

TVRTLETNÍK NAD JE ZLÍN

ERVEN 2016, RO NÍK 7, ÍSLO 2



O POHYBU

Nikdy jsem na to nebyla. Tlocvik ve škole mě obtěžoval, o šplhu se mi zdálo v těch nejernějších snech, aktivní dovolená pro mě znamenala spíš houpací křeslo a dobrý román. Ale s věkem a zkušenostmi se to mění.

Hlavní je, když pohyb není samotný, jen ke stržení těla nebo k postování pabujelého svalstva. Líbí se mi, když lidé svoje bábání promoují na podporu charitativních projektů. Zkouším to taky, jen ten mě bábá se zatím počítá pouze na minuty. Zato jsem s údivem pozorovala soustředěný výraz a skvělou hru Bedicha Bulavy, když při doprovodném programu na filmovém festivalu porážel zdravé hráče ve stolním tenise. Zkuste si s ním zahrát, nejspíš prohrajete.

A co teprve stojí námahy, dát do pohybu dobré věci. Pohnout se stereotypy ve vnímání lidí s postižením, rozbáhnout nový způsob jejich podpory, nový projekt. Ne každý máme stejnou startovní čáru, ale všichni můžeme běžet v dresu dobré vůle a solidarity.

Milé těnáky a těnáky, přijívejte léto a ... neužijte se!

Kateřina Pivoňková

POD KOVÁNÍ

Děkujeme Zlínskému kraji za finanční podporu z programu Zajištění dostupnosti sociálních služeb na území Zlínského kraje pro rok 2016 pro naše sociální služby. Dále děkujeme za podporu z Programu na podporu NNO v oblasti prevence rizikových typů chování pro Středisko Naděje Vizovice.

Velikonoční jarmark, který se uskutečnil 21. 3. 2016 v Tkalcovně Naděje, finančně podpořilo město Zlín. Děkujeme.

Děkujeme za finanční podporu městu Vizovice pro Středisko Naděje Vizovice na rok 2016.



VIZOVICE

Školní rok se chýlí ke konci a ve Vitku to ožívá. Od jara se k nám hrne spousta mladších dětí na ping pong. Jen co se rozkoukají, rozšíří řady našich klientů. Zatím se společně poznáváme.

Na dubnovém Turnaji NZDM v malé kopané se naším šikovným hráčem velmi dařilo. Mladší i starší tým obhájil 2. místo. První místo mladším hráčům uteklo jen o fous. Jejich brankář, který získal dokonce titul nejlepšího brankáře turnaje, do posledních dvou zápasů nepustil ani jeden gól.

Čeká nás klidnější období prázdnin, kdy do klubu chodí méně dětí.

Chystáme opět brigádu na Janov Hrad. Chceme připravit program na Týden nízkoprahových klubů v září. Pracovníci vyrazí za odpočinkem někam na dovolenou. Prostě prázdniny jak mají být :-)

Renata Farná



JEDEN MALÝ P ÍB H Z DOMOVA

V našem domov se každý den, každý měsíc i každý rok odehrává mnoho příběhů – některé jsou veselé až humorné, jiné smutné, další k zamyšlení. Ale všechny mají jedno společné – jsou hluboce lidské a týkají se nejen našich klientů a jejich rodin, ale také nás, pracovníků. Každý příběh se nás nějakým způsobem dotkne a zanechá v nás svoji stopu.

V nedávné době to byl mimo jiné příběh setkání dvou spolupracovnic a kamarádek po mnoha letech. O něm jsem se více dozvěděla vlastně až v době, kdy už jsme se s jednou z akterek tohoto příběhu rozloučily... to ale jeho sílu nezmenšilo, ba naopak. Jsem velmi ráda, že mohu se svolením naší milé paní Hely zveřejnit alespoň část této její vzpomínky na kamarádku na stránkách tvrtletníku.

„Paní Boženka přišla do Penzionu NAD JE až po mně. Já jsem přišla 15. ledna 2015, ona asi v březnu. Seděla jsem v jídelně u stolu a právě ji dovezli a já jsem vzpomínala, kde jsem tu paní viděla. Ale hned jsem si vzpomněla, že jsme spolu dříve pracovaly na okrese. Pak jsme se poznaly a vzpomínaly a byly rády, že jsme se za tak dlouhou dobu poznaly až ve stáří v Penzionu NAD JE. Byla to hodná a pracovitá žena a kamarádka.

