

ZPRAVODAJ

SeneCura SeniorCentrum Modřice

Vydání 1/2024



JARO
JE
TADY

NOVINKY
UDÁLOSTI
USPOŘÁDANÉ
AKCE
OSLAVY
FOTOGRAFIE
ČLÁNKY



Slovo paní ředitelky

Vážení čtenáři,



přeji vám hezké počtení u prvního čísla roku 2024 s podtextem „Jaro je tady“.

S jarním sluníčkem přichází spoustu pozitivní energie a síly.

Díky již stabilnímu pracovnímu personálu se nám dostalo ocenění od Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR a to ve formě 4 ****.

Jsem moc ráda, že nám dáváte podněty na zlepšení jak péče, aktivizace, tak prostředí, ve kterém všichni společně žijeme.

Doufám, že vás opět zaujmou rozhovory s našimi zaměstnanci.

Přeji vám příjemné čtení.

Dana Valachovičová
ředitelka

Novinky v domově

Značka kvality

Na podzim se náš domov přihlásil do externího systému hodnocení kvality v sociálních zařízeních. Po několika šetřeních a doložení nejrůznějších požadavků certifikátorům náš domov obdržel čtyři z pěti možných hvězdiček kvality. Ocenění si osobně paní ředitelka převezme na podzim na konferenci, kterou asociace každoročně pořádá v Táboře.

Nová nabídka kosmetických služeb

Během uplynulého čtvrt roku jsme některým klientkám splnili roční přání návštěvou paní kosmetičky. Zájem je ovšem tak obrovský, že jsme s ní domluvili pravidelnou spolupráci. Zájemkyně (i zájemci) se tak mohou hlásit u aktivizační pracovnice Aničky (popř. u sociálních pracovníků v kanceláři). Viz nabídka na dalších stránkách.

Zoo koutky – na léto i v zahradě

Na léto jsme některé naše zvířecí obyvatele přestěhovali do prostoru zahrady. Na zahradě také stále můžete potkávat místní tříčlenný kočičí gang.

Sesterna C – vedle vchodu do zahrady.

Od nového roku je zřízena sesterna pro oddělení C vedle vchodu do zahrady.

Nabídka dalších služeb

Nákupy z Rohlíku

Minimálně dvakrát do měsíce si mohou klienti objednávat nákup u sociálních nebo aktivizačních pracovníků. Rozpis termínů objednávání je vždy vyvěšen na nástěnce na chodbách. Nákupy klientům dorazí vždy den po konečném termínu objednání.

Termíny dalších nákupů:	22. dubna
	6. května
	20. května
	3. června
	27. června

Fitness s Honzou

Každý den je pro klienty otevřena tělocvična, kde mohou klienti posilovat a cvičit pod dozorem sympatického pečovatele a fitness trenéra Honzy Beránka. Fitness s Honzou je otevřeno od pondělí do pátku od 9:30 – 15:30 a nachází se hned vedle wellness centra v prvním patře oddělení „B“ (B 110).

Pračka pro klientky a klienty

Opět připomínáme, že klientky a klienti mají možnost využít pračku pro soukromé praní. Máte-li tedy v šatníku prádlo, které potřebuje velmi šetrnou údržbu, a nechcete jej dávat do prádelny, můžete využít možnosti a vyprat si prádlo

sami. Pračka se nachází v prostorách kadeřnictví v místnosti A105 (v místnosti kadeřnictví). K dispozici jsou prací prostředky, a také sušák na pověšení vypraného prádla. V případě zájmu se hlase u sociálních nebo aktivizačních pracovníků.



Pedikúra

Klientům je u nás poskytovaná služba pedikérky Katky. Katka k nám do domova dochází pravidelně každé pondělí a čtvrtek. Pokud mají klienti a klientky zájem, mohou se hlásit paní sociální pracovníci Kláře Markové. Katka se snaží klienty pravidelně navštěvovat minimálně jednou za měsíc. Pedikúra probíhá v prostorách wellness centra (B 109).



