

ZPRAVODAJ

SeneCura SeniorCentrum Modřice

VYDÁNÍ 1/2025



Slovo paní ředitelky

Vážení klienti, rodinní příslušníci a přátelé našeho centra v Modřicích,

dovolte mi, abych vás srdečně přivítala u vydání našeho časopisu, ve kterém se společně ohlédneme za uplynulým čtvrtletím. Jak je naším dobrým zvykem, i v prvních měsících roku jsme v centru nezaháleli a každý měsíc jsme měli příležitost slavit významné momenty, které přinášejí radost a posilují komunitního ducha našeho zařízení. Tradičně jsme každý měsíc oslavili narozeniny našich klientů, což se stalo příjemnou příležitostí k setkání a vzájemnému sdílení radosti. V únoru jsme se společně ponořili do veselého masopustního veselí, kde jsme si užili karnevalovou atmosféru, tance a spoustu smíchu. A březen byl ve znamení příprav na jarní období, kdy jsme s nadšením plánovali a těšili se na vše nové, co přináší toto krásné roční období. Jaro je obdobím obnovy a nových začátků, a i my se na něj připravujeme s nadějí a optimismem.



Děkuji vám všem za důvěru, kterou nám projevujete, a za to, že jste součástí naší senecurácké rodiny. Věřím, že i nadále budeme společně vytvářet místo, kde se budete cítit dobře a kde vás čekají chvíle plné pohody a příjemných zážitků.

S přáním krásného jara a pevného zdraví,

Dana Valachovičová
ředitelka

Novinky v domově

Studenti na praxi každé pondělí

I v druhém školním pololetí do našeho domova docházejí každé pondělí studenti ze Střední odborné školy MORAVA v Brně. Působí především v péči nebo aktivizacích společně s jejich paní učitelkou.

Pedikúra

O vaše nožky se nyní kromě Kristýny starají další dvě nové pedikérky, aby byly pokryty potřeby všech klientů jednotlivých oddělení pravidelně. Zájem hlase, prosím, u sociálních pracovníků ve 2. patře budovy B.

Kytara s Dominikem

V našem Seniorcentru jsme zahájili novou hudební aktivitu, která přináší radost a pohodu našim klientům. Náš nový pečovatel Dominik, talentovaný hudebník, začal pravidelně hrát na kytaru v rámci dopoledních hudebních setkání. Klienti si mohou nejen poslechnout krásné melodie, ale také se aktivně zapojit do zpěvu lidových písní. Děkujeme Dominikovi za jeho nasazení a těšíme se na další hudební hodinku!



Kavárnička – místo pro setkávání, pohodu a dobré pití!

Milí klienti,

hledáte příležitost, jak se pobavit, setkat se s ostatními klienty i pečovateli a zpříjemnit si tak odpoledne? Přijďte k nám do **Kavárničky**, která se v našem SeniorCentru koná každou středu! Tato příjemná aktivita je skvělou příležitostí pro nové i stávající klienty, kteří chtějí navázat přátelství, zavzpomínat nebo si jednoduše užít pohodu u něčeho dobrého. Každé setkání



se nese v jiném duchu – ochutnáváme skvělou kávu, pečeme domácí dobroty a sdílíme společné chvíle. Už jsme si vychutnali vídeňskou kávu s domácími koka sušenkami, alžírskou kávu, tureckou kávu a mnoho druhů moučníků. Nikdy nechybí ani dobrá hudba! A

aby byla atmosféra ještě pestřejší, občas naši Kavárničku proměníme v hospodu se sklenicí piva nebo bar s tematickými drinky! Už jsme společně ochutnali halloweenský punč, vánoční punč, zlatavé pivo v hospodě U Masopusta, jarní smoothie plné vitamínů, osvěžující ovocné koktejly a občas si dáme i něco ostřejšího! Každý týden něco nového! Přidejte se k nám a zažijte příjemné odpoledne plné pohody, přátelství a dobrého občerstvení.

Těšíme se na vás v jídelně 3A 🍰☕🍷🍹

Vaše aktivizační pracovnice 🍷

Nabídka dalších služeb

Nákupy z Rohlíku

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:

7. dubna
22. dubna
5. května
19. května
2. června
16. 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).