Tady v penzionu se jí moc líbilo, byla spokojená a dobře započtená na stáří. Byla veselá a kamarádká. Poslední dny jejího života byly horší, ale sestřičky se o ni pečlivě staraly. Já jsem za ní chodívala k poslední jen na večer, když už neseděla u stolu. Vždy mě ještě poznala a vzpomínala. Až ten poslední týden před velikonočními byl horší, už mě tak hned nepoznala, už jsem s ní moc nemluvila. Jenom spala. Na poslední chvíli jsem za ní přišla a chytla alespoň za ruce. Na Velikonoční neděli večer mě ukládala jenom, že jí bolí tělo, položila ruce na postel a zase spala dál v klidu a spokojeně. Já si myslím, že bylo o ni do poslední chvíle dobře péřováno. Dík sestřičkám za jejich těžkou práci a péřiči.

S úctou na ni vzpomíná kamarádka Hela



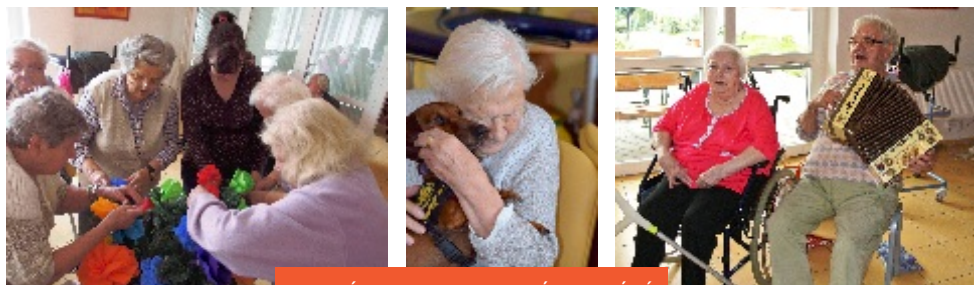
KONTAKTNÍ MÍSTO ESKÉ ALZHEIMEROVSKÉ SPOLE NOSTI

V minulém ísle tvrtletníku jsme infor-
movali o tom, že se zlínská NAD JE
stane Kontaktním místem ALS. Tato
informace se již stala skute ností!

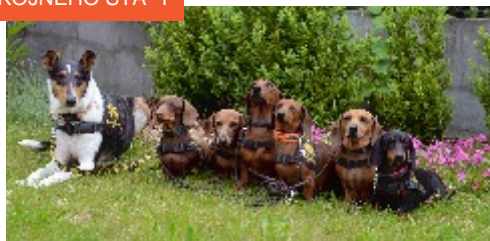
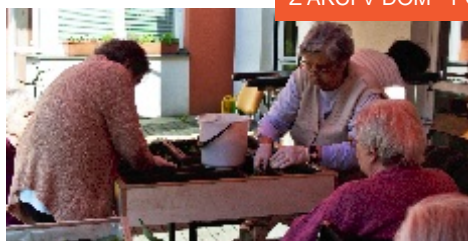
Od kv tna 2016 nabízejí naše dv
odborn prošolené poradkyn pora-
denství lidem postiženým syndromem
demence a jejich rodinným p íslušní-
k m. Tuto službu nabízíme v budov
Domu pokojného stá í na Okružní
5550, a to ve tvrtek od 15 do 17 hodin.

Upozor ují, že je vždy pot eba se objed-
nat na tel. 575 758 131 nebo 775 889
644. Sou ástí služeb Kontaktního místa

ALS je také setkávání skupiny pe ují-
cích (nejbliší bude 9. 6.) a testování
pam ti (pro zájemce od 50 let, kte í
zaznamenávají potíže s pam ti a zatím
nenavšt vují žádného specialistu).
Podrobn jší informace najdete
na www.nadeje.cz/zlin - kontaktní místo.



