

ZPRAVODAJ



Vážené klientky, klienti, rodiny
a sympatizanti našeho domova,

horké léto je za námi a my vám přinášíme opět plno novinek z našeho domova. A začneme rovnou jednou změnou ve vedení Kláštera Senlife, kdy štafetu po Lukášovi Drástovi, jsem převzala já - Bára Drástová. Lukáš se bude věnovat dalším plánovaným projektům v rámci společnosti Senlife.

Co se tedy všechno událo? Společnými silami jsme si vylepšili prostředí našich zahrad krásnou květinovou výzdobou z finanční podpory Ježíškových Vnoučat; dále jsme otevřeli druhou část domova – Pivovar, kde vznikly nové komfortní seniorské byty a od srpna zde našlo nový domov cca 30 klientů; dále jsme získali podporu formou odborného vzdělávání od neziskové organizace



Barbora Drástová
Vedoucí domova
Senlife Mělník

MILA, kdy nás opět podpořila Ježíškova Vnoučata z projektu nazvaném „Zvyšování kvality péče v domovech pro seniory.“ Zapojili jsme se také do vzdělávacího projektu Moudré sovičky nadace Vodafone; pořídili dva králíky a projeli se vláčkem po okolí a samozřejmě zažili plno legrace. Zkrátka – bylo toho dost, a tak se více dozvíte na dalších řádcích našeho Zpravodaje.

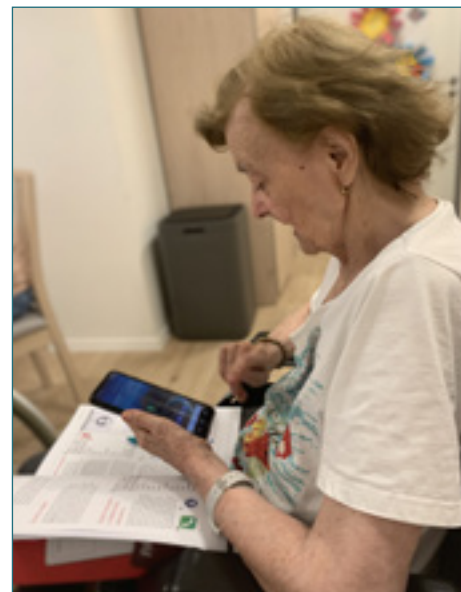
Přeji vám příjemné babí léto,

Bára Drástová

Obsah

Klášterní cvrkot	3
Ježíškova vnučata	6
Slavnostní otevření pivovaru.....	8
Krátce z historie pečovatelsví a Pečovatelka roku.....	9
Foto oko!	10
Neposedné nohy – tipy na výlety	11
Kvíz.....	12

Klášterní cvrkot



▲ **I my patříme mezi moudré sovičky**
(projekt nadace Vodafone)



▲ **Gymnastika** v podání Daniely Pešoutové



▲ **Cvičme v rytme!**

▼ **Kosmatice?** Co to je?

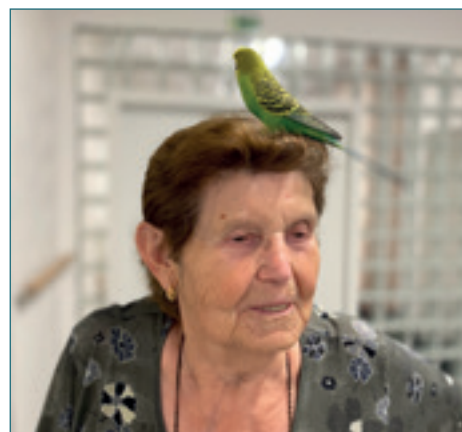
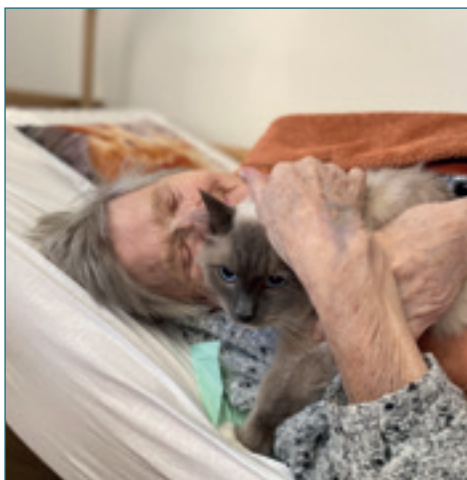