Kadeřnictví

Každý čtvrtek 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 pracovnícím, které mají organizaci v kadeřnictví na starost.

Kosmetika

První a třetí úterý v měsíci naše centrum navštěvuje paní kosmetička Monika. Zájemkyně a zájemci se mohou u aktivizačních pracovníc v jídelně A3 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.

!!! UPOZORNĚNÍ !!!

Dne 10. 4. 2025 bude v čase od 8:00 do 18:00 probíhat plánovaná odstávka vody. K dispozici bude přistavená cisterna s vodou u vchodu B1.

Z toho důvodu bude v nabídce pouze jedna varianta obědu. Děkujeme za pochopení.

Co se u nás v centru dělo ...

Živý betlém

Na začátku rok nás navštívily děti ze ZŠ Jezeřany, které si pro naše klienty připravily divadelní představení „Živý betlém“.



Děti vystoupily v krásných kostýmech, čímž symbolicky zakončily vánoční čas a přinesly do našeho domova radost a vánoční atmosféru. Naši klienti se do příprav zapojili také v rámci arteterapie, kde namalovali kulisy, které dodaly představení osobitý ráz.

Tři králové

V pondělí 6. ledna se naše centrum naplnilo sváteční atmosférou díky tradiční akci Tři králů. Ti, v podání našich zaměstnanců a klientů, zavítali do pokojů klientů i společenských prostor, aby přinesli kousek sváteční pohody a zpívali tradiční koledy. Součástí programu bylo i tématické relaxační okénko, ve kterém se na plátno se promítaly tematické dokumenty a fotografie, připomínající historické a náboženské souvislosti tohoto svátku.



Ochuťnávka mladých vín



V našem domově jsme klientům zpříjemnili den ochuťnávkou mladých vín, kterou jsme spojili s poznáváním vinařské kultury. K degustaci jsme vybrali čtyři odrůdy od vinaře Pavla Antoše – Chardonnay, Ryzlink rýnský, André a Hibernál. Aby byl zážitek kompletní, nechyběly sýrové talíře, které skvěle doplnily chuť jednotlivých vín. Klienti si nejen pochutnali, ale také se dozvěděli zajímavosti o každém víně díky připravenému výkladu. Na závěr si mohli vyzkoušet své nově nabyté znalosti v zábavném kvízu.



Aromaterapie

V rámci aktivit v našem domově pravidelně realizujeme aromaterapii, tentokrát měli klienti možnost ochutnat deset druhů čaje, pokusili jednotlivé podle vůně. hodnotili barvy a chuti. nabízenými klasické tak i aromatizované varianty. Tato aktivita byla nejen příjemným smyslovým zážitkem, ale také podnětem k diskusi o oblíbených nápojích a vzpomínkách spojených s pitím čaje.



Zabíjačka – Pepíčkovo

V našem domově jsme stylově zahájili masopustní týden gurmánskou ochutnávkou zabíjačkových specialit. Pan Josef Vašák, majitel řeznictví Pepíčkovo z Rajhradu, nám přivezl to nejlepší ze své domácí výroby – voňavá jelítka, tlačenku, klobásky, domácí paštiky a uzené, se kterým



letos
vyhrál
prestižní



soutěž o nejlepší uzené roku na Hradě Veverí. K dokonalému zážitku nechyběl ani domácí chléb, který si pan Vašák peče sám. Pan Vašák se s námi podělil nejen o své řeznické zkušenosti, ale i o zajímavé historky z praxe, přiblížil náročnost řeznického řemesla a jeho proměny v průběhu let. Povídání bylo nejen

poučné, ale i plné humoru, což přispělo k příjemné atmosféře celého setkání.

Vlastní motorické hry

V našem SeniorCentru v Modřicích si aktivizační pracovnice vytvořily vlastní hry a pomůcky, které nejen plní terapeutickou funkci, ale zároveň přinášejí radost a zábavu. Kromě dřeva, látek a



korálků využívají také plastová víčka, korky od vína, kartony od vajíček nebo ruličky od toaletního papíru. Tyto a další hry nejen rozvíjejí jemnou motoriku, ale také podporují kognitivní funkce a koncentraci.

