

# ČTVRTLETNÍK NADĚJE ZLÍN

ČERVENEC 2021, ROČNÍK 12, ČÍSLO 2

## KABELKOVÝ VELETRH / POMOC, CO SE NOSÍ

POŘÁDÁ NADĚJE ZLÍN SE ZLÍNSKÝM DENÍKEM  
13. ZÁŘÍ 2021 VE 13–19 HOD.  
V MĚSTSKÉM DIVADLE ZLÍN

# ÚVODNÍ SLOVO

Milé čtenářky a čtenáři,

zamyslete se někdy nad tím, jakou část vašeho času, vaši iniciativy, vašich myšlenek zabírá péče o druhé? Někdo to má přímo v popisu práce – naše pečovatelky, sociální pracovníce, zdravotní sestry většinu svého bdělého času věnují druhým a potřebným. Vedoucí pracovníci mají svěřené kolegy také v „péči“. Záleží jim na jejich pracovních podmínkách, na atmosféře na pracovišti, na spravedlivém ohodnocení jejich práce, na pozitivní zpětné vazbě a dobrých vztazích. Mnozí z vás pečují o děti, o staré rodiče...

Ke každému dávání patří i dostávání. Kdo pečuje o vás, pečující? Dokážete pečovat sami o sebe? To znamená uvědomovat si své emoce a potřeby, rozumět jim a dokázat je přijmout, najít si podporu a úlevu od přetížení.

Mimo jiné k tomu sloužilo výjezdní setkání vedoucích pracovníků zlínské Naděje. Strávili jsme dva dny v krásném prostředí penzionu Sola Gratia v Bystřici pod Hostýnem. Víc jsme se poznali, mohli jsme se sdílet, vzdělávat, bavit i odpočinout. V takových setkáních je síla, která pomáhá jít dál.

Milí přátelé, přeji vám dostatek letního odpočinku,

*Kateřina Pivoňková*



# KONKURUJEME SILNÉMU SOUPEŘI



Ve druhém jarním čtvrtletí přišlo spolu s pěkným počasím i postupné rozvolňování opatření proti pandemii. Děti se začaly vracet do škol a pomaličku i k nám do klubu. Těšíme se na každého mladého člověka, který odloží počítač nebo chytrý telefon a přijde za námi na „pokec“, pro radu, nebo jen tak pobýt. Silně totiž vnímáme, že během uzavření škol spousta dětí, mladých lidí, ale i dospělých propadla kouzlu trávení času na internetu a sociálních sítích. Být „on-line“ totiž nevyžaduje žádnou

aktivitu, iniciativu nebo námahu a snadno se z toho stane závislost.

Proto usilovně přemýšlíme a chystáme program a nabídku aktivit tak, abychom mohli tomuto silnému soupeři konkurovat. Postupně dělám zásoby toho nejzajímavějšího výtvarného materiálu, hledám recepty pro dílny vaření, zamlouváme pronájem sportovišť a Martin pilně fouká míče na fotbal.

*Květa Smrčková*

## DŮM NEPOKOJNÉHO STÁŘÍ

Červen je v Domě pokojného stáří mimo jiné ve znamení návratu ke všem dříve běžným volnočasovým aktivitám.

Pro klienty velmi důležité návštěvy probíhají nyní bez předchozího objednávání a časového omezení. Do domova se vrátily masérky i kadeřnice. Život klientů zpestřuje a obohacuje i přítomnost praktikantů a dobrovolníků. Opět nás navštěvuje oblíbená skupinka pejsků ke canisterapii, pravidelně dochází katolický, evangelický a husitský pan farář. Každou středu mají naši klienti možnost navštívit kavárničku s malým občerstvením a promítáním filmů na přání. Na patrech probíhají skupinové a individuální aktivizace, díky teplejšímu počasí ožívá

i naše zahrádka s posezením. Snažíme se našim klientům zachovat kontakt s okolním světem, a proto společně vyrážíme i do nedalekého Centrálního parku a přilehlých ulic. Máme za sebou první větší výlet do Luhačovic, kde jsme poseděli v kavárně u kolonády, ochutnali Vincentku a užili si krásného prostředí i počasí. Ještě nám v červnu přijde zahrát a zazpívat pan harmonikář, na kterého se už většina obyvatel domova velmi těší. Věřím, že se život u nás v domově pomalu, ale jistě vrací do normálu, a takto to i zůstane!

