

# ZPRAVODAJ

č.16 / červen 2019

**POZVÁNKA:**  
**5. NAROZENINY**  
**DOMOVA ALZHEIMER**  
**V ROZTOKÁCH**


**MANDALOVÁNÍ**  
**V ROZTOKÁCH**

**PRÁCE PEČOVATELŮ**  
**A ZDRAVOTNÍCH SESTER**  
**V DARKOVĚ**

**LÉČBA UMĚNÍM ANEB**  
**ARTETERAPIE V DARKOVĚ**

**AKTUALITY Z NAŠICH**  
**ZAŘÍZENÍ**

**KALENDÁŘE**  
**CHYSTANÝCH AKCÍ**  
**(ČERVEN – SRPEN)**



***V Roztokách koncertoval  
houslový virtuos  
Jaroslav Svěcený***

# S Jaroslavem Svěceným nejen o hudbě

*Na začátku jara jsme v Domově v Roztokách přivítali vzácnou návštěvu. Se svým koncertním programem „Hudba jako lék“ za námi přijel houslový virtuos Jaroslav Svěcený. Klienty potěšil nejen krásnou hudbou, ale i velmi poutavým povídáním o houslích.*

Jaroslav Svěcený je proslulý popularizátor houslové hry. Zejména jeho televizní, rozhlasové a koncertní projekty přitahují publikum všech věkových skupin. Více jak 25 let spolupracuje s interprety různých žánrů na společných projektech, což považuje za nesmírně důležité pro propagaci klasické hudby mezi mladou generací. Je také uznávaným znalcem historie a stavby houslí.

Jeho početná koncertní turné a festivalová vystoupení obsáhla USA, Brazílii, Rusko, celou Evropu, Turecko, Izrael, Egypt, Spojené arabské emiráty, Saudskou Arábii, Indii, Pákistán, Indonésii, Thajsko, Filipíny a mnoho dalších zemí. Natočil 44 CD s díly světových a českých autorů, za které obdržel mnoho zlatých či platinových desek. V roce 1996 mu byla udělena prestižní cena Masarykovy akademie umění za tvůrčí uměleckou činnost a od té doby získal celou řadu dalších ocenění např.

v r. 2010 na Pražském hradě, kde z rukou hlavy státu převzal Zlatou plaketu prezidenta republiky.

Bylo nám tak velkým potěšením a ctí, že zavítal i do našeho Domova.

**Pane Svěcený, moc Vám děkujeme, že jste přijal naše pozvání do Domova v Roztokách.**

Bylo mi velkou ctí, děláte opravdu záslužnou věc.

**Po několika měsících jste se začátkem března vrátil na koncertní pódiu. Jaký pocit to je? Hrát opět před zaplněnými sály..**

Posluchači jsou pro mě povoleným dopingem. Už jsem opravdu cítil veliký abstrák. ☺ Hraní na housle mě nabývá pozitivní energií, a tak se ji snažím předat i lidem v hledišti.

**Byla to pro Vás dnes nová zkušenost hrát v domově pro seniory?**

Zdáleka ne. Angažuju se již řadu let na charitativním projektu Umění doprovázet, který nakupuje různé přístroje pro hospice v ČR. Se starými lidmi se setkávám i při koncertech v Čechách a na Moravě, ať už jsou to domovy důchodců či soukromá zařízení. Často říkám, že se jedná v podstatě i o moji terapii. Protože si tím v hlavě velmi rychle srovnávám žebříček hodnot.



**Je známo, že jste patronem několika charitativních projektů.**

Jsem dlouholetým patronem celonárodní sbírky Akce cihla, dále Konta bariéry a Dejme dětem šanci. Každý z nich řeší svízelnou situaci lidí v jiném směru a jsem rád, že se na této pomoci mohu podílet, v rámci svých možností.

**Prošel jste si Domov v Roztokách, setkal se s lidmi, kteří tam pracují, s klienty. Jaký byl Váš dojem?**

Celý objekt mě velmi příjemně překvapil. Měl jsem pocit opravdového domova. Poznal jsem milé lidi, kteří se o klienty obětavě starají. Dovedu si živě představit, že to není práce jednoduchá, o to víc je obdivuji.