Kadeřnictví

Každou středu mohou klienti využívat služeb paní kadeřnice Klárky v místnosti A 105. Paní kadeřnice nabízí střihy, barvení, melíry, foukanou anebo také trvalou. Klára je velmi šikovná a mezi klientkami a klienty oblíbená. Máte-li nějaké speciální přání ohledně úpravy svých vlasů, je diskuzím nakloněna. Svůj zájem o služby kadeřnice hlase především



aktivizačním pracovním, které mají organizaci v kadeřnictví na starost.

Kosmetika

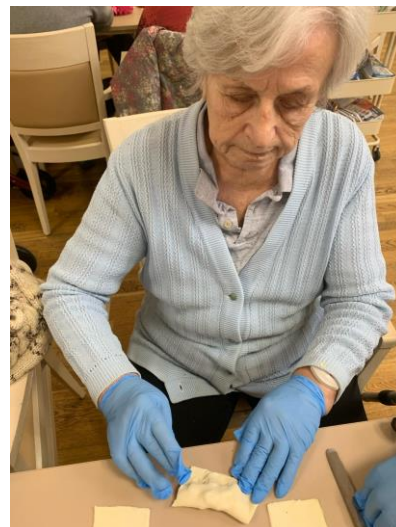
První úterý v měsíci naše centrum navštěvuje paní kosmetička. Zájemkyně a zájemci se mohou u aktivizační pracovníce Aničky (ve 3. patře naproti jídelně B mají aktivizační pracovníce kancelář) objednávat na hodinovou kosmetickou péči, která zahrnuje péči o pleť, úpravu obočí, řas a také odstranění nežádoucích chloupků na obličeji. Cena za kosmetické služby je 500,-Kč.

Ze společenského dění

Gurmánské týdny

První gurmánskou návštěvou jsme zavítali do Olomouckého a Moravskoslezského kraje. S našimi klienty jsme přes týden v rámci aktivit upekli tradiční frgály a menu obohatili olomouckými tvarůžky v županu. Neminula nás ani ochutnávka loňské slivovice ze Stážnice.

Další návštěva byla v Ústeckém a Karlovarském kraji. Podívali jsme se na několik ukázek o historii a tamních památkách. Tentokrát jsme ochutnávali tři druhy becherovky, čtyři druhy lázeňských oplatků, tradiční ústecké koláčky, a také karlovarské pomazánky z červené řepy. Celá ochutnávka byla doprovázena kvízem.



Canisterapie

Naše centrum pravidelně navštěvují canisterapeuti se svými kamarády. Klienti je mají moc rádi a na pravidelné návštěvy s nimi se vždy těší.



Svatý Valentýn

Svatý Valentýn je spíše moderní oslavou, ale my se inovacím nebráníme ani v našem centru. Naši klienti se do valentýnských příprav i oslav pustili s velkou chutí a nadšením, samozřejmě s podporou našich aktivizačních pracovníků.



Narozeninové oslavy

Pokračujeme v oslavách, tentokrát těch narozeninových. Mnozí ví, že každý poslední čtvrtek v měsíci se sejdou oslavenci ve společné jídelně i s panem harmonikářem. V únoru jsme se účastnili masopustní oslavy a na konci března nám oslavy vyšly na Zelený čtvrtek. V únoru jsme oslavili 100. narozeniny paní Marie.



Večeře při svíčkách

Ve valentýnském týdnu jsme pro naše klientky a klienty vyhradili tři dny, kdy si mohli pozvat na večeři dva hosty a povečeřet společně ve velmi příjemné atmosféře. Z některých členů personálu se pak na chvíli stala obsluha skoro jako v luxusní restauraci.

Klienti i jejich hosté si všechny večery velmi užili. Bylo nám potěšením a budeme se těšit zase příště.





Dětský soubor Líšňáček

V sobotu 24.2. navštívily SeniorCentrum v Modřicích děti z národopisného souboru Líšňáček, který se zabývá folklórem. Malí šikulové našim klientům zatančili a zazpívali v krásných barevných tradičních krojích, měli pestrý a precizně nachystaný program, který klientům vykouznil úsměv a některým dokonce i slzy štěstí na tváři. Do budoucna se budeme těšit na další spolupráci a krásná vystoupení.