Cestománie – Mexiko

V našem domově pravidelně pořádáme aktivitu s názvem Cestománie, která umožňuje klientům „cestovat“ po celém světě, objevujeme různé země, kultury, tradice i gastronomii.



V únoru jsme se vydali na pomyslný výlet do Mexika, neboť se nám nabídl nadšený cestovatel, který Mexiko osobně navštívil a rád se s klienty podělil o své zážitky a zkušenosti. Jeho poutavé vyprávění bylo doplněno o autentické fotografie, což vytvořilo jedinečnou atmosféru, která klienty doslova vtáhla do děje.

Grafomotorika

V rámci rozvoje jemné motoriky a tréninku pohybových dovedností jsme v našem seniorcentru připravili grafomotorická cvičení. Tato aktivita pomáhá našim klientům nejen udržovat koordinaci ruky a oka, ale také podporuje soustředění a kreativitu. Klienti si mohou vyzkoušet různé úkoly – od kreslení po psaní nebo vybarvování.



Valentýn

V našem domově jsme letošnímu Valentýnu věnovali celý týden, během kterého se klienti zapojili do různých aktivit spojených s tématem lásky, přátelství a blízkosti. Klienti se účastnili valentýnského tvoření, kdy vyráběli srdíčka, ozdoby a přáníčka, užili si poslech zamilovaných písní, ve speciálním relaxačním okénku o svatém Valentýnu jsme se zaměřili na historii a význam tohoto svátku. Vrcholem týdne byla Valentýnská kavárna, kde si klienti mohli vychutnat kávu se zmrzlinou a šlehačkou nebo se vyfotit v tematickém fotokoutku. Děkuje všem, kteří se na přípravě tohoto krásného týdne podíleli, a těšíme se na další společné zážitky!



Masopust

Masopustní období jsme oslavili ve velkém stylu! V našem seniorcentru se konala veselá oslava plná barevných masek, hudby a dobré nálady. Klienti si mohli vyrobit vlastní masky, které poté hrdě předvedli v průvodu. Součástí akce byla také oslava narozenin našich oslavenců měsíce, zpěv s harmonikou a samozřejmě tradiční masopustní občerstvení.



Výlet do květinářství Brabec



V rámci projektu „Roční přání“ jsme pro tři klientky z našeho seniorcentra připravili výjimečný výlet do místního květinářství Brabec. Tento krásný den byl plný barev, vůní a radosti. Klientky si mohly vybrat květiny podle svého gusta, nakoupit drobné

dárky pro své blízké a užít si příjemné posezení s občerstvením. Celá akce byla symbolickým přivítáním jara a přinesla našim klientkám nejen krásné zážitky, ale i pocit radosti z plnění přání.



Vzácné kameny

V našem domově jsme si nedávno užili příjemnou a energií nabitou hodinku při společném objevování krás přírody. Během relaxačního okénka na téma "Vzácné kameny a minerály" se naši klienti dozvěděli mnoho zajímavých



informací o minerálech, polodrahokamech i drahokamech a měli také možnost si mnoho krásných exemplářů prohlédnout „naživo“. Jedna z našich aktivizačních pracovnic, která se o kameny zajímá, přinesla do domova svou sbírku, což klientům umožnilo vidět opravdové

poklady z celého světa. Mezi vystavenými kameny nechyběl ametyst, křišťál, růženín, tygří oko, hematit, lapis lazuli a krásná sbírka achátů. Klienti si mohli vyzkoušet, jaké jsou kameny na dotek a jakou mají energii. Dozvěděli se mnoho o jejich vzniku, výskytu i jejich vlastnostech. Někteří klienti dokonce na přednášku přinesli své vlastní energetické kameny a pochlubili se s nimi ostatním.



Kdo se o vás v domově stará

Pečovatelka

Lucie Fargašová



Milí klienti a milé klientky,

dovolte mi, abych se vám představila. Jmenuji se Lucie a v našem domově pracuji na pozici pečovatelky již více jak dva roky. Narodila jsem se v Žilině, avšak od malička bydlím v obci Dyjákovice u Znojma a přechodně pobývám na vysokoškolských kolejích v Brně. Vystudovala jsem SŠ veterinární v Třebíči, nyní dokončuji obor Agroekologie na Mendelově univerzitě v Brně a v červnu mě čekají státnice (můžete mi držet palce). Ve volném čase se věnuji své rodině, ráda trávím čas s přáteli – ať už u piva, v kině nebo divadle. Mám ráda teplo, pobyt u vody, cestování, hraní her na počítači a ze sportu plavání nebo kolečkové brusle. Ačkoli je práce pečovatelky zcela mimo obor mého studia, vždy jsem k ní měla blízko – doma jsme se starali o babičku a pomáhala jsem i starším sousedům v naší vesnici. Práce v domově mě baví a přinesla mi mnoho krásných vzpomínek, zkušeností i přátel.