**Jak jste vybíral repertoár pro naše klienty?**

Chtěl jsem je především potěšit. Proto jsem vybral hudbu Johanna Sebastiana Bacha, Antonia Vivaldiho a některé moje kompozice, například Metamorfózy lásky. Přál jsem si, aby všem bylo dobře, aby se alespoň na chvíli mohli zasnít a vrátit se do doby, kdy jim bylo krásně.

**Jaké jsou Vaše další pracovní plány? Plánujete také odpočívat a užít si blížícího se léta?**

V červenci mě čekají tři velké letní festivaly, ale v srpnu bych chtěl více odpočívat a pomalu připravovat plány na svoji jubilejní sezónu.

**Ještě jednou Vám moc děkujeme za návštěvu i za rozhovor. Přejeme Vám hlavně hodně zdraví, ať se Vám daří v soukromém i profesním životě.**

Děkuji za pozvání a moc přeji, ať se vám všem práce i nadále daří.



*Jak hudba dokáže léčit, jsme si při koncertu s panem Svěceným vyzkoušeli s našimi klienty naživo*



# Pozvánka do Roztok na páté narozeniny



*Srdečně Vás opět po roce zveme na oslavu 5. narozenin našeho Domova Alzheimer v Roztokách u Prahy. Přijďte s námi oslavit další společný rok. Ve čtvrtek 13. června 2019 od 15:00 hod. bude připravena pro klienty Domova Alzheimer, jejich rodiny, naše přátele i odbornou veřejnost oslava na téma: „Přijela k nám pouť.“*

Chybět samozřejmě nebude hudba, tanec, občerstvení, ale ani další zábava. Společně si užijeme vystoupení žonglérů, mažorettek i flétnový recitál. Připraven bude také bohatý raut, degustace vín a čokolády. Dětem pak určitě udělá radost možnost projížďky na poníkovi, sladká cukrová vata nebo soutěže. Během odpoledne bude možné prohlédnout si prostory našeho Domova a dozvědět se o zařízení více.

Těšíme se na příjemné odpoledne s Vaší společností.

## Mandalování v Domově Alzheimer v Roztokách

*Na psaní tohoto článku jsem se moc těšila. Budu totiž psát o mandalách. Mandalas jsou moje nejoblíbenější ornamenty. Mají pro mne nádech orientu, tajemna a magie. Mandala znamená kruh nebo dokonce magický kruh. Ačkoli toto slovo pochází z východu, samotná mandala je nadkulturním symbolem jednoty a rovnováhy, vyskytující se ve všech dobách, kulturách i náboženstvích.*

Mandalas jsou staré jako lidstvo samo, což dokazuje i fakt, že nejstarší obrázky tohoto druhu se vyskytují už v půdorysu staveb ze starého Egypta, Babylonu a Jáv. Původně bylo slovo mandala používáno pouze ve staroindickém obřadním jazyce sanskritu. Ve 20. století se ale jeho

používání rozšířilo do celého světa. Došlo tak k rozšíření významu slova z původně náboženských obrazců z východu na jakékoliv kruhové kresby a ornamenty. V nejširším smyslu jsou mandaly diagramy, které ukazují, jak se chaos stává harmonickou formou.

Toho využívá i psychologie a psychotherapie, kde jsou mandaly používány jako relaxační pomůcka a jako doplněk k tradiční léčbě. Také my v DA Roztoky používáme tuto metodu jako arteterapii při aktivizaci s klienty. Jsem ráda, že u nás v Domově máme tak šikovné klienty, že dokážou vyrábět brože s designem mandal a vybarvovat obrázky s motivem mandal. S jakou radostí a nadšením, o tom svědčí i množství vyrobených a vybarvených

výrobků. Při výrobě mandal je potřeba preciznost, přesnost a smysl pro detail. Brože vyrábíme z filcového materiálu a vyšíváme a obšíváme barevnými bavlnkami. Máme tady jednu klientku, které se zalíbila výroba mandalových broží natolik, že přímo s neutuchajícím elánem vyrábí jednu za druhou. A při tom je každá v jiném barevném provedení a s jiným motivem.

Mandalas jsou prostě mnohem víc než by se mohlo na první pohled zdát. Energie vyrobených mandal je přímo zázračná, přináší štěstí a radost. Když jsou vytvořené s citem a láskou, tak jak to vytváří naši klienti u nás, je radost s nimi pracovat.

