strávit. Bez Domova Sluníčko bych nenabral zkušenosti, které mi dnes tolik pomáhají.

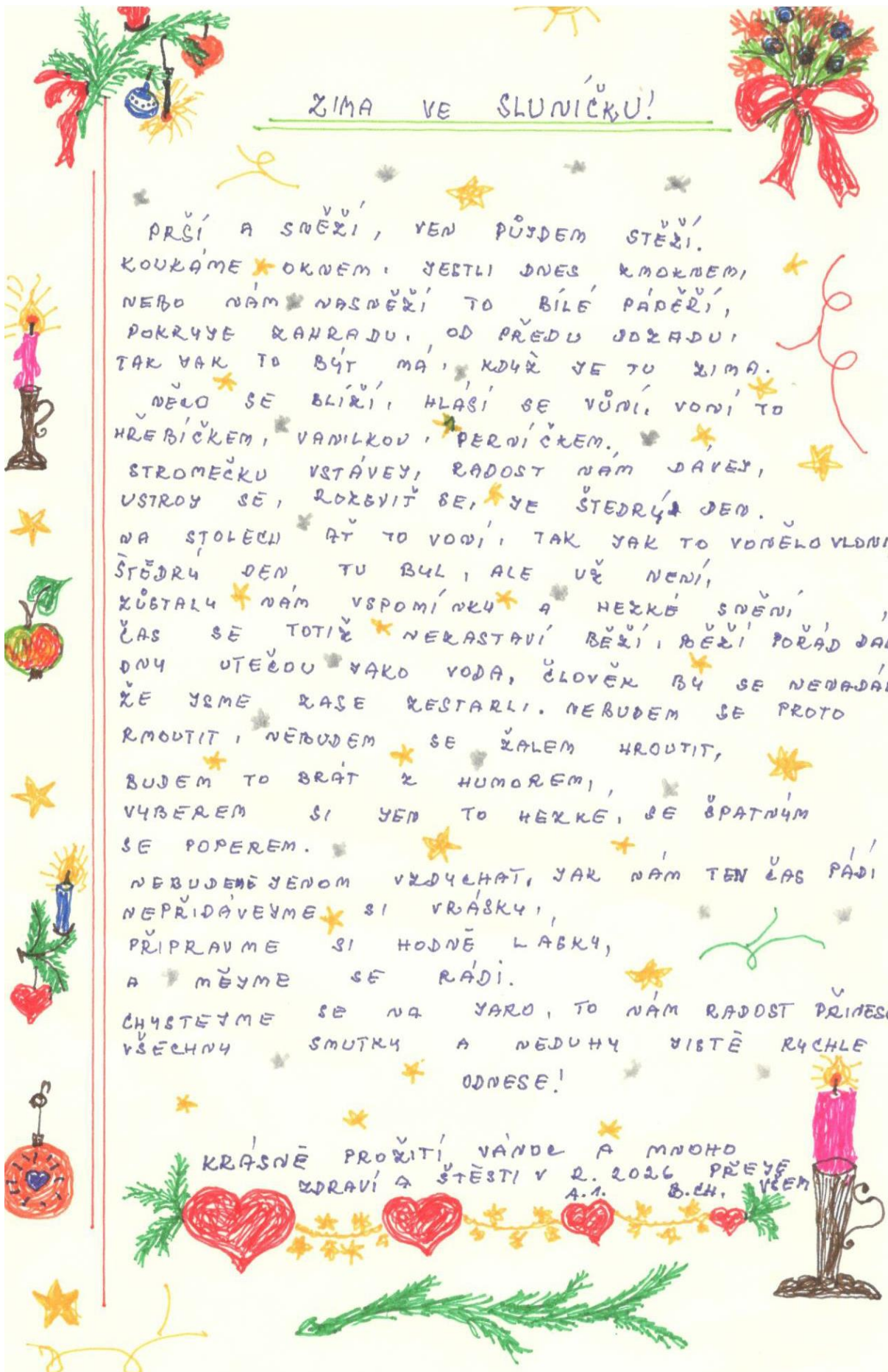
Pozdravujte, prosím, kolegyně - určitě si na vás všechny ještě často vzpomenu.

S pozdravem Vojta

ZIMA VE SLUNÍČKU!

PRŠÍ A SNĚŽÍ, VĚN PŮJDEM STĚŽÍ.
 KOUKÁME OKNEM: JESTLI DNES KMOŘEM,
 NEBO NÁM NASNĚŽÍ TO BÍLÉ PÁPĚŘÍ,
 POKRYJE RANRAJU, OD PŘEDU ODZADU
 TAK VAK TO BÝT MÁ, KDYŽ JE TU ZIMA.
 NĚCO SE BLÍŽÍ, HLASÍ SE VŮNÍ, VŮNÍ TO
 HŘEBÍČKEM, VANILKOU, PERNÍČKEM,
 STROMEČKU VSTÁVEJ, RADOST NAM DAVEJ,
 USTROY SE, ROZKVÍT SE, JE ŠTEDRÝ DEN.
 NA STOLECH AŽ TO VŮNÍ, TAK JAK TO VONĚLO VLNI,
 ŠTEDRÝ DEN TU BYL, ALE VŽ NENÍ,
 ZŮSTALY NÁM VSPOMÍNKY A HEZKÉ SNĚNÍ,
 ČAS SE TOTIŽ NEKASTAVÍ BĚŽÍ, BĚŽÍ PORAD DAL
 DNŮ UTEČOU VAKO VODA, ČLOVĚK BY SE NEVADAL
 ŽE JSME RAŠE KESTARLI. NEBUDEM SE PROTO
 KMOUIT, NEBUDEM SE ŽALEM HROUIT,
 BUDEM TO BRÁT Z HUMOREM,
 VYBEREM SI JEN TO HEZKÉ, SE ŐPATNŮM
 SE POPEREM.
 NEBUDEMĚ JENOM VZDYCHAT, JAK NÁM TEN ČAS PADI
 NEPŘIDÁVEJME SI VRÁBKŮ,
 PŘIPRAVME SI HODNĚ LÁBKŮ,
 A MĚJME SE RADI.
 ČHYSTĚJME SE NA YARO, TO NÁM RADOST PŘINESE
 VŠECHNY SMUTKY A NEDUHY VISTĚ RYCHLE
 ODNĚSE!