▼ **Srdce pro canis** - štěně



▲ **Práce s dechem a hlasem** v podání Terezy Sokolíkové

▼ **Srdce pro canis** - kocour Hery



◀ **Neposedný andulák Karel**

▼ **Za jedna!**



◀ **Jede, jede mašinka...** výlet vláčkem s průvodčí Renatou

▼ **...kvetě, voní, zkrátka naše!**



Ježíškova vnučata



dny už samotnou výsadbu. Akci jsme si zpříjemnili drobným pohoštěním a zpěvem. Zkrátka atmosféra byla opravdu milá – uvolněná a přátelská. Projekt jsme si s klienty, přáteli domova a rodinami náležitě užili a jsme rádi, že i významně přispěl ke zlepšení prostředí v léta chátrajícím a nově zrekonstruovaném augustiniánském klášteře, který tím získal zase hezčí podobu. Úžasnou atmosféru vám přiblíží níže přiložená fotogalerie. Ještě jednou za celý domov děkujeme.



Jaro láká k zahradničení!

Díky výzvě „Jaro láká k zahradničení,“ Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Ježíškova vnučata, jsme získali finanční prostředky na vytvoření trvalkových záhonků v jižní zahradě a v atriu Rajské zahrady. Naše zahrady díky Ježíškovým vnučatům tak zaplnily: kopretiny, astry, azalky, echinacea, rozchodníky, barvínek, ostrožky růžové, pelargonie, zlatice aj. Do sázení se s chutí vrhli nejen samotní klienti, ale i rodiny, zaměstnanci a přátelé našeho domova. Sešli jsme se v neděli 22.5.22 „po zmrzlých“ a začali se sadbou. Bohužel jsme zjistili, že zemina je špatně zrytá, takže jsme provedli nejdříve zrytí a úpravu terénu a následující



Důstojnější podmínky pro pečující i seniory s Ježíškovými vnučaty

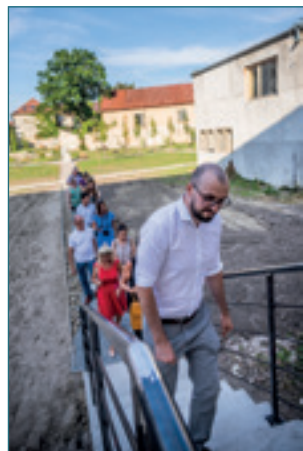
V rámci grantového řízení z veřejné sbírky Ježíškova vnučata vyhlásil v červnu 2022 Nadační fond Českého rozhlasu tematicky zaměřenou a časově ohraničenou výzvu zaměřenou na zvyšování kvality poskytované péče v domovech pro seniory. Konkrétně na podporu pečujících, protože jedině tam, kde jsou spokojení pečující, mohou být spokojení také klienti. Jsme moc rádi, že se náš domov dostal mezi 5 vítězných projektů ze 30 a získal podporu ve formě skupinového a individuálního vzdělávání, zážitkových workshopů, školení a profesionálního koučinku v rámci programu D.O.M.A. Přes 50 hodin spolupráce se specialistkami z organizace MILA po dobu zhruba 6 měsíců, které finančně pokryjí právě Ježíškova vnučata, budou využita ke zvýšení kvality poskytované péče přímo v našem domově.