*Věra Záhořová,  
aktivizační pracovník*



*Tvoření mandal si užíváme a přináší nám velkou radost, každá je totiž jiná, tvořená z různých materiálů a každá je originální*



# Práce pečovatелů a zdravotních sester v našem Domově v Darkově

*Dobře fungující Domov tvoří kvalifikovaný personál. V přímé péči v našem Domově Alzheimer v Darkově je to tým složený ze zdravotních sester, pečovatелů a aktivizačních pracovníků, kteří našim klientům poskytují péči 24 hodin denně. Náplň práce pečovatелů i zdravotních sester je velmi obsáhlá, v případě pečovatелů do ní patří především pomoc s mobilitou, orientací, pomoc při hygieně, oblékání a obouvání, stravování a také aktivizace.*

Pohyb je velmi důležitý pro každého z nás. Bohužel, ne každý má možnost samostatného pohybu, někteří z našich klientů jsou odkázáni na pomoc druhé fyzické osoby. Naši pečovatелé i sestry klientům pomáhají někdy doslova při chůzi krok za krokem, dále při vstávání a usedání, změně polohy, pohybu na invalidním vozíku, pohybu s chodítkem či francouzskými holemi. Pomoc je třeba i při chůzi po schodech, otevírání a zavírání dveří nebo nastupování a vystupování z dopravních prostředků. V našem Domově pečujeme však i o klienty, kteří se již pohybovat nedokáží, a v tomto případě pak dochází k polohování, při



kterém využíváme mnoho pomůcek, jako například polohovací hady nebo aktivní antidekubitní matrace.

Kvalitní výživa je nedílnou součástí komplexní péče o klienty s demencí. V našem Domově máme nutriční terapeutku, která se ve spolupráci s nutričním lékařem stará o to, aby nutriční stav našich klientů byl stabilizovaný. Při stravování je nezbytné dodržovat stanovený režim, do kterého patří i režim pitný. Pracovníci našim klientům pomáhají samozřejmě i v této velmi důležité oblasti. Pomáhají jim s porcováním stravy a podáváním stravy a také nabízením a podáváním tekutin.

Mnoho našich klientů je již nesoběstačných při hygieně, i v tomto úkonu potřebují pomoc. Pečovatелé i sestry jim pomáhají při ranní i večerní hygieně, při provádění ústní hygieny, česání atd., ale také při koupeli, například mytí a osušování jednotlivých částí těla. Při těchto činnostech pracovníci taktéž využívají speciálních pomůcek jako je koupací křeslo a koupací lůžko. Při koupelích probíhá také vážení našich klientů na sedací váze. Další oblastí pomoci je oblékání a obouvání, kde ačkoli se naši klienti snaží, je nutné jim pomoci i při správném výběru a vrstvení oblečení a jeho manipulaci.





Zdravotní sestry se také o naše klienty starají v již zmíněných úkonech, navíc však o ně pečují z hlediska zdravotního stavu. Sledují vitální funkce, jako je měření TK pulzu, tělesné teploty, chystají a podávají jim léky, aplikují jim injekce a infúze, dohlížejí na prevenci tvorby dekubitů, provádějí převazy, sledují vylučování moče a stolice, při těžké inkontinenci nebo retenci moči zavádějí močové katetry, podávají výživu a tekutiny do nasogastrických sond nebo PEGu.

Součástí péče v našem Domově je i aktivizace klienta, která zahrnuje mnoho činností, jako například arteterapii, muzikoterapii, canisterapii, reminiscenční terapii, po-

hybovou terapii apod. Kromě aktivizačního týmu se však klientům v této oblasti samozřejmě věnují i pracovníci v sociálních službách a také sestry. Dopomáhají při průběhu aktivizací a sami se jí věnují především v odpoledních hodinách a také o víkendech. Při práci s našimi klienty se nám velmi osvědčila bazální stimulace, se kterou máme výborné výsledky.

Práce zdravotní sestry a pečovatele je velmi náročná, pro vykonávání tohoto druhu profese je potřeba velká míra empatie a trpělivosti. Pro dobře odvedenou práci je však také důležitá vzájemná spolupráce, která v našem Domově probíhá na vysoké úrovni.