Z AKCÍ V DOMU POKOJNÉHO STÁ Í



PROSBA

Pro naše zpívající kamarády Žofii a Filipa hledáme novou, v tší klec. Cht li bychom,
aby v ní m li více místa na protažení k ídel a zároveň bychom si p áli, aby nám
jejich domov krás n ladil s naším „vzpomínkovým pokojem“. Pokud o takovém
domov víte, dejte nám, prosím, v d t na tel. 575 758 131. P edem d kujeme.

NOVINKA ZE STACIONÁ E

Jsme nadšení! V centrálním parku na Jižních svazích, v blízkém okolí denního stacionáře, vyrostlo nové multifunkční hřiště. Toto hřiště nebylo vybudováno jen pro děti, ale i pro dospělé. Ihned po výstavbě jsme pro naši zvědavost nové hřiště s klienty navštívili. Na hřišti je možné nalézt velké množství různých posilovacích strojů, na kterých si naši klienti mohou v rámci svých možností protáhnout pohybový aparát, posílit tělesné funkce a pobavit se. Byli jsme velmi překvapeni z toho, jak se senioři dokázali nadchnout pro hru, jak je tyto aktivity baví a těší. Hřiště se pro nás stalo novým zpestřením jarních dnů.

pracovnice denního stacionáře



ZAJÍMAVÉ SETKÁNÍ A VZDĚLÁVÁNÍ V JEDNOM

V úterý 24. května vyrazilo od domova plně služební auto. Přítelkyně spolupracovnic se vydalo za vzděláváním do Rajhradu, konkrétně do Hospice sv. Josefa. Naším cílem ale nebylo jen vzdělávání v oblasti paliativní péče, ale také setkání s mimořádnou osobností – MUDr. Marií Svatošovou, zakladatelkou hospic vdechách, velkou propagátorkou hospicové péče, autorkou mnoha knih a držitelkou Medaile za zásluhy. Na toto setkání jsme se hodně těšily. A nebyly jsme zklamány. Paní doktorka nám ukázala, že je i ve svých sedmdesáti letech stále schopná zvládnout celodenní seminář, diskutovat, odpovídat na otáz-

ky a erudovaně se vyjadřovat k myšlenkám nejen hospicového hnutí. Zároveň nám na mnoha příkladech ze své praxe dokázala, že je možné se krásně, citlivě, empaticky a zároveň odborně postarat o naše blízké až do samého konce. Jsme za toto setkání vděčné!

A jako bonus jsme si přivezli do naší "nadřní" knihovny i ky podepsané knihy.

Jana Chovancová

POD KOVÁNÍ VÝBORU DOBRÉ V LE

Díky finan ní podpo e Výboru dobré v - le – Nadace Olgy Havlové jsme mohli uskute nit další krok k zútuln ní odpo-inkové místnosti v denním stacioná i. Po ídili jsme krásnou novou postel, která ladí s vestav ními sk ín mi i s prost edím, protože vypadá trochu jako pohovka. A navíc se dá její rošt polohovat, je vyšší, a tak se na ni lépe sedá a má také úložný prostor! D kujeme.



NAHLÉDNUTÍ POD POKLI KU O KOVÝ SALÁT S RAJ ÁTKY

0,5 kg o ky
5 šálek vývaru nebo vody
2 lži ky soli
4 lžíce olivového oleje
1 velkou jemn nasekanou cibuli
2 plátky celeru (jemn nakrájet)
0,5 šálku nasekané zelené papriky
5 cherry raj at

NA ZÁLIVKU:

0,5 šálku olivového oleje
2 lžíce vinného octa
0,5 lži ky erného pep e
1 lži ka soli

Osolenou o ku uvedeme do varu (ve vývaru je lepší) a necháme dusit do m kka. Kdo má problémy s nadýmáním, m že – podle babi iny rady – p idat trochu majoránky. Když je o ka m kká, p idáme olivový olej a ochladíme. Potom vmícháme cibuli, celer, papriku, na tvrtky nakrájená cherry raj átka a vše p elijeme zálivkou. Zamícháme.

Do salátu m žeme ješt p idat natvrdo uva ená vejce (na tvrtky), šunku (na tvere ky 2x2 cm), nebo dietní párky (na p lcentimetrová kole ka) – zkrátka podle chuti nebo podle lední ky.