Těším se na další setkání s vámi!

Vaše Lucka ♥

Pečovatelka

Inna Pushkarenko



Zdravím vás, milí klienti,

jmenuji se Inna a už třetím rokem pracuji jako pečovatelka v našem centru pro seniory. Původně jsem vystudovala pedagogiku a na Ukrajině, kde jsem se i narodila, pracovala v mateřské školce jako učitelka. Práce s lidmi mě naplňuje, ať už jde o ty nejmenší nebo o starší generaci. Ráda pečuji o druhé, proto jsem se rozhodla věnovat právě této profesi. V našem centru se cítím dobře. Mám ráda své kolegy i klienty a oni mají rádi mě. Každý den mi přináší nové výzvy i radosti. Když mohu někomu pomoci nebo vykouzlit úsměv na tváři, vím, že moje práce má smysl. Ve volném čase ráda zpívám, tančím nebo jen tak relaxuji s manželem. Baví mě také nakupování a objevování nových chutí – miluji sushi a dobré víno. Moje oblíbené barvy jsou červená, černá a bílá. Mým největším přáním je, aby již skončila válka a já se mohla vrátit domů ke svým dětem ve školce. Ukrajina je mým domovem, ale do té doby budu s láskou pokračovat v tom, co dělám tady – pečovat o ty, kteří mě potřebují.

Vaše Inna ☺

Zdravotní sestra

Michaela Dobešová



Dobrý den, milí klienti,

jmenuji se Míša a v našem centru pracuji prvním rokem jako zdravotní sestřička. Narodila jsem se v Brně a vystudovala zde i SŠ zdravotnickou.

Ráda bych ve studiu ještě pokračovala a mým snem je jednou pracovat na operačních sálech ve fakultní nemocnici. Do té doby bych ráda pracovala se seniory, protože cítím, že má tato práce smysl, naplňuje mě a ráda pomáhám těm, kteří to potřebují. Ve volném čase ráda sleduji hokej, fandím Kometě Brno nebo se věnuji svým čtyřem hafanům. Mým nejoblíbenějším jídlem jsou lasagne, miluju pivo Radegast 11 a nejraději se oblékám do černé, červené, bílé a modré barvy. Mým nejbližším snem je navštívit koncert muzikanta Andrého Rieu v Marbrucht.

Těším se na setkání s vámi.

Sestřička Míša

Zdravotní Sestra

Svitlana Slyvchuk

Zdravím vás, milí klienti,

jmenuji se Svítlaná, jsem zdravotní sestra a svou práci dělám s láskou.

Vystudovala jsem střední zdravotnickou školu na Ukrajině a už od mládí jsem věděla, že se chci starat o lidi a pomáhat jim. Práce v našem centru a péče o klienty pro mě není jen povolání, ale i poslání. Ráda bych se ve studiu dále rozvíjela a jednou dosáhla pozice převazové sestry. Ačkoli pocházím z Ukrajiny, kde jsem prožila velkou část svého života, do své rodné země se už v plánu vrátit nemám. Česká republika se stala mým novým domovem a mám ji moc ráda. Život tady mi dává stabilitu a bezpečí pro mě i mé dvě děti – syna a dceru. Ve volném čase se snažím sportovat a nejraději trávím chvíle se svými dětmi. Naším společným koníčkem je cestování a rádi bychom procestovali celý svět a poznávali nová místa i kultury. Letos v létě plánujeme vyrazit k moři a užít si spolu krásné chvíle. Miluji ovoce a dobré víno, a když mám chvilku pro sebe, ráda si vychutnám skleničku a přemýšlím o tom, kam nás naše další cesty zavedou.