KRÁSNE PROŽITÍ VÁNOU A MNOHO
 ZDRAVÍ A ŠTĚSTÍ V R. 2026 PŘEJĚ
 A. J. B. CH. VĚM





ÚSEK A2

Zimní čas je krásným obdobím, kdy většina lidí zvolní své tempo a může čerpat síly na rok nový, který celé vánoční období uzavírá.

K vánočním svátkům patří také odpočinek, ale zejména setkávání přátel a členů rodiny. A k tomu samozřejmě neodmyslitelně patří hodování, mlsání, popíjení vánočních nápojů, ať už alkoholických, či těch bez alkoholu.

Na úseku A2 adventní čas začal vánoční výzdobou v pokojích, kdy pracovnice ze svého domova donesly čerstvé větvičky jedliček, smrčků a vyzdobily tím hned několik pokojů našich klientů. Někteří klienti mají možnost jet na svátky domů ke svým blízkým a známým, aby tak prožili Vánoční atmosféru v kruhu svých nejbližších.

Dovolte mi také popřát všem, a to vedení domova, ekonomickému úseku, kolegyním, kolegům, pracovníkům obslužných pracovišť do kuchyně, prádelny, údržby, úklidu a zejména našim klientům Domova Sluníčko klidné prožití vánočních svátků, mnoho sil, pozitivní energie do toho nového roku 2026, především pevné, ničím nenahraditelné zdraví.

Vedoucí úseku Adéla Fůsová, DiS.

VÝLET DO OBLAK: KLIENTI Z ÚSEKU A2 DOBYLI BOLT TOWER A KAVÁRNU

V pátek 26. září se sedm klientů z úseku vydalo na nevšední exkurzi, která je doslova vynesla do oblak. Cílem výpravy, kterou doprovázeli tři pracovníci domova, byla ikonická Bolt Tower v Dolních Vítkovicích a tamní vyhlídková kavárna. Tento zážitek plný výhledů a skvělé kávy byl darem od spokojené rodiny jedné z našich klientek (p. Košákové), které tímto patří naše velké poděkování.

Počasi přálo a skupina se s nadšením vydala prozkoumat industriální srdce Ostravy. I přes mírnou nervozitu z výšek se všichni klienti cítili bezpečně, a to díky bezbariérovému přístupu a pečlivému doprovodu personálu. Výtah je rychle vyvezl do závratné výšky, kde měli



možnost vidět panoramatický pohled na celé město, Beskydy a unikátní areál Dolních Vítkovic.

Největším lákadlem byla samozřejmě návštěva kavárny v nejvyšším patře nástavby. Při šálku horké kávy a kousku zákusku si klienti užívali jedinečnou atmosféru. Bylo to příjemné zpestření denního programu a skvělá příležitost popovídat si v netradičním prostředí.

Vedoucí úseku Adéla Fúsová, DiS.

AZ KVÍZ – AKCE, KTERÁ PŘEDČILA VŠECHNA OČEKÁVÁNÍ

Na našem oddělení se ve středu 15.10.2025 uskutečnila jedinečná soutěžní akce – náš vlastní AZ KVÍZ, kterou jsme připravili speciálně pro naše seniory. A musíme říct, že se opravdu vydařila na jedničku.

Soutěž probíhala ve stylu známého televizního AZ kvízu. Klienti byli rozděleni do dvou týmů – žlutého a červeného. Každý tým měl svou kapitánku:

- Žlutý tým vedla vedoucí úseku paní Adélka
- Červený tým reprezentovala úseková sestra paní Světlanka

Pro soutěžící jsme si předem připravili pestrou škálu otázek a úkolů. Nechyběla témata z oblasti filmů, pohádek, historie či zeměpisu. Velkým zpestřením byly také hudební ukázky, hádání předmětů inspirované soutěží KUFR nebo poznávání předmětů poslepu. Kapitánky týmů si navíc musely poradit se záhadnou hádankou, která měla prověřit jejich důvtip a rychlé myšlení.

Celou soutěž s plným nasazením a typickou energií moderovala koordinátorka Šárka, která vytvořila napínavou, energickou atmosféru u každé otázky.

Po vyhodnocení soutěže nechyběly drobné dárečky pro všechny účastníky, protože – a to musíme zdůraznit – vyhráli všichni. Každý z klientů totiž ukázal bojového ducha, týmovou spolupráci a skvělé myšlení. Na závěr jsme společně připili nealko šampaňským, abychom tento krásný den důstojně zakončili.



Ale opravdu jsme ho zakončili?

Ukázalo se, že jsme tím ve skutečnosti něco odstartovali! Klienti byli nadšení natolik, že si okamžitě vyžádali pokračování našeho AZ kvízu. No my je samozřejmě nemohly zklamat.

Proto jsme se rozhodli udělat pro klienty další předvánoční pokračování AZ kvízu, které bylo plné tematického období – Vánoce.

Proto už teď se všichni těšíme, jaké další záludné otázky si na nás připraví TROJLÍSTEK A2 – tedy Adélka, Světlanka a Šárka.

Pro klienty je to velká zábava, napětí a hlavně dávka radosti, kterou si všichni navzájem přenášejí.

napsala Koordinátorka Šárka Bartošovičová

SOUTĚŽ MEZI TÝMY

Na konci měsíce října se opět konala již tradiční soutěž mezi týmy o putovní pohár. Zapojily se všechny úseky a ergo tým.