*Jitka Chlupová*





### NEZLOBTE... SE!

Ve foyer Domu pokojného stáří často probíhají vášnivé souboje... Člověče nezlob se se tu hraje téměř denně. Vítěze odhadnout nemůžete, ale sestava bývá většinou stejná. Těší nás, že si u nás každý najde to, co ho baví!



### JAKO DOMA

Máte osázené truhlíky? V Domě pokojného stáří letos sázely klientky. Nejen květiny, ale do vyvýšených záhonů i zeleninu.

Bylo hezké sledovat radost, s jakou ponořily své ruce do hlíny. A ještě větší, když jedna ze "zahradnic" řekla: "Jsme doma! Rozumíte mně, jsme jako doma."



### ZPRÁVY Z VOLIÉRY

Příběh ptačích obyvatel našeho domova, samiček Andulek, které našly nový domov ve voliéře zkušeného chovatele, má své šťastné pokračování.

Andulky se mají čile k světu, v péči pana Davida ze Žop u Holešova se jim dobře daří. Obě samičky si našly své protějšky a jejich vzájemná náklonnost nese své plody. Samičky jedna po druhé zahnízdlily a ve svých hnízdištích vyseděly nové potomstvo. Z fotografií je zřejmé, že ptačí děti byly zrozeni z lásky. Byl máj, byl lásky čas...



# PŘEDSTAVENÍ VERONIKY JOCHCOVÉ

Jmenuji se Veronika Jochcová. Od ledna 2021 pracuji jako pracovnice v sociálních službách v denním stacionáři.

Vystudovala jsem obchodní hotelovou školu v Brně. Po dokončení studia jsem se přihlásila na výběrové řízení do denního stacionáře pro děti s mentálním postižením. V té době jsem si myslela, že tam budu jen chvíli, než si najdu něco v oboru. Při poznávání lidí, kteří tam docházejí, jsem si uvědomila, že mě tato práce opravdu naplňuje a dělá mě šťastnou. Člověk by ani nevěřil, jak tihle lidé dokážou být empatičtí, můžete si s nimi o všem promluvit a učíte se jeden od druhého.

Po dvou letech práce v denním stacionáři v Mikulově, jsem se rozhodla odstěhovat do Zlína. Našla jsem si práci v domově se zvláštním režimem, kde jsem pracovala rok. Po roce jsem odešla, protože mi chyběla komunikace s klienty. Poté se mi naskytla příležitost pracovat v denním stacionáři se seniory, kteří trpí demencí a Alzheimerovou chorobou. Práce mě baví stejně jako v denním stacionáři v Mikulově. Ráda se dozvídám nové informace o životě



v době, kterou jsem nezažila. Zároveň s klienty ráda podnikám jakékoliv aktivity - hrajeme bingo, různé hry na procvičování paměti, ale úplně nejraději spolu tančíme a smějeme se.

Ve svém volném čase ráda sportuji, čtu knížky či pečuji. Jelikož bydlím sama, své výtvary nosím do práce, kde mi to zhodnotí ta nejzkušenější porota.

## ZAPIŠTE SI DO DIÁŘŮ TERMÍNY BENEFIČNÍCH AKCÍ

KABELKOVÝ VELETRH	13. 9.
BENEFIČNÍ VEČER...NA VLNĚ NADĚJE	12. 11.
TICHÁ AUKCE LASKAVOSTI	29. 11.

## O STACIONÁŘI POHLEDEM PRACOVNICE

Když jsem nastoupila do denního stacionáře, uvědomila jsem si, jak velký je rozdíl v péči o člověka žijícího s demencí v domácím prostředí a stacionářem. Doma obstaráte základní potřeby, ale nemáte zdaleka tak širokou škálu možností na procvičování paměti a neuděláte mu doma tak pestrý program, jaký má ve stacionáři. Nehledě na to, že se doma neseťká s tolika lidmi. Doma může celý den ležet v posteli, anebo se dívat v pyžamu na televizi a nezajímá ho jiná aktivita, když nechce. U nás se většinou zapojí do aktivit, protože je provádí i jeho kolegové. Dovedeme klienty motivovat. Nejlepší je, když se člověk



objeví ve stacionáři v začátku nemoci i přesto, že se o něj ještě pečující zvládají starat.