S pozdravem

Svitlana

Rozhovor s vedoucí aktivizace

Bc. Irenou Žinčovskou

*Rozhovor provedla **Anna Malá, DiS.***

Odkud pocházíš?

Narodila jsem se na severní Moravě v Šumperku. Hned po škole jsem ale zvedla kotvy a odplula směr Brno. Toto město je pro mě srdeční záležitost.

Jak dlouho pracuješ v našem zařízení?

Na začátku března jsem slavila svůj první rok.

Vnímáš nějaký posun na svém postu?

Ano, nedávno jsem byla povýšena na pozici Vedoucí aktivizačních pracovníků. Tato změna mi přinesla nové možnosti, pravomoci a některé „superschopnosti“ využitelné pro blaho našeho fialového týmu i klientů domova. Přinesla samozřejmě také spoustu nových povinností, přesčasů a večerních bolehlavů ☺



Naučila ses zde něco navíc?

Neskutečně mnoho věcí. Každý den v domově se něco nového naučím. Někdy je to zkušenost pozitivní (když se něco hezkého podaří) a někdy negativní (když něco nevyjde tak, jak si člověk představoval). Za obě zkušenosti jsem vděčná, posouvá to mě i celý náš tým pořád dopředu.

Co byl Tvůj největší životní trapas?

Tak trapasů má za život každý asi spoustu. Nemůžu říct, že byl nějaký vyloženě „životní trapas“. Ale na jednu příhodu si vzpomínám tak zřetelně, že se mi kroutí úsměv ještě teď... To když jsem byla ještě hodně mladá a zbrklá a vystoupila jsem z autobusu po zadku. Když jsem se pak pokoušela na chodníku posbírat, srovnat nohy, dohledat boty a celá domlácená jakoby nic odejít, oslovil mě jeden starý pán a říká: „Slečno, něco vám teče z kabelky! Ale voní to krásně!“. No a to bylo naposledy, co jsem kdy obula vysoké podpatky a táhla v kabelce dva zbrusu nové 100ml parfémy...



Co ráda děláš ve volném čase?

Spím 😊 A hrozně ráda podnikám výpravy se svou rodinou. Kamkoliv.

Jaké máš cíle?

Nic velkolepého. Chtěla bych vytrvat v práci, která mě baví. Dovychovat své dvě dcery (11 a 13 let) a přežít to ve zdraví. Občas jet na pěknou dovolenou s rodinou – teď zrovna plánuji Anglii a Skotsko. No a v neposlední řadě bych se chtěla nezbláznit z politické situace ve světě a zachovat si optimismus pro mé děti a děti mých dětí. K tomu mi dopomáhej můj stále pozitivní canisterapeutický pes Inayat alias Pipi 😊

Tímto všem klientům i kolegům doporučuji canisterapii nebo jakoukoliv zvířecí terapii vyzkoušet. Dělá zázraky.

Zastavte se za osmáky (jídelna 3B), za králíčky (vstup do zahrady), za kočkami (zahrada), za andulkami (jídelna 3A a B1), za rybkami (jídelna 3A a zahrada) a také navštivte pravidelné lekce canisterapie s našimi terapeutickými psy (jídelna 3B). Budeme se na vás těšit!

Básnické okénko

V našem centru žije velmi šikovný a nápaditý klient, pan prof. Ing. Jiří Myslín, a protože jeho specializací v aktivním život bylo přednášení studentům na fakultě vysoké školy, ve svém umu pokračuje i u nás. Každý týden skládá nejen básničky, ale také různé úvahy na konkrétní témata. Rozhodli jsme se proto, že do každého čísla nějaké jeho dílo vložíme a podělíme se.

„Na odpolední aktivitu jsem líné tělo přemluvil. Těším se na dobrou kávu, kterou milé a půvabné sestřičky podávají. Káva tělo posílí a duševnímu zdraví neublíží. U stolu sedím s pěti, ještě stářím nepoznamenanými, babičkami, které písničky známé zpívají. Páteční odpolední aktivita tak pohodu a radost přinesla.

Milé sestřičky, ve žlutém, modrém i fialovém oblečení, za dobrou kávu děkuji, přeji vám stálou mladistvou svěžest, s jakou o naše tělesné a duševní zdraví pečujete.“

J.M. 2025

Trénování paměti





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