Týmy byly složené z vedoucích jednotlivých úseků, koordinátorek a pracovníků v přímé péči.

Na všechny soutěžící čekalo pět různých disciplín, při kterých otestovali svou hybnost, své smysly, svou kreativitu a taky smysl pro humor. Soutěživost šla cítit ve vzduchu, ale legrace a dobrá nálada zvítězila. Krásnou atmosféru navodili i fandící klienti, kteří soutěž prožívali se soutěžícími.



Součástí „turnaje“ byla i soutěž o nejlepší sladký, případně slaný muffin. Porota, která se skládala z vedení domova a předsedkyně odborů, ochutnala všechny a vybrala ten nejlepší.



Pro letošní rok jsme putovní pohár bohužel neobhájily, ale vítězům to samozřejmě přejeme. Za to jsme vyhrály soutěž o nejchutnější muffiny, které nám pro tuto akci napekla pracovnice p. Daniela Kicová.

Chtěla bych za celý tým poděkovat všem, kdo se této akce zhostil a pomohl s přípravami. Já i celý úsek je za tyto aktivity moc vděčný. Je to moc fajn si na chvíli „odfrknout“ od běžných pracovních povinností.

Vedoucí úseku Adéla Fůsová, DiS.

ZDOBENÍ VÁNOČNÍHO STROMEČKU NA ÚSEKU A2

Zdobení vánočního stromu je jedním z nejkrásnějších a nejtradičnějších prvků vánočních svátků, který spojuje generace a kultury po celém světě. V minulosti se zdobíval někdy kolem štědrého dne, my jsme si ho na úseku ozdobily dříve, a to ve čtvrtek 4.11. den před Mikulášem. Použily jsme světelný řetěz, sladily jsme stromeček do bílo růžových baněk, aby nám na úseku vytvořil vánoční atmosféru. Mohly jste jej zahlédnout na křižovatce u křesílek, kde svítil celý měsíc prosinec, až do začátku ledna.

Vedoucí úseku Adéla Fůsová, DiS.

Milí klienti, milé pracovnice v přímé péči a úseková sestřičko,

blíží se nám konec roku 2025 a já bych vám všem velmi ráda poděkovala za spolupráci v tomto roce a vyjádřila přání do roku nového.

V tomto roce jsme společně ušli obrovský kus cesty. Opět se ukázalo, že pokud lidé drží za jeden provaz a jdou stejným směrem, má to smysl. Od června nastala změna v koordinátorce. Z pracovnice v přímé péči se stala koordinátorka p. Šárka Bartošovičová.

Řekla bych, že změnou koordinátorky, jde celý tým úseku A2 kupředu a mám pocit, že stavíme na pevných základech. Nechci být naivní, vím, že lidé přicházejí a zase odcházejí, ale to tak v sociálních službách prostě je. Vše záleží na tom, jaké si to sami uděláme, vytvoříme podmínky pro nově nastupující zaměstnance (kolegy).

Po dobu měsíců srpna až půlky prosince probíhala na úseku A2 rekonstrukce zástěn a výměna podlah na 10 pokojích.

Pro klienty a personál to nebylo snadné. Klienti se museli stěhovat do náhradních pokojů, se svými osobními věcmi. Pracovníci se snažili co nejvíce zútulnit daný pokoj, jak nejlépe to bylo možné. Tým technického útvaru nastoupil hned brzy z rána, aby nám pomohl s vystěhováním těžkých skříní a postelí. A tak to probíhalo až do poloviny prosince.

Jsem velmi ráda, a tímto bych chtěla poděkovat stálým pracovnícům na úseku A2, za jejich usilovnou práci, empatii a cit, který do své práce vkládají, protože všichni víme, že práce s lidmi není jednoduchá. A těm nově příchozím zaměstnancům chci popřát jen to dobré a i když to není vždy jednoduché, tak vydržet... Pod heslem: „ Když se chce všechno jde“..



Ještě jednou děkuji Vám všem jmenovitě Šárce, Světlaně, pečovatelkám za neocenitelnou práci, kterou ve své profesi vykonáváte. Je velice důležitá a dotýká se opravdu mnoha lidí. Poskytujete lidem podporu, naději a vytváříme jim DOMOV, což je velice náročné. Děkuji za Vaši empatii, pomoc a snahu dělat lidem hezčí dny, což je naprosto nenahraditelným přínosem Vaší práce!

Klidné prožití svátků vánočních s těmi, které máme rádi a do nového roku hlavně pevné zdraví, štěstí, lásku a splnění všech osobních i pracovních cílů.

Těším se na spolupráci v NOVÉM ROCE.

Vedoucí úseku Adéla Fůsová, DiS.

DOMOV SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM

ÚSEK B1

13. ROČNÍK POTRAVINOVÉ POMOCI VE SLUNÍČKU

Potravinová sbírka v našem domově proběhla v termínu 13. - 17. října 2025 v prostoru DS a DZR. Letos se podařilo vybrat 51,5 kg potravin v celkové částce 3.550, - Kč. Trvanlivé potraviny následně převzala Potravinová banka, která předá potraviny všem potřebným, lidem v nouzi.



Děkuje všem dárcům DS Sluníčko za příspěvek do sbírky.

Bc. Petra Vránová, DiS.



DĚKUJEME

za Váš příspěvek do potravinové sbírky, která se konala v roce 2025 při příležitosti Mezinárodního dne za vymýcení chudoby.

Ve výši: 51,5 Kg

Vaším příspěvkem pomáháte Potravinové bance v Ostravě podpořit lidi v nouzi.