Muzikoterapie

Jako každý měsíc naše centrum navštívila hudebnice Růženka, která klientům představila své nové nástrojové vybavení v podobě perkusních hracích rour. Pro klienty bylo použití těchto hudebních nástrojů velmi snadné, mohli použít nejen ruce, ale také nohy, chodítka nebo opěrky židlí. Společně si s Růženkou zazpívali známé lidové písně a strávili pěkné, i když venku deštivé odpoledne.



Podpora kočičího útulku

V únoru byli naši klienti osloveni, zda by se nechtěli svými výrobky podílet na podpoře opuštěných koček. Výrobky, které klienti vyrobili a poslali agentuře SEJA, byly vydraženy. Za vydražené peníze pak opuštěným kočičkám bylo pořízeno krmivo a vybavení.



Oslava Mezinárodního dne žen

Letos se oslavy Mezinárodního dne žen u nás v domově rozběhly ve velkém. Naše aktivizační pracovnice pro naše klientky (a samozřejmě i klienty) připravily bohatý program se spoustou aktivit. Pro klientky pozvaly dámy z kosmetické firmy Mary Kay, které našim klientkám věnovaly hodinku krásy.

Dále bylo pro klienty připraveno pečení. Upekli si perníčky a ozdobili je dle svých představ.

Klientky také k příležitosti MDŽ navštívily děti z modřické školky s radostnými zpívánkami. Dokonce jim přinesly milé dárečky. Klientky byly obdarovány **květinami**, které děti samy vyrobily.

Odpoledne jsme pak všichni s klientkami oslavovali s písničkami, harmonikou a krásným červeným zákuskem.



SeneCura SeniorCentrum Modřice



Ponyterapie

V našem SeniorCentru v Modřicích proběhla ponyterapie. Poník Julie byla velice hodná, disciplinovaná a klientům udělala velkou radost a to jak v rámci společné, tak i individuální aktivizace u lůžka. Zájemci si mohli poníka nejen pohladit, ale dokonce vyčesat.

Návštěvu chovatelky s malou zvířecí společnicí si rádi zopakujeme.



Koncert dechových nástrojů

V našem SeniorCentru se uskutečnil koncert dechových nástrojů, který nám přijely zahrát studentky Lesnické a dřevařské fakulty Mendelovy univerzity. Klienti si mohli poslechnout skladby za doprovodu čtyř lesních rohů, jedné borlice a zazpívat si známé lidové písničky.

S hudebnicemi jsme se rozloučili bouřlivým potleskem a byli bychom rádi, kdyby se koncert mohl v budoucnu uskutečnit znovu.



První jarní grilování

První jarní den se v našem SeniorCentru Modřice uskutečnilo zahradní grilování. Klientům byly podávány špekáčky přímo z grilu, pivo a čaj. K poslechu a zpěvu zahrál na kytaru pan Jiří.

Všichni si jarní odpoledne společně užili.



Křeslo pro hosta

Na Modré pondělí nás v SeniorCentru v Modřicích navštívil kněz pan Pavel Glogar z farnosti v Brně – Žabovřeskách. Klientům povyprávěl o historii Velikonoc v křesťanství a ochotně zodpověděl všechny otázky, které zajímaly nejen věřící klienty.

Pan Glogar byl velice příjemný, pozitivně naladěný a klienti z něj byli natolik nadšeni, že jsme se domluvili na dubnovou bohoslužbu, kterou nám pro klienty rád odslouží. My však doufáme, že naše setkávání neskončí pouhou bohoslužbou v dubnu.



Velikonoce

V našem SeniorCentru v Modřicích se uskutečnilo krásné velikonoční tvoření s dětmi. Obě generace se společně pustily do tvoření vajíček, zvířátek, kytěk a věnců pomocí barevných a krepových papírů.

Narozeninová oslava klientů SeniorCentra v Modřicích připadla tento měsíc na Zelený čtvrtek. Všichni se sešli v jídelně, kde společně pogratulovali oslavencům a paní ředitelka jim předala kytičku a bonboniéru. Poté už bylo připraveno občerstvení v podobě klobásek s chlebem a také zelené pivo. To klienti hodnotili velmi kladně.