Společnost MILA vznikla v roce 2018 tehdy pod názvem „Management pro neziskovky“ a měla jedinou ambici. Pořádat vzdělávací kurzy pro nevládní organizace. Dle zakladatelky Simony Bagárové, která působila předtím jako dobrovolnice v domo-



vech pro seniory, bylo setkání s nedůstojnou a nekvalitní péčí natolik skličující, že se rozhodla s tím „něco udělat.“ Vznikla tak organizace pod jménem MILA, která dle Simony Bagárové znamená management, laskavost, anebo taky Míla - první srdcová klientka z domova seniorů, ve kterém paní Simona poprvé působila a která ji dovedla k tématu lidskosti v poskytované péči. Více informací o organizaci najdete na: <https://www.mila.je>





Slavnostní otevření pivovaru

Dne 29. července 2022 jsme slavnostně otevřeli druhou část nově zrekonstruovaného seniorského bydlení, které vzniklo na místě bývalého barokního pivovaru hned vedle kláštera na Pšovce. V budově bývalého barokního pivovaru vznikly po náročné rekonstrukci útulné a komfortní byty pro seniory. Rekonstrukce to byla opravdu náročná, protože objekt byl zcela vybydlen. I tak se podařilo vytvořit příjemné a kvalitní bydlení, které je určeno zejména pro soběstačné klientky a klienty, kteří ještě neuvažují o bydlení v domově pro seniory. Pokud ovšem někdo potřebuje pomoci, tak lze pravidelnou péči v bytech zajistit pomocí terénní pečovatelské služby Senlife. Paleta nabízených služeb je opravdu pestrá. Od pomoci s běžnými denními úkony: jako pomoc s koupáním, donáška

stravy, praní prádla, úklid atp., nabízí Senlife Mělník i balneo služby (kadeřník, pedikúra, masáže a další). Celý dům je bezbariérový a všechna patra propojuje moderní výtah. Všechny 25 plně vybavených bytů o dispozici 1+kk a 2+kk obsahují vlastní kuchyňku, polohovací lůžka, TV a přístup na internet. K dispozici všem obyvatelům je i přilehlá zahrada a parkovací stání. Těšíme se na nové obyvatelky a obyvatele.



Krátce z historie pečovatelsství a Pečovatelka roku

Pečovatelství sahá až do dávné historie, kdy si lidé navzájem pomáhali v nemoci, které připisovali nadpřirozené síly. Nemoci léčili pomocí zaříkávání, amuletů či užíváním všelijakých přírodních lektvarů. První oficiální pečovatelé se objevili po boku lékařů již v bájném Řecku. V ČR byla první zmínka zachycena v 10. století, kdy vznikaly při kláštřích první nemocniční a hospicová lůžka – tzv. špitály. V bývalém Československu byla za nejvýraznější osobnost v oboru péče o nemocné považována Alice Masaryková. Jako zakladatelka a první předsedkyně Československého červeného kříže (1919), bojovala za zlepšení sociální situace a vzdělávání žen. Sama se rovněž zasloužila o vznik první ošetrovatelské školy v roce 1874, která historicky postupně ovlivnila vznik dalších specializovaných středních zdravotních škol po roce 1950.

V 70. letech byla sociální péče převedena do resortu MPSV. Služba byla zaměřena na základní sanitární a hygienickou péči, úklid domácnosti, praní prádla, nákupy a nošení jídla. V 80.



letech komunistický režim uznal potřebu řešit sociální otázky a začínají fungovat první sociálně právní školy a speciální pobytová zařízení. Důraz byl kladen i na povinné kvalifikační vzdělání pečovatelek, které pokračuje dodnes. Zcela zásadní přelom v oblasti pečovatelsství přinesl vznik nového zákona – Zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách.

Od roku 2002 také pravidelně probíhá celostátní soutěž Národní ceny sociálních služeb – **Pečovatelka roku**, která má za cíl představit široké veřejnosti důležitost a náročnost této profese a zvýšit její

prestiž. Tuto soutěž pořádá Asociace poskytovatelů sociálních služeb a Diakonie ČCE. Letos poprvé se zapojujeme i my do této soutěže. Za náš domov byla nominována z řady kvalitních pečovatelů – paní **Lenka Marešová**, která je oblíbená u klientů a spolupracovníků díky empatickému a vždy veselému přístupu a srdci na dlani. Více informací k pravidlům soutěže a hlasování vám sdělí aktivizační pracovníci. Info na www.narodni-cena.apsscr.cz. Hlas pro Lenku!