JUBILANTKA NA B1

Dne 17.9.2025 oslavila klientka úseku B1 Paní Miluše Burešová své životní jubileum a to 85. let. Paní Miluše je rodačka z Ostravy, po ZŠ vystudovala gymnázium a následně pokračovala na VŠ – obor s pedagogickým zaměřením. Učila na ZŠ všeobecné předměty. Má dvě děti - dceru, která žije v daleké Americe a syna, který bydlí v Praze. Ve svém volném čase ráda čte, luští, sleduje TV – hlavně vědomostní soutěže. V DS Sluníčko je od května 2022. Paní Miluši přejeme především pevné zdravíčko a ještě mnoho sluníčkových dní ve Sluníčku.

Bc. Petra Vránová, DiS.



IGRÁČEK A ZVEDÁK SARA

Poděkování vedení Sluníčka za nákup nového zvedáku Sara. Bonusem byl pohledný a šikovný fyzioterapeut, který personálu úseku B1 následně ukázal na konkrétní klientce, jak správně, šetrně a efektivně se zvedákem Sarou manipulovat a pracovat. Z fyzioterapeuta mužského elementu byla nadšená nejen naše klientka p. Danuše, ale také přítomné pečovatelky.

Bc. Petra Vránová, DiS.



ÚČAST ÚSEKU B1 NA SOUTĚŽI MEZI TÝMY

Jak jistě víte, 31. října se konala každoroční soutěž mezi týmy o putovní pohár Domova Sluníčko. Úsek B1 reprezentovaly PSS Lucie Probošová a Taťána Menšíková a nová koordinátorka Ágnes Malášková. Lucka navíc do kulinářské soutěže napekla skvělé čokoládové muffiny dozdobené duchy z lineckého cukroví. V rámci turnaje nás čekalo celkem šest stanovišť rozmístěných na různých místech po Domově. Začaly jsme ve velkém sále, kde jsme měly na prvním stanovišti 5 minut na převlečení co nejvíce kusů ložního prádla. Odtud jsme se přesunuly k pantomimě – jedna z nás hádala předměty, které měla nalepené na čele a druhé dvě je předváděly. V knihovně jsme v časovém limitu 30 sekund měly individuálně sepsat co nejvíce věcí potřebných k ranní hygieně klientů. Bodovaly se nám jenom ty, na kterých jsme se shodly a mile mě překvapilo, že jsme jako tým uvažovaly podobně a bodů získaly více než jiné týmy. Ze šicí dílny jsme si později odnesly plný počet bodů za zapamatování předmětů, zato nás hodně potrápily znalostní otázky z oblasti vědy, kterým jsme čelily v tělocvičně. V ateliéru dobrých nápadů jsme z puštěných ukázek hádaly interprety a vzájemně tak poznaly, jaké žánry se nám líbí. Celkově jsme v klání získaly krásných 44 bodů. Putovní pohár jsme si sice neodnesly, ale strávily jsme příjemné dopoledne s kolegyněmi z celého Domova zakončené ochutnávkou domácích muffinů :)