*Lenka Lhotská*

## Z JANY CHOVANCOVÉ JE JANA VRUBELOVÁ

Protože ne všichni čtenáři Čtvrtletníku sledují Facebook nebo mají přístup na webové stránky, přinášíme tuto informaci i sem.

Vedoucí denních stacionářů Jana Chovancová se vdala! Nyní se můžete setkávat s Janou Vrubelovou.

Novomanželům přejeme jen to nejlepší ve společném životě.



## OÁZA

Oáza je místo v poušti, kde se díky přítomnosti vody životu daří ve všech jeho podobách... a v přeneseném slova smyslu pak může znamenat také rozváženost, vyrovnanost, zastavení, pokoj, poklid, mír, oddech (zdroj: Google).

A právě takovou oázou pro naše klienty byl i v uplynulém, pro všechny nelehkém období, denní stacionář. V době omezených možností jiných sociálních kontaktů, z důvodů nám všem notoricky známých, byl právě stacionář pro naše klienty tou pravou oázou, kde se mohli setkávat s vrstevníky a smysluplně trávit svůj čas.

A tak jako se už příroda naplno probudila, tak se opravdu naplno znovu rozjel život ve stacionáři. „Staří“ i noví klienti, i všichni zaměstnanci, každý svým neopakovatelným způsobem, přispívají k tomu, že kolektiv stacionáře tvoří oázu



v tom nejlepší smyslu slova, že se tady tu a tam stírají rozdíly mezi klienty a personálem. V prostoru před stacionářem máme také jednu oázu skutečnou. Zahradní architekt by asi příliš neplesal (a v soutěži rozkvetlé město by naše „nudloidní“, 80 cm široká a 5 m dlouhá oáza, pravděpodobně ocenění nezískala), zato klienti při pohledu na rozkvetlé kopretiny a vlčí máky u kávy vzpomínají na dobu svého dětství a mládí...

*kolektiv stacionáře*

## STAČÍ SE JEN ZEPTAT

„S vámi bych si ale dala říct...“ „A co byste tak se mnou asi dělala, paní N.?“ „No něco by sa našlo, synku“, dívá se na mě mlsně asi 85letá klientka denního stacionáře pro osoby s Alzheimerovou chorobou. Říká to pokaždé, když si přijdu vyzvednout babičku. Je to zvláštní prostředí. Když se jich zeptáte, co měly před chvílíčkou k obědu, neví. Jen se bezradně dívají na pečovatelky. Zeptejte se jich ale na příběhy z mládí... nestačíte se divit. Najednou ožívají formani, dráteníci, doškaři, ponocní i pohodní. Už to nejsou nemohoucí babičky, ale cěrky,

které chodí pěšky z Poteče do Klobúk do školy. Dřou na poli. Nosí do lesů parťazánom jídlo. Kam se hrabeme my, novodobí storytelleři. Takže co z toho všeho plyne? Obrovské poděkování všem, kteří se o seniory starají. Naše babičky a dědečkové mají úžasné příběhy – stačí se jen zeptat. Pokud máte problémy s pamětí, vyhledejte lékaře. Mohou to být výpadky způsobené krátkodobým stresem, ale také něco vážnějšího. Přeji hodně zdraví a mnoho inspirativních příběhů.

*Václav*



## KONTAKTNÍ MÍSTO PŘESÍDLILO

Kontaktní místo České alzheimerovské společnosti jsme již na stránkách Čtvrtletníku představovali. Funguje v rámci Zlínské Naděje od roku 2017 a nabízí podporu pečujícím o lidi žijící s demencí i testování paměti. Bohužel, vzhledem k událostem posledního roku a půl, jsme byli nuceni opustit naši kancelář na ulici Kvítková a změnit sídlo KM ČALS i místa pro naše aktivity.