Celkově jsme o velikonočním týdnu měli plné ruce práce, abychom se na Velikonoční pondělí řádně připravili. Klientky se pustily do barvení vajíček, která pak ještě zdobily různými nálepkami a provázky. Pánové se rozhodli uplést si vlastní pomlázky. Dostali vrbové proutí, které nařezali do potřebné délky a dali se do pletení. Práce jim šla od ruky, a tak

zanedlouho vznikly krásné pomlázky, které pak klienti ještě ozdobili barevnou pentličkou.

Velikonoční pondělí jsme v našem SeniorCentru oslavili dle tradic. Klienti a zaměstnanci ráno obešli klientky a každou do jedné vyšupali, aby byly i nadále zdravé a krásné. Klientky jim za to věnovaly malované vajíčko, které o velikonočním týdnu barvily.



Velikonoce jsme si moc užili a už teď se na tyto svátky za rok zase těšíme!



Ze života zaměstnanců

Kurz pečovatелů

Od září minulého roku se náš domov na chvíli stal centrem pro vzdělávání pečovatелů. Mnozí naši kolegové, pokud chtějí ve spolupráci se SeneCurou pokračovat, si tak museli doplnit vzdělání kurzem péče pro pečovatele. Kurz pořádá přímo naše společnost, která začátkem minulého roku pro toto vzdělávání získala akreditaci.

S hrdostí můžeme oznámit, že všichni absolventi, kteří zkoušky skládali, uspěli a ve spolupráci můžeme zvesela dále pokračovat. Přejeme všem našim kolegům vše dobré. Jsme rádi, že vás u nás máme a všem absolventům gratulujeme.





Vedoucí rehabilitace a koordinátorka péče

Jana Kabeláčová

Vážené klientky, vážení klienti,

jmenuji se Jana Kabeláčová a v SeneCura senior centru Modřice pracuji již desátým rokem na pozici vedoucí rehabilitační péče. Nyní už druhým rokem také na pozici koordinátorky péče.

Ráda spolupracuji s lidmi. V životě jsem měla možnost poznat do hloubky několika naprosto odlišných odvětví, jako byla novinářská činnost, především z prostředí lidskoprávního sektoru, též jako právní monitor v Budapešti, recepční nebo v neziskovém sektoru na projektech v Evropě.

Přestože původně pocházím z Ústí nad Labem, kde nadále žije moje rodina, bydlela jsem tam pouze do svých 18 let. Poté jsem žila v Praze, v Brně, dále jsem měla možnost spolupracovat na projektu v holandském



Utrechtu a poté, co se mi narodila dcera Nella a já si velmi přála, aby byla bilingvní, v britském Brightonu. Založila jsem tam masérskou praxi a zároveň jsem pracovala jako dobrovolnice pro agenturu AGE UK. Tam jsem pomáhala seniorům v jejich domácnostech a velmi mě tato činnost naplňovala. Mezi seniory jsem také potkala mnoho přátel. Našla jsem v této činnosti smysl, půvab a svoji cestu.

Po návratu do České republiky jsem chtěla pokračovat aktivně v práci se seniory a začala jsem pracovat v Modřicích jako pečovatelka. Po velice krátkém čase jsem měla úžasnou možnost převzít a za veliké podpory obnovit a vytvořit rehabilitační tým, spolupracovat na vytváření Wellness prostoru a Laboratoře prevence proti pádům. V podstatě se jedná o podobu rehabilitace, která je v Modřicích nyní pro klienty k dispozici.

I po deseti letech mě moje práce stále naplňuje a mám radost, že se mohu neustále vzdělávat a denně vídat svoje kolegyně a kolegy. Jako koordinátorku péče mne nadále fascinuje dynamické spoluvytváření spolupráce v týmu pečovatelů, ale i zaměstnanců z přílehlých sektorů a vytváření společné pozitivní a profesionální atmosféry pro naše klienty, což se nám úspěšně daří.

Mým přáním je poznat další Seniorcentra SeneCura nejen v Čechách, ale i v Evropě.

Pečovatelka

Šárka Bukalová

Hezký den, všem,

jsem Šárka, bydlím v Brně a v SeniorCentru Senecura Modřice pracuji téměř 5 let.