Koordinátorka B1, Mgr. Ágnes Malášková

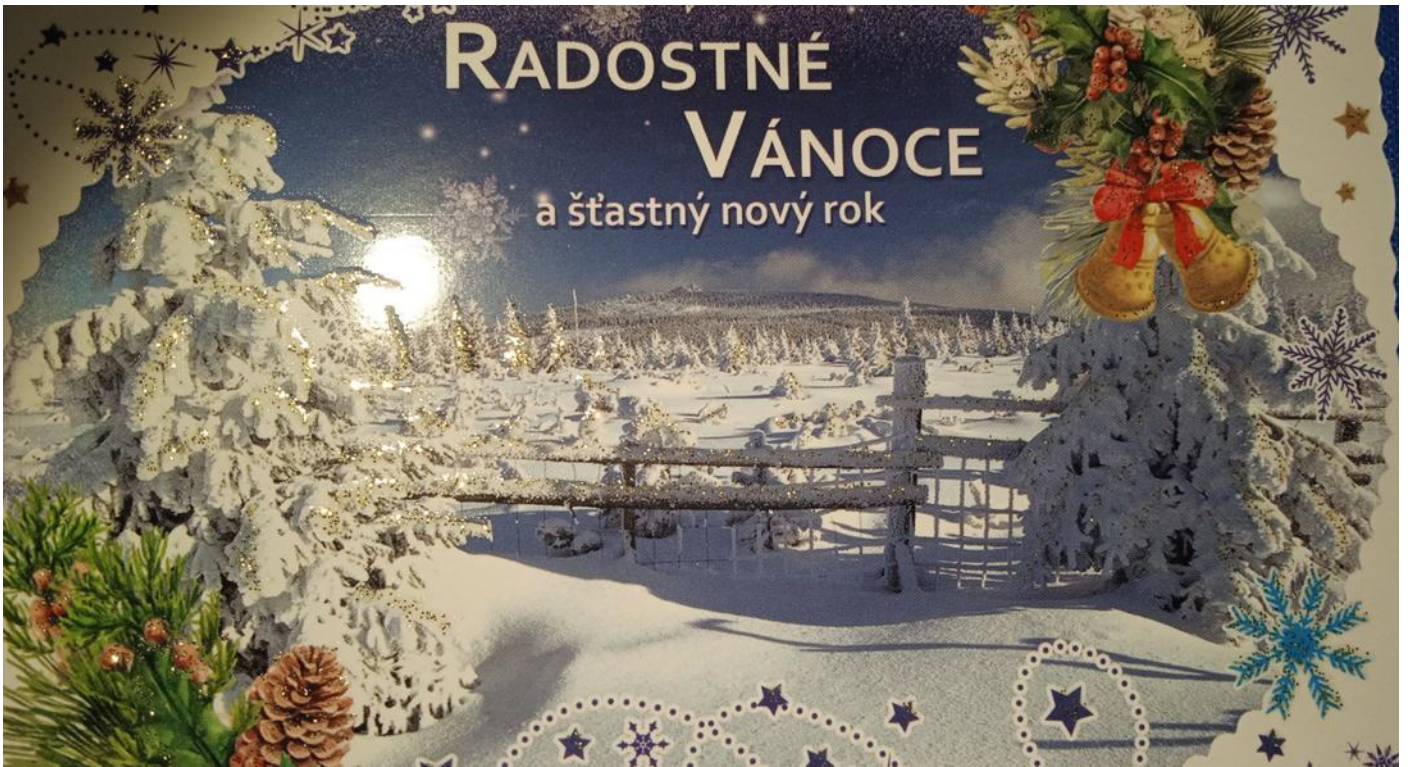
OHLÉDNUTÍ ZA ROKEM 2025

Letošní rok byl opravdu rychlý a náročný. V roce 2025 – já za sebe přirovnávám – k japonskému nejrychlejšímu vlaku Šinkanze. Pak následuje pouze let, vystřelení na Měsíc.



Odešla nám schopná a spolehlivá koordinátorka Eva Staňková, má pravá ruka, po které je nám všem smutno. Nová koordinátorka Mgr. Ágnes Malášková naskočila takzvaně do rozjetého vlaku a jako Ivica se pere a učí obstát v této nelehké pozici. Věřím, že vše brzo zvládne a dostane se jí podpory také od týmu pečujících. Přeji si, aby byla přínosem pro tým pečujících, spolehlivá má druhá pravá ruka. Závěr roku 2025 se nese v duchu mnohých stavebních úprav, zejména výměn oken na chodbách a pastování pokojů. Bohužel stavební úpravy pokračující i v čase adventním nepřinášejí klid a pohodu. Věřím, že se vše stihne včas a klienti i pečující si v poklidu užijí vánoční čas. Velké poděkování patří úseku B1 a všem pečovatelkám, dohodářkám, zdravotní úsekové sestřičce Šárce, kolegyním z ergo týmu za pomoc při výpadech za rychlou výpomoc zejména v oblasti hygien, podání stravy, doprovodů a Hance Dudové, která vede dopolední ergo skupinky s klienty. Děkuji svému týmu pečujícím za nasazení, ochotu a trpělivost s klienty DZR, protože bez Vás by to kolegyně opravdu nešlo! Dovolte mi touto cestou popřát všem kouzelné prožití Vánoc v kruhu nejbližších. Šťastné vkročení do roku 2026, především pevné zdravíčko, dobré mezilidské vztahy a humor.

Bc. Petra Vránová, DiS., vedoucí úseku B1



ÚSEK B2

PODZIM V DUCHU OSLAV ŽIVOTNÍHO JUBILEA

V měsíci říjnu oslavily významné životní jubileum dvě klientky našeho úseku B2, p. Emilka Skurková 90 let a paní Věrka Kubíčková 85 let. Vedoucí úseku paní Lenka Závodná společně s koordinátorkou přímé péče paní Lenkou Gelovou zajistily oslavenkyním krásnou kytici. Oběma klientkám přišli gratulovat všichni pracovníci úseku B2 i někteří spolubydlíci. Paní Emilka i paní Věrka byly mile překvapeny a z přání k narozeninám měly velkou radost.

Lenka Závodná, DiS.





SOUTĚŽ MEZI TÝMY

V pátek 31. října 2025 se v Domově Sluníčko uskutečnila soutěž mezi týmy jednotlivých úseků. Úsek B2 v týmu s modrými tričky reprezentovali Lenka Závodná, Monika Kačerková a Lenka Gelová. Po celou dobu soutěže se jim vedlo velmi dobře. Nejvíce se jim dařilo v kvízu z oblasti hudby, bez potíží zvládly úkoly prováděné formou pantomimy a svou zručnost a rychlost prokázaly při povlékání polštářů a přikrývek. V ostatních týmech byli velmi schopní soupeři, ale nejdůležitější bylo to, že se všichni společně dobře bavili a celou akci si užili. Soutěžícím přišli fandit i klienti domova, což bylo velmi povzbuzující a podněcovalo to soutěživou náladu. 1. místo v soutěži mezi týmy s nejvyšším počtem bodů získal ergo tým. Z vítězství měli obrovskou radost, kterou s nimi sdíleli i ostatní soutěžící.

Bc. Lenka Závodná, DiS.

VÁNOCE SE BLÍŽÍ....

Pracovníci úseku B2 připravili klientům v předvánočním období příjemné překvapení. Vyzdobili chodby úseku i pokoje klientů vánočními ozdobami, smrkovými větvíčkami i vánočními stromečky. Chtěli klientům udělat radost a naladit je na blížící se vánoční svátky. Někteří klienti našeho úseku se zapojili do pečení vánočního cukroví. Společnou aktivitu zorganizovali pro klienty domova pracovníci ergo týmu. Vánoční cukroví svátečně provonělo prostory domova. Pan ředitel s pracovníky ergo týmu, darovali klientům i pracovníkům našeho úseku adventní věnec a vánoční hvězdu. Teď už jen vyhlížíme Ježíška.....

Bc. Lenka Závodná, DiS.



ÚSEK B3

NOVÁ VOLIÉRA NA ÚSEKU B3

Vzhledem k tomu, že se rozrostl počet ptáčků na úseku, pořídili jsme novou voliéru. Pár agapornisů máme necelé čtyři roky. Letos se poprvé podařilo úspěšně odchovat vylíhnuté mládě a bylo potřeba rodince zajistit větší prostor.



Agapornis, je známý mezi chovateli jako papoušek lásky. Název vznikl z řeckých slov *agape* (láska) a *ornis* (pták). Své jméno si vysloužil díky tomu, že s partnerem tráví celý život – neustále se navzájem čistí, krmí a komunikují. Patří mezi nepřátelštější a nejvěrnější druhy drobných papoušků. Tito energičtí a zvědaví ptáci pocházejí z Afriky, kde obývají savany i okraje lesů. Jsou oblíbení pro svou inteligenci, hravost a pestré zbarvení. Při správné péči se dožívají více než deseti let. Jsou věrnými společníky klientů B3.