DOBROU CHU
P EJÍ PRACOVNÍCI
Z KUCHYN

MÁME NOVOU PEC!

V polovině měsíce března jsme vás vyzvali... Pomáhejte pohybem!

Přesvědčili jsme se, že běhání, jóga a tančení vás baví. Svou aktivitou a energií jste rychle generovali body pro náš projekt Keramická pec pro lidi s mentálním postižením v sociální terapeutické dílně. Skupina EZ prostřednictvím Nadace ČEZ nám poskytla nadání příspěvek, díky kterému jsme novou pec poříдили! Lidem s mentálním postižením, kteří do dílen docházejí, přinesla v této radost ze zvládnuté práce.

Dne 20. 6. 2016 na Světlá nad Sázavou proběhlo první slavnostní zahájení a uvedení pece do provozu. Naše pozvání přijali

tiskový mluvčí Skupiny EZ pan Vladislav Sobol a také rodinní příslušníci klientů a příznivci zlínské NADACE ČEZ. Rádi bychom poděkovali všem, kteří nám svým sportovním příspěvkem a hlavně Nadaci ČEZ za podporu!

Máme taky radost z dalšího projektu, díky kterému budeme moci zakoupit stínící techniku do sociální terapeutických dílen. Neváhejte a stáhněte si aplikaci EPP, hýbejte se a pomáhejte pohybem.

Zuzana Šlúchová a Jana Škývarová



ZAHRADNÍ CENTRUM ACRIS ZAHRADY S. R. O. NÁM V NOVALO 350 LITR SUBSTRÁTU

Klienti Domu pokojného stá í se d íve rádi starali o své záhonky. Byla to jejich velká radost. Aby mohli tento pocit znovu prožívat, osazují u nás mobilní zahrádky bylinkami a letní kámi. Jsme rádi, že i letos díky tomuto daru zahrádky i truhlíky s květinami za okny klientů opět vykvetou.



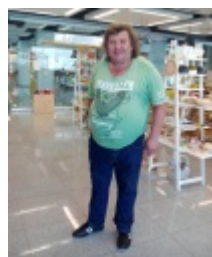
Moc děkujeme a jsme rádi, že Vám potěby a péání seniorů nezůstávají lhostejnými.

JIRKA Z CHRÁNĚNÉHO BYDLENÍ MÁ NOVÉ TENISKY!

Děkujeme firmě SMART, panu Stravovi za velmi osobní přístup a rychlé jednání! Jsme rádi, že jsme mohli Jirku obout do nové obuvi Prestige, což jsou poctivé a pohodlné boty ze Zlína!



Jiří žije v chráněném bydlení a denně dochází do sociálně terapeutické dílny Tkalcovna, kde pilně tká koberce. Chyběly mu kvalitní boty, které by odpovídaly jeho zdravotnímu stavu. A teď už je má, děkujeme!



DĚKujeme ZA PODPORU KABELOVÉHO VELETRHU

V novém kabelky nebo pořízení nové pro nás v letošním roce znamená možnost zakoupení i nových tkalcovských stavů do sociálně terapeutické dílny Tkalcovna Naděje. Darovaných kabelek se letos sešlo přes dva tisíce kusů a jejich následný prodej vynesl 76 540,- Kč. Díky zdvojnásobení částky 60 000,- Kč od Nadace Divoké husy je celková výměra žku Kabelkového VELEtrhu 136 540,- Kč.



Naše velké díky patří všem, co podali pomocnou ruku a na úspěchu akce mají zásluhu - propagací, pomocí se sbíráním kabelek, v novém práci, službách, času, prostoru.

DĚKujeme GE MONEY BANK

Díky finanční podpoře GE Money Bank z Programu podpory potřebným zlínská NADĚJE zakoupila zažehlovací lis, který bude sloužit k označení prádla pro klienty Domu pokojného stá í a pracovních odvětví pro zaměstnance. Pro klienty bude označení prádla diskretní a funkční. Stávající vizitky pracovníků nahradí vizitky nažehlovací, umístěné ve vhodné velikosti a na viditelném místě. Výrazně se tím zjednoduší celý systém označení prádla, což zlepší a zpevní život všem klientům doma i jejich rodinám.