Narodila jsem se v Měnině, kde jsem prožila dětství a chodila na základní školu. V 19 letech jsem se vdala, bydleli jsme v Praze, kde se mi narodil první syn Oldřich pak ve Žďárné Míchal. Přestěhovali jsme se do Horních Dubňan do malého domku. Po smrti manžela jsem se vrátila do Brna.

Dělala jsem v životě mnoho různých povolání, od dojičky, tkadleny, operátorky v Caal centru, až jsem našla svou práci snů v Modřicích. Práce pečovatelky je náročná, ale velmi krásná. Když vidím spokojené a usměvavé klienty, je to ta nejlepší odměna, jakou si můžete přát.



Ve volném čase si ráda zajdu do kina, do bazénu, šiju a vyrábím dekorace do bytu.

Každý člověk by měl v životě dělat to, co ho baví a naplňuje. A to je moje práce.

Aktivizační pracovnice

Irena Žinčlová

Dobrý den, zdravím všechny klienty i zaměstnance našeho domova.

Jmenuji se Irena a bydlím se svou rodinou (manžel, dvě děti a pes) v Rajhradě u Brna. Mám ráda přírodu, zvířata, společenské hry a vaření i pečení všeho možného. Vystudovala jsem Sociologii a Žurnalistiku na Masarykově univerzitě V Brně.

Do našeho domova jsem v loňském roce začala docházet nejprve jako dobrovolník. Trávila jsem příjemné chvíle s klienty v zahradě nebo na pokoji. Společně jsme se procházeli, povídali si, četli knihy nebo hráli hry.

Práce s lidmi v domově mě opravdu bavila. Proto jsem zde po čase přijala nabídku na stálé zaměstnání a to i



přesto, že jsem nikdy dříve v sociálních službách nepracovala.

Od března mě tedy v našem domově můžete potkat na chodbách jako aktivizační pracovníci, neboli jednu ze čtyř „sestřiček ve fialovém“.

Náplní naší práce je organizace volného času klientů domova. Připravujeme nejrůznější vzdělávací programy, herní dopoledne, dámské kluby, promítání, canisterapii i muzikoterapii. Organizujeme také oslavy narozenin, koncertní vystoupení, výlety a mnoho dalších volnočasových aktivit tak, aby se naši klienti cítili v domově dobře a jejich čas byl příjemně vyplněn.

Práce je to krásná a zároveň velmi náročná. „Aktivky“ jsou zkrátka u všeho a všude. A určitě víte, jak moc dlouhé a spletité jsou chodby našeho domova... 😊 Jsem zde ale velmi spokojená a práce mě naplňuje. Odměnou za každodenní snahu je milé slovo od klientů a především jejich úsměv! Děkuji tedy za něj a přeji všem pěkné dny a krásné léto,

aktivka Irena

Rozhovor s fitness trenérem

Janem Beránkem

Rozhovor provedla **Jana Kabeláčová**.

Odkud pocházíte?

Z Brna. Tedy respektive jsem se narodil v Uherském Hradišti, ale celý život žiji v Brně.

Jak dlouho v SSC pracujete?

Od září roku 2022.

Perfektní. A dříve jste pracoval kde? Jaké máte zkušenosti?

Pracoval jsem pro Automotive firmu v logistice.

Takže jste měl na starosti tým lidí?

Ano. Vedl jsem tým lidí a bylo to velmi stresující. Mám také mnoho zkušeností s týmem ve sportu.

Z jakého?

Paintball. Jde o střelbu barevnými kuličkami.

Jakých jste dosáhl výsledků?

Musím skromně přiznat, že jsem mistr České republiky, Slovenské republiky, Turecké republiky a vicemistr světa.



Poté jsem vedl také školní týmy studentů. Mám tedy zkušenosti také s mládeží.

Pokračujete i nyní.

Bohužel ne. Měli jsme paintballové hřiště nad Líšní, ale Covid nám to zabrzdil, takže už v tom nepokračuji.

A jak jste se vůbec dostal do SeneCury?