Bc. Erika Pišťáčková

PODĚKOVÁNÍ PRACOVNICÍM PŘÍMÉ PÉČE ÚSEKU B3

V tomto období se mnozí z nás ohlížejí za uplynulým rokem, a to nejen v osobním životě, ale rovněž i za tím, jak jsme prožili čas v prostředí pracovním. Všichni jistě vnímáme, jak je náročné pohotově reagovat na fyzické i psychické potřeby našich klientů, s cílem nepřetržitého zajištění vysoké míry kvalitní péče.

Pracovnice přímé péče úseku B3 mohou uplynulý rok hodnotit jako rok, ve kterém dokázaly být jeden tým a vzájemně pomoci nejen při řešení individuálních potřeb klientů na svém úseku. Vnímaly nutnost kontinuity péče a byly tahouny při personálním zajištění provozu domova v obdobích oslabení počtu pracovníků, zejména na jiných úsecích. Vzhledem k tomu, jak jsem již zmínila, že je naše práce náročná a žádá si nemálo sil, nelze se divit, že únava byla znát. Přesto to holky dokázaly. O tom, že to dělají dobře, vypovídá mnoho poděkování a pochval, se kterými se na mě obracejí rodiny našich klientů. Všem holkám moc děkuji. Věřím, že spokojenost klientů a jejich blízkých je pro ně motivující do další práce a do příštího roku všem přeji mnoho zdraví, energie při plnění náročných úkolů a radosti jak v profesním, tak i v osobním životě.

Bc. Erika Pišťáčková



ÚSEK B4

TÝMOVÁ PRÁCE, NOVÉ TVÁŘE A RADOST Z MALÝCH I VELKÝCH ZÁŽITKŮ

Domov pro seniory Sluníčko je místem, kde každý den klademe důraz na klid, bezpečí, vstřícnost a individuální přístup ke každému klientovi. Nejinak je tomu i na úseku B4. Díky skvělé spolupráci celého týmu se nám daří udržovat dobrý chod oddělení, příjemnou atmosféru a hlavně spokojenost našich klientů a klientek. Každý den přináší nové výzvy, ale i drobné radosti, které dávají naší práci hluboký smysl.

PODĚKOVÁNÍ CELÉMU TÝMU

Na tomto místě bych chtěla ze srdce poděkovat celému kolektivu úseku B4. Bez vzájemné podpory, ochoty pomáhat si a pozitivního přístupu by nebylo možné zvládat náročné situace s takovým nasazením a lidskostí. Vaše práce má obrovskou hodnotu a odráží se nejen na chodu oddělení, ale především na pohodě našich klientů. Děkuji za každodenní obětavost, trpělivost a laskavost.

PŘEDSTAVUJEME NOVÉ POSILY TÝMU

Náš tým se v poslední době rozrostl o nové kolegyně, které už nyní přinášejí do kolektivu svěží energii, nápady a chuť do práce. Vedoucí úseku je nově paní Lucie Florová, která se rychle zapojila do chodu oddělení a s velkou odpovědností i empatií vede celý tým. Do přímé péče nastoupily také paní Michaela Mičulková a paní Monika Jariabková, které si už našly cestu ke klientům a svým přístupem si získaly jejich důvěru i sympatie kolegů. Všem třem přejeme, ať se jim u nás i nadále daří a práce je naplňuje.

SPLNĚNÉ PŘÁNÍ A NEZAPOMENUTELNÝ ZÁŽITEK

Jedním z krásných momentů posledních týdnů byl výjezd s naší klientkou, paní Danielou, na slavnostní rozsvícení vánočního stromu do Havířova. Tento výlet byl důkazem, že se snažíme naplňovat individuální přání a potřeby našich klientů a klientek. Pro paní Danielu byl zážitkem nejen samotný program, ale už samotná cesta autem na místo pro ni znamenala velkou radost a změnu každodenního stereotypu. Z výletu se vrátila plná dojmů a s úsměvem na tváři, který nám potvrdil, že podobné okamžiky mají obrovský význam.