XXVII. ROČNÍK MISTROVSTVÍ ČESKÉ REPUBLIKY V PLAVÁNÍ

Nejlepší plavci NAD JE Zlín z regionálního Mistrovství Moravy konaného v Petrovci 6. 4. se zúčastnili Mistrovství České republiky v plavání pro sportovce s mentálním hendikepem. Akce se konala v Liberci a naši sportovci získali celkem 4 medaile v kategorii plavci B v individuálních disciplínách. Štafeta SK Berani Nad je Zlín bojovala ve složení Bedřich Bulava, Mirek Galia, Milan Horák a Marek Šnědar.

V individuálních disciplínách získal stříbrnou medaili Mirek Galia v závodě 50 m VZ a Marek Šnědar dokonce tři medaile: 50 m prsa stříbro a 100 m a 200 m bronz.

Gratulujeme plavcům a děkujeme za výbornou reprezentaci NAD JE Zlín.

Radek Vítek



KALENDÁRIUM

20. 6. D m pokojného stáží - vystoupení d tí z MŠ – Rarášek
 27. 6. D m pokojného stá í - společné tvo ení s d tmi ze ZŠ
 30. 6. ú ast na turnaji senior v pétanque
 16. 7. koncert Duše zpívej s NAD JÍ
 7. 9. vzd lávání pro pracovníky Prevence vzniku infek ních
 onemocnění
 19.– 23. 9. Týden pam ti

ZLÍNSKÉ PROLÍNÁNÍ A SPORTÁ EK

V rámci Filmového festivalu jsme se s našimi sportovci zúčastnili hned dvou akcí. Tou první byl Festival sportu pro děti Sportá ek, na kterém jsme jako jedni z mnoha prezentovali úspěchy našeho sportovního klubu SK Berani Nad je Zlín spolu s dovednostmi našich sportovců. Ti s návštěvníky akce hráli přímo na místě stolní tenis, utkali se v bocce, šipkách nebo stolním fotbálku. Podívat se na nás přišel pan Babiš a velmi milou návštěvou nás poctila také poslankyně Evropského parlamentu Martina Dlabajová, se kterou jsme se pár dní na to setkali také na druhé akci. Tou bylo dvoudenní Speciální prolínání, poádané eským hnutím Speciálních olympiád. Ani zde nebyla o zábavu a dobrou náladu nouze, spousta malých i velkých návštěvníků zmíla síly ve hře stolního tenisu s našimi medailisty a olympioniky. Utkaly se s námi také mnohé známé osobnosti. Chybět nesmí Vlastimil Harapes, estný předseda eského



hnutí Speciálních olympiád, pan estmír Van ura, prezident Filmového festivalu nebo také, již zmíněvaná, europoslankyně Martina Dlabajová. Tato milá setkání i jednotlivá utkání probíhala ve velmi přátelském duchu a naši sportovci s klidem sobě vlastním obhájili své dovednosti a zasloužené úspěchy.

Michal Křížka

ROZHOVOR S ALENOU KOTYZOVOU

Alenko, jsi keramičkou, jak dlouho to děláš?

23 let. Po mateřské jsem se rozhodla, co budu dělat. Mám postiženého syna Jirku a chtěla jsem s ním být doma. Vymyslela jsem si keramiku, hlína je všude. A za týden na to z nebe spadl inzerát – naučím to dítě na kruhu, hledám keramičku a bylo to blízko jespěsles.

Co tě přivedlo k práci s lidmi s mentálním postižením?

Přišla za mnou kamarádka, které pracovaly v pomocné škole na Lazech a zvláštní škole v Prácheňě, jestli bych se s dětmi nechodila obíhat dělat keramiku. A pak přišla Slunečnice a teď NADĚJE.

Výrobky našich dílen všichni obdivují. Děleáš je sama nebo se podílejí i klienti?