## Léčba uměním aneb arteterapie v Darkově



**Arteterapie je jednou ze čtyř uměleckých terapií, se kterou v Domově Alzheimer v Darkově pracují naši klienti společně s aktivizačními pracovníky v rámci aktivizací. Dle české arteterapeutické asociace znamená arteterapie „léčebný**

**postup, který využívá výtvarného projevu jako hlavního prostředku poznání a ovlivnění lidské psychiky a mezilidských vztahů“.**

Zmíněná „léčba“ uměním je u našich klientů velmi oblíbená, výsledek tvůrčí činnosti není jakkoli posuzován, jedná se spíše o způsob osobního projevu, a může sloužit i jako prostředek pomáhající při komunikaci.

Tento hravý a kreativní způsob práce probíhá v našich aktivizacích téměř každodenně, je vhodný pro všechny, kteří chtějí tvořit a realizovat se. Klient si může vybrat oprav-

du z velkého množství pomůcek dle své vlastní preference a tvořit cokoli pomocí prakticky čehokoli, ať už se jedná o různé materiály jako je papír, plátno, dřevo, kámen nebo pomůcky jako jsou fixy, štětce, různé druhy barev, barvy, lepidla, třpytky, provázky, vlna, kamínky, korálky a další.

Výsledky těchto prací jsou vždy velmi pěkné, a sami klienti si svými výrobky často zdobí pokojíčky nebo obdávají své nejbližší. Mnohé dekorace nám také zkrášlují náš Domov, aktivizační místnosti, chodby nebo oblíbenou kavárnu Libušku.





## Velikonoční výlet

**Velikonoční svátky byly u nás ve znamení mnoha zajímavých aktivit i tradičního tvoření.**

K navození správné atmosféry jsme s klienty vyzdobili Domov vlastnoručně vyrobenou dekorací včetně barevných vajíček. Vyzkoušeli jsme i několik technik barvení. Vajíčka jsme barvili v cibulových slupkách, zdobili přírodním materiálem a vyzkoušeli jsme i umělá barviva.

K Velikonocům patří také zelené osení. Zelené obilíčko se na stolech objevovalo již v dobách pohanských, kdy byly Velikonoce svátkem jara. Jaro je tady, osení jsme zaseli a máme krásnou přírodní dekoraci k barevným vajíčkům.

A jaké by to byly Velikonoce bez vůně čerstvě upečeného sladkého beránka? Nezůstalo nakonec jen u něj. Pustili jsme se také do velikonočních perníčků a muffinů.

Pro trochu jinou velikonoční atmosféru jsme vyrazili na výlet na Staroměstské náměstí. Velikonoční trhy jsou zde již mnohaletou tradicí, a bez skořicového trdelníku si trhy už snad ani nelze představit. Ochutnali jsme také čerstvě pražené mandle a výborný závin z perníkového těsta s lískooříškovou náplní. Nezapomněli jsme se samozřejmě podívat na nově zrekonstruovaný Orloj.

Velikonoce jsme završili klasickou velikonoční nadílkou.



*Naše výprava na velikonočním trhu ochutnala tradiční dobrotu a prohlédla si nově zrekonstruovaný Orloj*

## Z Roztok do Tróji za kouskem ráje



*Botanická zahrada v Tróji nás naprosto ohromila*

S našimi klienty z Roztok jsme se vypravili poznávat exotické skvosty tropických deštných pralesů, vysokohorského mlžného lesa i nejsušších oblastí světa. A nemuseli jsme cestovat nikam daleko. Botanická zahrada v Tróji je malým kouskem ráje ve víru velkoměsta.

V exteriérech botanické zahrady jsme našli mnoho pozoruhodných rostlin. Prošli jsme nádhernou lipovou alejí

až na pivoňkovou louku, jejíž barevností a vůní jsme byli naprosto uneseni. Pivoňky odpradávná zaujímají roli královny květin a Botanická zahrada v Tróji se pyšní jednou z nejlepších sbírek těchto rostlin v Evropě. Kromě pivoňek hostí louka také kolekci magnólií. Směsice vůní rostlin spolu s teplým jarním vzduchem a nádherným výhledem na Prahu ... to byl náš den.