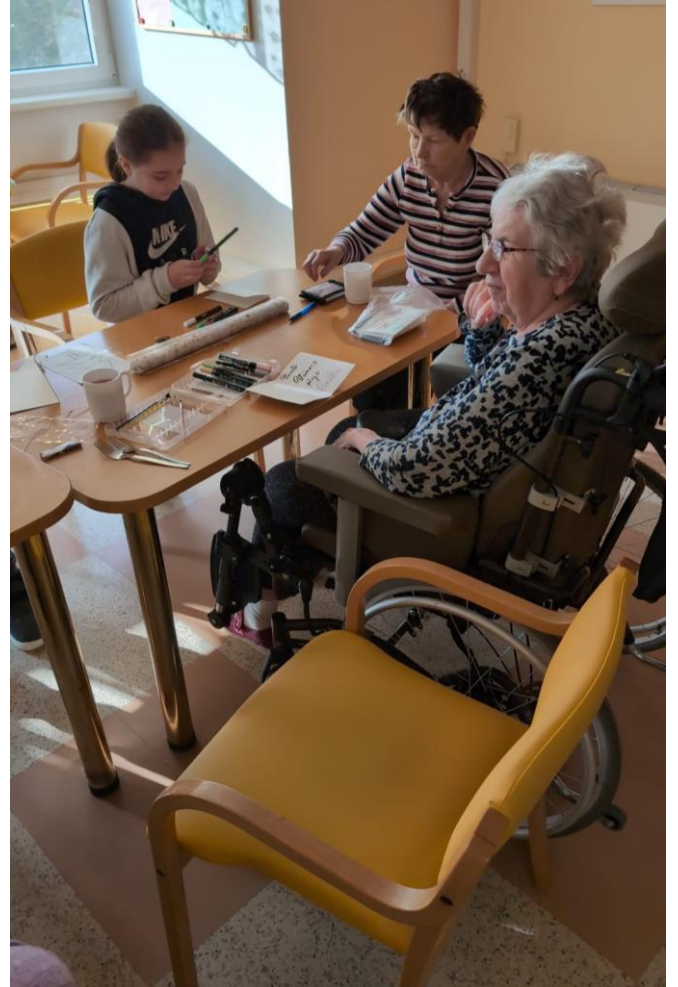
VÁNOČNÍ PŘÍPRAVY NA B4

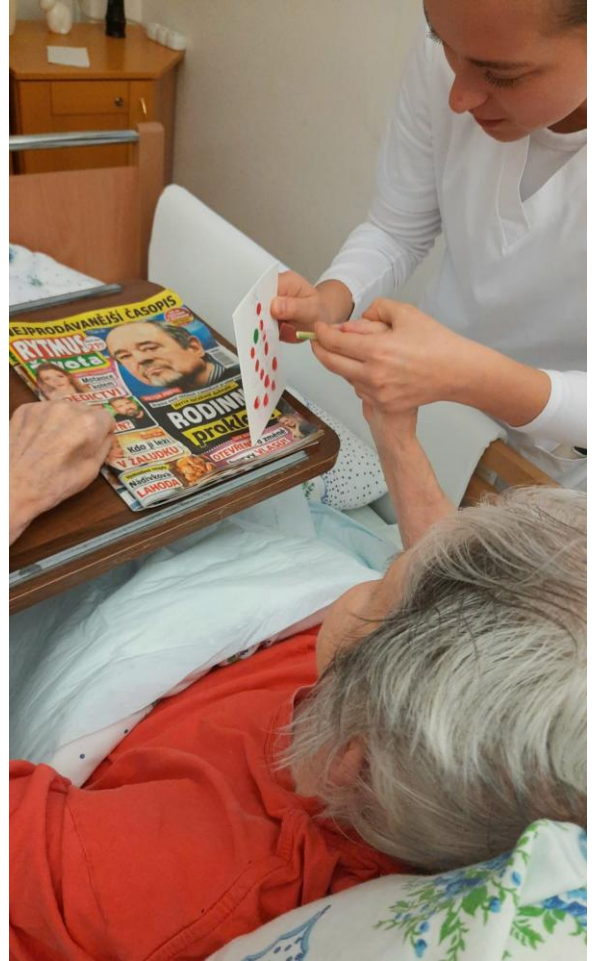
Adventní čas jsme si na oddělení zpestřili také společným loupáním ořechů na vánoční cukroví. Klienti se do této činnosti rádi zapojují, procvičují jemnou motoriku, vzpomínají na vánoční přípravy z minulých let a sdílejí své recepty i vzpomínky. Tyto chvíle mají nejen praktický, ale hlavně sociální a terapeutický rozměr.

Do dalších dní chystáme také rukodělné aktivity, které podpoří tvořivost klientů a přinesou další příležitosti ke společnému setkávání, povídání a sdílení radosti z hotového díla a samo sebou také vánoční výzdobu našeho úseku.

Sepsala: Lucie Florová







PORADENSTVÍ

Milí čtenáři a milé čtenářky,

máme za sebou další rok, který byl nesmírně náročný. Také my z poradenství chceme poděkovat všem kolegyním a kolegům za spolupráci v uplynulém období.

V roce 2025 jsme opět přijali velké množství žádostí a setkali se v rámci sociálního šetření s mnoha žadateli o službu, kteří nemají v místě bydliště dostatečnou podporu a péči z důvodu nedostatečných kapacit terénních sociálních služeb, absence neformální pomoci ze strany rodiny, ať už z pracovních důvodů, zdravotních či z důvodu velké dojezdové vzdálenosti, kterou by musela rodina překonat při každodenní podpoře a pomoci svým blízkým.



V období do 30. listopadu 2025 jsme přijali rekordních 589 žádostí o přijetí do Domova Sluníčko. Prošetřili jsme 412 žádostí a vyřadili 487 žádostí. Službu domova pro seniory zahájilo 13 klientů a službu domova se zvláštním režimem 38 klientů.

Do roku 2026 vstupujeme s nadějí, že bude lepší než ten minulý. Všem vám přejeme pevné zdraví a hodně šťastných dnů s rodinou či přáteli. Aby dny strávené v Domově Sluníčko plynuly s lehkostí a dobrou náladou. Kolegyním a kolegům mnoho sil ke zvládnutí všech pracovních povinností a také mnoho krásných chvil s rodinou.



Monika Neuwirthová, DiS.

PALIATIVNÍ PÉČE

ZHODNOCENÍ PALIATIVNÍ PÉČE V DOMOVĚ SLUNÍČKO ZA ROK 2025

Bude to už rok, co jsem nastoupila do našeho domova jako koordinátor paliativní péče. Pro mě pracovní pozice úplně nová, nedotknutelná. Ve zkušební době jsem se seznamovala s celým personálem a s domovem jako takovým. Mám také za sebou řadu školení, kurzů, konferencí, online webinářů. Mohu upřímně říci, že dnes jsem úplně někde jinde než na začátku.

Během tohoto roku se změnil celý multidisciplinární tým. Společně jsme všichni měli povědomí o paliativní péči, koncept již v domově běží třetím rokem. Pravidelně jsme se s kolegyněmi setkávaly a vytvořily tým. Pracovaly jsme na podnětech, připomínkách ale i s novými nápady, jak koncept paliativní péče zdokonalit. Troufám si říci, že k tomu přispělo i mé školení v domově s názvem Základy paliativní péče v Domově Sluníčko. Toto lektorování mě hodně posunulo kupředu, osobně jsem poznávala pečující personál, ale i velkou zpětnou vazbu na celkově uchopený koncept paliativní péče. Jako domov jsme znovu obhájili certifikát „Pohlad’me umírajícímu tvář“.