Foto oko!



Neposedné nohy – tipy na výlety



Parník Vltava

Tentokrát vám přinášíme tip na výlet, který bude kombinací vody i souše. Vydejte se poznávat krásy české vlasti z lodní paluby. Nabídka plavidel je rozmanitá. My jsme vybrali nabídku kolesového parníku Vltava Pražské paroplavební společnosti, který patří mezi poslední dva historické parníky na Vltavě. Tím druhým je parník Vyšehrad. Na vodu byl parník Vltava spuštěn v roce 1940 v pražských loděnicích jako osobní loď a v roce 2013 byl zapsán mezi kulturní památky ČR. V parníku najdete restauraci, kavárnu, a další. Parník má částečně krytou vyhlídkovou palubu, která chrání před ostrým sluncem. Parník pohání parní stroj, kde si můžete prohlédnout i tamní strojnou. V letech 2011 a 2014 se parník Vltava zúčastnil slavnosti parníků v Drážďanech. Výkon parního stroje je 112,5 kW (150 k). Parník Vltava

pravidelně vyplouvá z Rašínova nábreží na okružní plavby historickou Prahou, plavby do ZOO Trója a tradiční plavbu na Slapy a dokonce i do Mělníka. Čeká vás příjemná plavba, kdy si z netradiční perspektivy prohlédnete například zámek Nelahozeves, horu Říp a samozřejmě i město Mělník. Během celodenní plavby zdoláte i nejedno zdyadlo a uvidíte krásnou přírodu a památky v okolí Vltavy.

Dále je možnost využít i speciální nabídku přímo pro seniory a to „Plavby lodí pro seniory.“ Z pohodlí paluby si tak můžete prohlédnout panorama Pražského hradu a Malé Strany, Kampu, ústí Čertovky, Karlův most a mostecké věže, Strakovu akademii i Stroj času na Letné, Národní divadlo, Rudolfinum, bájný Vyšehrad a mnoho dalšího.

Více info o pravidelných plavbách najdete na: <https://www.paroplavba.cz/parnik-vltava>



Kvíz

1. Tower Bridge je nejznámější most v Londýně. Jak se jmenuje řeka, nad kterou vede?

a) Avona b) Mersey c) Temže

2. Tradiční česká značka PETROF sídlí ve městě?

a) Brno b) Hradec Králové c) Kraslice

3. Který z názvů krasobruslařských skoků není pojmenován po svém „vynálezci“?

a) Axel b) Lutz c) Toeloop

4. Kdo jako první zdolal všech 14 osmitisícovek (hor)?

a) Erhard Loretan b) Jerzy Kukuczka c) Reinhold Messner

5. Kterému králi se říká „železný a zlatý“?

a) Jan Lucemburský b) Přemysl Otakar II c) Václav IV

6. Vynálezce měkkých kontaktních čoček se jmenuje?

a) Antonín Holý b) Jaroslav Heyrovský c) Otto Wichterle

7. Alfons Mucha byl jedním z nejznámějších malířů stylu?

a) Secese b) Romantismus c) Impresionismus

8. Co to je Tyršova soustava?

a) Matematické rovnice b) Soustava dýchacích orgánů c) Soubor tělesných cvičení

Vyhodnocení: 1 c, 2b, 3c Název toeloop vznikl spojením dvou slov: toe = špička a loop = klička) 4c, 5b, 6c, 7a, 8c

Kontakt pro bližší informace o možnostech ubytování a služeb:

Bára Drástová, 731 70 80 90, info@senlife.cz

ADRESA REDAKCE

Domov pro seniory Senlife, Českolipská 1111/19, Mělník

e-mail: zpravodaj@senlife.cz

PŘÍSPĚVKY

Příspěvky je možné zasílat na adresu redakce do 20. dne v měsíci (především elektronicky).

Redakce si vyhrazuje právo redakčních úprav a krácení rozsáhlých textů, případně jejich neotištění.