Samozřejmě se nejvíce podílejí klienti a to asi z 90%. Nikdo z klientů nedokáže udělat samostatně celý výrobek. Dělejší je zjistit, co komu jde dobře a tím se řídíme. Klient získá jistotu a radost z toho, co dělá. A pak se zdokonaluje i sám od sebe a já ho do toho nemusím tlačit. Tak například Martin dokáže skoro všechno, Jolana modeluje tvary z hlíny, Bohunka a další vybarvují, Ivanka maluje. A já dělám jen nějaké konečné úpravy a dohlížím. Pokud se něco nepodaří, tak zmačkáme hlínu a znovu.

Proč byla potřeba nová pec?

Je nová, objemnější a výkonnější. Má lepší možnost odtrávání a nemusíme dýchat škodlivé výpary, tak je i bezpečnější. Je možné nastavit délku a teplotu pro různé výpary. Chtěla jsem za sebe i klienty pokrýt všem, kteří „báhalí“, abychom měli novou pec.

rozhovor vedla Uršula Klimszová



Z AKCÍ CHRÁNĚNÉHO BYDLENÍ A SOCIÁLNĚ TERAPEUTICKÝCH DÍLEN

NÁVŠTĚVA KADERNICTVÍ

V měsíci květnu jsme měli možnost zkrášlit se v kadeřnictví u paní Kamily Plíškové. Všechny její služby jsou pro nás zdarma a my si toho moc vážíme. Děkujeme.



MIREK A KOLO

Mirek si koupil zánovní kolo, protože rád jezdí a také by se chtěl zapojit do projektu "Pomáhej pohybem".

NÁVŠTĚVA SLUNEČNICE

Byli jsme na návštěvě v chráněné dílně Slunečnice, kde jsme si vyzkoušeli práci na PC a poslechli si povídky na téma Karel IV.



FUNDRAISING

MOBILNÍ ZAHRÁDKY ROZKVETLY I LETOS

Děkujeme zahradnictví Stella, za vnování okrasných květin do mobilních záhonků. Práce na záhoncích těší zejména klientky Domu pokojného stáří. Z krásy květin se těšíme všichni.



Děkujeme společnosti Philips za vnování systémové žehličky. Žehlička je výborným pomocníkem pracovnícím prádelny. Velmi jim usnadňuje náročnou každodenní manipulaci s prádlem klientů i zaměstnanců NAD JE Zlín.



PODKOVÁNÍ NADACI AGEL

Díky podpoře nadace Agel budou klientům chráněného bydlení pořízeny venkovní cvičební stroje. Více o projektu v příštím vydání čtvrtletníku.



Děkujeme společnosti Antalis za vnování papíru, ze kterého se nám krásně tvoří. Na jarmarcích, v rámci arteterapie s klienty Domu pokojného stáří a v denním stacionáři nebo dále v nízkoprahovém zařízení ve Vizovicích.





DUŠE ZPÍVEJ S NADĚJÍ

ZÁVĚREČNÝ KONCERT GOSPELOVÉ ŠKOLY DUŠE ZPÍVEJ

16. ČERVENCE 2016 OD 18 HODIN
KONGRESOVÉ CENTRUM ZLÍN

CENA VSTUPENKY: DOSPĚLÍ 150 Kč, DĚTI 50 Kč

PŘEDPRODEJ VSTUPENEK:

TKALCOVNA NADĚJE (OC ZLÍN, UL. KVÍTKOVÁ)

DŮM POKOJNÉHO STÁŘÍ ZLÍN (OKRUŽNÍ 5550, ZLÍN - JIŽNÍ SVAHY)

REZERVACE VSTUPENEK: J.SKYVAROVA@NADEJE.CZ, TEL. 778 475 147

VÍCE NA WWW.NADEJE.CZ/ZLIN

ORGANIZÁTO I: D KUJEME ZA SPOLUPRÁCI T MTO SPOLE NOSTEM:

*NADĚJE



AKCI
PODPORUJE:



MEDIÁLNÍ
PARTNER:



NADĚJE, Pobočka Zlín

OKRUŽNÍ 5550, ZLÍN 760 05, TEL. 575 758 151
ZLIN@NADEJE.CZ, WWW.NADEJE.CZ

URČENO PRO VNITŘNÍ POTREBU. NEPRODEJNÉ.