Nové sídlo KM ČALS je na Voženílkově 5563, v Denním stacionáři pro osoby s demencí ve Zlíně. ČAJE O ČTVRTÉ pak budou s platností od 17. 6. probíhat na Zelinově 5592 v prostorách nového stacionáře. Poradenství a testování

paměti budeme poskytovat v prostorách Domu pokojného stáří na ulici Okružní 5550. Kontaktní údaje i systém objednávání na poradenství a testování paměti zůstávají stejné.

Aktivity Kontaktního místa ukončením fungováním kanceláře ale nekončí! Ba naopak – věříme, že se opět rozběhnou vzdělávací kurzy, které byly opakovaně odloženy a budeme moci rozšířit tým poradkyň a nabídnout tak pečujícím více možností k setkání i více termínů k testování paměti. Těšíme se na každé setkání.

*Jana Vrubelová*

## MODERNIZACE MATRACÍ

Rozhodli jsme se zmodernizovat antidekubitní matrace v Domě pokojného stáří. S vděčností sledujeme, kolik z vás sdílí naše úsilí a podporuje naši snahu o co největší komfort pro naše klienty, vaše blízké. Mnohokrát děkujeme za finanční příspěvek ve prospěch projektu. Matrace postupně objednávané a jak přicházejí na domov, ihned jsou jimi nahrazovány ty stávající. Dáváme průchod většímu pohodlí i bezpečí. Rozměr vaší pomoci přesahuje pouhé zaslání finančního obnosu, je pro nás zprávou o důvěře v naši práci a vaší pomoci svému blízkému nad rámec běžné starostlivosti. Úspěch projektu je naší společnou aktivitou, která přináší mnoho dobrého. Děkujeme vám!

*Děkujeme Výboru dobré vůle – Nadace Olgy Havlové za zapojení se do modernizace matrací!*

*Vaši opakované pomoci si velmi vážíme.*



# ROZHOVOR S RADKEM VÍTKEM, VEDOUCÍM SLUŽEB PRO LIDI S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Radek letos slaví životní jubileum. U této příležitosti jsem jej poprosila o krátkou reflexi toho pracovního i osobního. A tak se to hezky prolíná.

## Proč sis vybral tuto práci?

Když přemýšlím nad touto otázkou, nedokážu říci přesně proč ani kdy. Chápu to tak, že jsem si tuto práci nevybral, ale vzájemně jsme se potkali, život mě nasměroval do určité komunity a vnitřně jsem cítil, že to je to správné. Pracoval jsem v technické oblasti, studoval chemii, ale zapojoval se do práce v otrokovické Charitě a práce s vozíčkáři. S těmi jsem strávil zajímavých 7 let cestování po republice i po světě jako trenér stolního tenisu vozíčkářů. Při jednom z turnajů došlo i na setkání se sportovci s mentálním hendikepem a hned jsem poznal, že to jsou lidé, se kterými bych rád spolupracoval. Zprvu vlastně jen touha „to zkusit“, neměl jsem žádné zkušenosti, ale z touhy zkusit to na chvíli je nakonec dnes 24 let strávených v Naději.

## Jak se máš tedy po těch letech?

Možná by se na tuto otázku dalo odpovědět tím, že popíši svůj každodenní příchod do práce. Ráno vyjdu z domku a vítají mě jasany ztepilé. „Je zeleno“. Projdu kolem tří baťových domků z pálených cihel a po necelých sto metrech už zabočuji do práce. Po příchodu se pozdravím se spolupracovníky, z okna kanceláře vidím přicházet klienty

do dílen, se kterými se zdravím. Klienti zdraví spontánně s radostí, dokáží dát opravdu upřímně najevo, když někoho rádi vidí. S úsměvem vzpomínám i na netradiční pozdrav a upřímný vzkaz klienta, který jednou nebyl úplně v dobré náladě: „Děláš tam nahoře stejně h...o.“

I po mnoha letech v práci mám stále stejně, příjemné pocity a na cestu i příchod do práce se těším. To by nešlo bez toho, že bych necítil radost ze života v Naději. Děkuji tedy za zeptání, mám se tu dlouhodobě dobře.