## Roztocké „Čarodějnice“

**Víte, proč má 30. duben tajemnou moc? Přichází totiž jedna z nejmagičtějších nocí v roce.** Nachází se v kalendáři přesně mezi jarní rovnodenností a letním slunovratem. Filipojakubská noc z 30. dubna na 1. května patří podle pověstí k těm, kdy zlé síly vládnou mocí silnější než kdy jindy. Lidé věřili, že ďábel může na zemi vládnout jen pomocí lidí – čarodějnic a čarodějů. Na ochranu před nimi se pályly ohně.

Pálení čarodějnic slavili už staří Kel-

tové, kteří se tím loučili se zimou a vítali jaro. Právě oheň byl pro lidi dříve hlavně magickou silou, kterou uctívali slunečního boha. Zároveň tato noc odpradávná patří oslavě života a lásky. A takovou jsme ji oslavili i u nás v Roztokách. Počasí se umoudřilo a po ranním dešti nás čekalo odpoledne plné slunce, které jsme strávili na terase při příjemné hudbě a dobrém jídle. Vrcholem odpoledne bylo samozřejmě opékání špekáčků.



*Takovouto Čarodějnicí si vyrobili naši klienti s aktivizačními pracovníky*



## S klienty z Darkova jsme navštívili technické muzeum v Petřvaldě

*V dubnu jsme s našimi klienty vyrazili na dlouho plánovanou exkurzi do Technického muzea v Petřvaldě. Navštívili jsme zde zajímavou výstavu, kde nám, prostřednictvím starých pohlednic, přiblížili podobu a společenský život této hornické obce.*

„Připadám si jako kdybychom listovali v rodinném albu, je to moc pěkné“, nechala se během promítání těchto fotografií slyšet paní Broňka. A měla pravdu. Z obrázků se na nás usmívaly celé rodiny, školní třídy, haviři, sportovci, divadelní spolky i vážní novomanželé. Byly zde zachyceny různé oslavy a celkový život v této obci, ke kterému například patřily i smutné okamžiky okupace. Všechny fotografie účastníci komentovali, vzpomínali a některým se v očích zaleskly i slzičky.

V druhé části upoutala výstava starých fotoaparátů a předchůdců gra-

mofonů neboli hracích strojků, které taktéž vyvolaly v mnohých příjemné vzpomínky, neboť někteří podobné přístroje vlastnili nebo se s nimi setkávali. Největší ohlas však zaznamenala pohyblivá maketa tramvaje, u které se rozpoutala vášnivá diskuze. Všichni zavzpomínali na své cesty tímto dopravním prostředkem. „Já si pamatuju především hrozně tvrdé lavice,“ rozesmála paní Alenka všechny přítomné.

S výstavou jsme se tak rozloučili ve výborné náladě, na památku jsme se tam zaznamenali krátkým zápisem do knihy návštěv, a jelikož bylo překrásné počasí, rozhodli

jse se vyrazit ještě na krátkou procházku po blízkém okolí. Cestu domů jsme si zpříjemnili zpěvem, a proto nám rychle utekla. Tento výlet uzavřela paní Zdeňka, která se při vystupování s úsměvem zeptala: „tak a příště jedeme kde?“. Další výlety jsou tak samozřejmě v plánu, a my vám brzy o našich dalších cestách přineseme opět zprávy.



Na dubnový výlet jsme se vydali do Technického muzea v Petřvaldě



## Poděkování z Darkova

### Naše srdečné poděkování za finanční dary pro Domov Alzheimer v Darkově patří

- **Nadaci Olgy Havlové** za finanční dar, který byl využit na koupi elektrického toaletního křesla ve výši 70 000 Kč
- **Firmě B Braun** za finanční dar ve výši 3 200 Kč, poskytnutý na vzdělávání zaměstnanců
- **Městu Ostrava - Jih** za finanční dar ve výši 20 000 Kč, poskytnutý na speciální pomůcky, k technikám, které udržují klienty s duševním onemocněním co nejdéle na stávajících schopnostech
- **Nadaci OKD** za poskytnutý nadační dar ve výši 45 000 Kč, určený na projekt Bon Appetit (pořízeny servisovací pomůcky pro mechanicky upravovanou stravu)
- **Obci Stonava** za poskytnutý finanční dar ve výši 8 000 Kč, určený na podporu aktivizačních činností jejich občanů v naší péči
- **Obci Ludgerovice** za poskytnutý finanční dar ve výši 10 000 Kč, určený na podporu aktivizačních činností jejich občanů v naší péči
- **Obci Petrovice u Karviné** za poskytnutou částku ve výši 12 000 Kč na zakoupení technického vybavení, tzv. multismyslové stimulace, která slouží při poskytování terapie Snouzelen. Terapie bude poskytována také občanům Petrovic, ubytovaným v našem Domově





# Kalendář chystaných akcí

Co připravujeme pro klienty Domova Alzheimer?