Má pracovní náplň se neustále rozšiřuje, což je pro mě znamením, že se paliativní péče v našem domově posouvá, prohlubuje a zlepšuje. Mým cílem do budoucna je získat co největší osvětu, jak pro domov, tak pro veřejnost. Změnit tabu smrti na něco, co je součástí přirozeného života. Zároveň vymanit mýtus, že paliativní péče je často zaměňována s eutanázií.

VZPOMÍNKOVÝ ODPOLEDNÍ ČAJ

Dne 11.11.2025 jsme se sešli v sále Domova Sluníčko na podzimním setkání s názvem „Vzpomínkový odpolední čaj“ pro rodiny, přátele a blízké. Cílem setkání bylo zavzpomínat a popovídat si o našich blízkých – klientech, kteří nás opustili od 12/2024 – 11/2025. Tomuto setkání předcházelo důkladné projití seznamů našich klientů, dohledání kontaktů na rodinné příslušníky a rozeslání pozvánek. Celkem bylo pozvaných 32 rodin, 4 rodiny se omluvily a 4 rodiny dorazily.

Kolegyně z ergo týmů vyzdobily prostředí sálu a připravily malé pohoštění – čaj, kávu a skvělý jablečný závin. Tímto bych chtěla poděkovat celému ergo týmu za přípravu akce a také za spolupráci na fotografiích, které získaly z akcí, oslav narozenin, z našeho časopisu Sluníčkový paprsek.

Podzimního setkání se zúčastnili vedoucí útvaru sociální a přímé péče p. Mgr. Dvořáková Tereza, DiS., ředitel p. Mgr. Tejzr Marek, MBA, duchovní p. Tomáš Bartonec, vedoucí úseku B4 Mgr. Lucie Florová, DiS., vedoucí úseku A1 Mgr. Dagmar Šamajová a koordinátor paliativní péče Mgr. Nikola Gojová, DiS.



Na začátku setkání jsem krátce představila koncept paliativní péče. Poté se ujal slova pan duchovní. Následně jsme vzpomenuli na všech 32 klientů z jednotlivých oddělení, kteří nás v letošním roce opustili. Rodinní příslušníci zapálili svíčku za své blízké, stejně tak jako my za ostatní klienty.

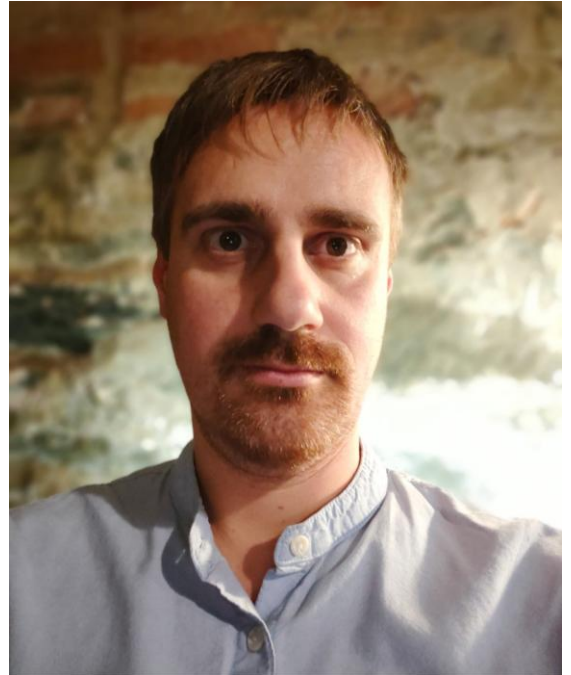
Na závěr zazněl dobrý příklad z praxe, životní příběh klientky z jednoho oddělení našeho domova. Cílem bylo zamyslet se, jak pečující personál vnímá nastavení paliativní péče.

DO NOVÉHO ROKU VYKROČIT S DŮVĚROU

Mou cestu v rukou máš, jdu s důvěrou,
neselže láska Tvá, jdu s důvěrou.
Ať se třeba hory zřítí do moře, jdu s důvěrou,
ať i hvězdy padají a svět kolem se hrouťí.

Když cestu nevidím, jdu s důvěrou.
Vedeš mě slovem svým, jdu s důvěrou.
I když musím projít temným údolím, jdu s důvěrou.
Vím, že zase postavíš mě pevně na své skále.

Každý den novou milost
z Tvých dlaní smím si brát.
Jako strom v Tvém chrámu
v pevných zdech Tvé věrné lásky úkryt mám.
(slova jedné mládežnické písně)



Křesťanská naděje není naivní optimismus. Dobře víme, že do života každého z nás přicházejí také těžkosti, smutky, zmatek, temnota. Však poslední a definitivní slovo má Bůh. Bůh, který nás stvořil, který nás miluje – až do té míry, že za nás zemřel na kříži. Za mne i za Tebe. Tak moc Bohu na nás záleží! I když nevíme, co přijde, co všechno nás v novém roce čeká, máme jistotu, že Bůh nás nikdy neopustí.

Kéž Světlo vánoc – narozený Kristu, zapálí naše srdce a je nám světlem v temnotách, smutcích, starostech, samotě ...

Ježíš říká: „Já jsem světlo světa. Kdo mě následuje, nebude chodit v temnotě, ale bude mít světlo života.“ (Bible, Jan 8,12)

Koncem minulého roku byla ve vašem domově posilněna duchovní služba a to v podobě dvou mladých mužů: Ľudovít Forrai a Ivo Tempír.

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 1.1.2026

Počet výtisků: 60

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