Bylo to náhodou. V době, kdy jsem byl hospitalizovaný v nemocnici, kde jsem byl z daleka nejmladším pacientem, jsem pomáhal svým spolupacientům. Přišlo mi jako dobrý nápad to zkusit jako zaměstnání. Podal jsem inzerát a první, kdo zareagoval, byla paní Valachovičová. Jednou jsem si zkusil směnu, vydržel jsem, takže jsem nastoupil...

Máte děti?

Mám devítiletou dceru, které se velmi věnuji.

Co děláte ve volném čase, Honzo. Máte volný čas?

Chodím do posilovny, věnuju se aktivně dceři. Velkou vášní je také cestování, která je nám se ženou společná.

Jak se vám spolupracuje s klienty v Modřicích?

Perfektně. Bez ohledu na to, jaké mají omezení.

A vnímáte nějaký progres?

Ano, ano... u někoho jsou, bohužel ta zlepšení krátkodobá, ale pokud chodí cvičit a vydrží u toho, tak ten progres nebo minimálně udržení té kondice tam je.

A co vám dává pomoc druhým? Která je teď momentálně součástí Vaší profese.

Dobrý pocit. Mám z toho dobrý pocit. Radost. To že poděkují, že přijdou sami cvičit. To je fajn, že si zvykli cvičit na určitý čas. U lidí, kteří se musí motivovat, mám radost, že druhou návštěvu už jsou raději... Po prvé mají ostych, ale pak jsou spokojeni.

A jak vnímáte celé zařízení Modřice SeneCura? Jeho atmosféru?

Atmosféra je dobrá. Nemůžu to srovnávat s ostatními domovy, ale v porovnání s ostatními firmami... to se vlastně srovnat nedá. Není tady takový tlak na výkon... To v Automotive je to úplně jinde. To je nonstop sekec. Vše má neustále zpoždění, protože doprava má zpoždění, částky se zvyšují a všechno. Poté to klientům musíte všechno vysvětlovat, proč všechno narůstá. Tam je boj o každý halír.

Jaký je Váš životní cíl?

Dožít se ve zdraví vysokého věku, udržet si kondici, kterou jsem jednu dobu zanedbal. Protože jsem si myslel, že díky tomu sportu jsem fyzicky v pohodě, což byl omyl.

Máte nějaký odkaz, tedy vzkaz pro klienty Modřic?

Pohybem k dobré náladě.

Trénování paměti

Osmisměrka

Když v březnu fouká a dubnu leje,
máj se _ _ _ _ _ _ _ _ směje.

E	N	B	U	L	D	O	Z	E	R	K	S	K	Í	L	B	A	K
C	O	D	B	O	R	N	I	C	E	V	A	T	A	H	C	Ě	Č
I	R	G	T	T	K	E	J	A	R	T	B	R	U	S	K	A	Í
N	M	K	R	Y	S	A	L	Ž	Í	C	E	R	V	D	N	A	T
D	A	K	N	I	M	A	M	Í	P	V	K	A	B	I	N	K	A
O	R	O	F	A	M	E	S	Ž	O	O	Č	I	V	O	N	A	N
H	A	K	N	Y	N	A	F	A	I	I	Z	O	K	A	M	I	K
C	N	E	Z	N	A	K	S	L	N	K	D	I	T	I	D	U	A
B	H	I	S	T	O	R	K	A	N	E	Y	H	C	Ě	P	S	Ú
O	K	A	L	A	M	I	T	A	M	K	O	N	Z	E	R	V	A

AUDIT BRUSKA BULDOZER ČÍTANKA FANYNKA
GRIMASA HISTORKA HYENA CHATA IKONA KABINKA
KABLÍK KALAMITA KONZerva KRYSA LŽÍCE MANINKA
MEDOVINA NORMA OBCHODNICE ODBORNICE OKAMŽIK
OKRUH OVERAL POZICE SEMAFOR SAKNAZEN SUDNA
SVAČINA TRAJEKT ÚSPĚCH ŽÍŽALA

Řešením osmisměrky je: odpověď najdete na straně 17
v podobě jednoho jarního zvýrazněného slova.



SeneCura SeniorCentrum Modřice

Masarykova 1018

664 42, Modřice

Telefon: +420 722 960 884, +420 727 858 480

E-mail: modrice@senecura.cz

Evidenční číslo: E 24312