## Domov Alzheimer Roztoky

### Červen 2019

#### Vyrazíme do cukrárny (6.6.2019)

V rámci vycházky se seniory se půjdeme projít do cukrárny v Roztokách, kde si dáme společně dobrou kávu a zákusek.

#### Oslava 5. výročí Domova Alzheimer Roztoky (13.6.2019)

Letošní narozeniny našeho Domova oslavíme na téma „Přijela k nám pouť“.

#### Zoo Zájezd (24.6.2019)

S našimi seniory se pojedeme podívat na zvířátka do menší zoo za Prahou.

#### Oslava narozenin klientů (28.6.2019)

Červnová společná oslava narozenin našich klientů v Roztokách.

### Červenec 2019

#### Hudební cesta časem (4.7.2019)

Hudební zábavný program pro seniory s Martinem Krulichem.

#### Výlet do Břevnovského kláštera (17.7.2019)

Návštěva nejstaršího mužského kláštera a kulturní památky České republiky.

#### Oslava narozenin klientů (31.7.2019)

Červencová společná oslava narozenin našich klientů v Roztokách.

### Srpen 2019

#### Zábavné soutěžní odpoledne (5.8.2019)

Odpolední program pro naše seniory v zahradě Domova.

#### Vyrazíme do cukrárny (15.8.2019)

V rámci vycházky se seniory se půjdeme projít do cukrárny v Roztokách, kde si dáme společně dobrou kávu a zákusek.

#### Oslava narozenin klientů (30.8.2019)

Srpnová společná oslava narozenin našich klientů v Roztokách.

Mgr. Veronika Vorbachová  
Vedoucí sociální pracovník



## Domov Alzheimer Darkov

### Červen 2019

#### Výlet na Babí horu

Budeme obdivovat kamenné sochy, načerpávat příjemnou atmosféru z krásných přírodních scenérií a kochat se vyhlídkou na krásné Beskydy.

#### Hudební vystoupení harmonikáře Švidrnocha

Písničky tohoto nadaného muzikanta roztančí a rozezpívají naše klienty.

#### Procházka Černým lesem

Při procházce lesními stezkami načerpáme pozitivní energii, necháme se okouzlit zpěvem lesního ptactva a vůní letní přírody, společně budeme poznávat les, kterým prochází hranice s Polskem.

#### „Smažení vaječiny“

Na naší zahradě si připravíme tradiční pokrm tohoto období, budeme si společně povídat a zpívat lidové písně.

### Červenec 2019

#### Hasičský záchranný sbor v Karviné

Absolvujeme exkurzi, ve které se dozvíme o práci našich hasičů, zároveň nám bude představena jejich technika s vysvětlením jejího využití.

#### Módní show „Jak nám sluší klobouky“

Představení našich „modistek“ a jejich kreativity při zdobení rozmanitých pokrývek hlavy.

#### „Cesta za koňskou hřívou“

Navštívíme jízďárnu v Olšinách, kde se zúčastníme aktivit s koňmi.

#### „Opékání párků s kytarou a zpěvem trampských písní“

Odpolední posezení na naší zahradě, při kterém si opečeme párky a zazpíváme trampské hity s doprovodem kytary.

### Srpen 2019

#### Šikmý kostel sv. Petra z Alkantary aneb i my máme v Karviné „Šikmou věž v Pise“

Klienti se budou moci seznámit s významnou dominantou Karviné.

#### Zooterapie

Potěšení v podobě představení různých druhů zvířátek.

#### „Letní olympiáda v netradičních disciplínách“

Sportovní odpoledne pro naše klienty.

#### Kozí farma v Havířově

Návštěva malé rodinné farmy, která se zabývá chovem bílých krátkosrstých koz, seznámíme se s produkty této farmy a jejich výrobou.

Mgr. Mária Schindlerová  
Sociální pracovník