## Na kterého klienta nikdy nezapomeneš?

Byl to Marek, klient s Downovým syndromem. Důvodů, proč na něj nezapomenu, je několik. Marek k nám přišel hned po ukončení školní docházky a v chráněném bydlení a dílnách s námi procházel životem až po jeho brzký konec ve věku 32 let. Měl velkou touhu žít, naplno se účastnil téměř všech aktivit a opravdově si je užíval: v dílnách, chráněném bydlení, ve sportu. Vzpomínají na něj jak klienti, tak pracovníci. Zůstal v jejich srdcích. Jednou jsem četl úvahu, proč jsou mezi námi lidé, kteří jsou nemocní, mají nějaký hendikep, narodí se jiní, než jsme my, nedokáží žít a pracovat jako většina ostatních. Zda potom nejsou pro společnost spíše zátěží, léčit je a starat se o ně je nákladné. Jako odpověď autor uváděl, že tito lidé přicházejí mezi nás proto, aby nás naučili lásce, soucítění, empatii. Jsou zde



tedy pro nás, abychom se více otevřeli a rozuměli lépe sami sobě v konfrontaci s nimi. Svým životním tempem dávají zrcadlo našemu rychlému, výkonnému, často zbytečně zběsilému tempu. Marek svým chováním, pohledem i důvěrou, kterou druhým ve své zranitelnosti dával, dokázal těmto citům a niterným emocím učit. Ve starobylém kostele sv. Michala ve Starém Městě na pohřbu Marka zazněla ve slovech jeho bratra Jakuba báseň Jana Skácela „Co zbylo z anděla“.

### Jak tě neznáme?

Většina známých mě zná jako veselého, komunikativního člověka. Jedna z mých spolupracovnic kdysi prohlásila: „Když někam přijdu s Radkem, polovina lidí jej tam zná a s tou druhou polovinou se seznámí během hodiny“. Souhlasím, jen bych spravedlivě dodal, že všechny jsem většinou poznat nestihl, ale ženy měly i při seznamování samozřejmě přednost. Tedy typický extrovert. Omyl.

Dovolte, abych se Vám představil jinak, jako introvert. Přesněji: sociálně přístupný introvert. To je definice ze zajímavé knihy Síla introvertů, kde mě zaujalo, že rozdělení na extroverty a introverty je vhodné vyhodnocovat ne úplně podle toho, jak se člověk chová, ale jakým způsobem pracuje s potřebou „energetického hospodářství“. Tedy jak dobíjí své baterky. Pro introverty je obzvláště přínosné, když mohou být tu a tam o samotě. Během této doby mohou zpracovávat dosavadní podněty a regenerovat. To vysvětluje, proč po práci mířím do přírody, na chatku, kde dokáži ležet dlouhé chvíle mezi záhonky svých bylinek, starat se o ně, dlouho je upřeně pozorovat, hrabat se rukama v hlíně, pozorovat ptáky/... jejich zpěvem raněn bývám/, čmeláky, znát všechny stromy v parku Svobody i parku Komenského a zdravít se s nimi. Také dlouhé chvíle u okna a bezmyšlenkovitě pozorování „běžného života“ uvádí mou přítelkyni v úžas či podivení, obzvláště když za tu dobu má uvařený oběd, vyřídí pár

nestručných telefonátů, přečte několik kapitol z knihy. Pokud mě tedy někdy uvidíte nepřítomného za oknem při toulání myslí nebo pozorovat čmeláka skalního /*Bombus lapidarius*/ na jinanu dvou-laločném /*Ginkgo biloba*/ v parku

Komenského, opatrně projděte kolem mě, nabírám energii. Na skleničku oblíbené whisky Jameson či kubánského rumu Legendario s Vámi zajdu příště. S těmi z Vás, které zatím neznám, se rád seznámím.

### Jan Skácel

#### Co zbylo z anděla

Ráno,  
pokud jsou všechny stromy ještě obvázané  
a věci nedotknuty,  
mezi dvěma topoly anděl se vznáší,  
v letu dospává.

V trhlinách spánku zpívá.  
Kdo první na ulici vyjde,  
tím zpěvem raněn bývá,  
snad něco tuší,  
ale nezahlédne.  
Je zeleno  
a to je vše, co zbylo z anděla.



*Děkuji autorce rozhovoru Uršule za inspirativní výběr otázek*

## SPLNĚNÍ VELKÉHO PŘÁNÍ

Poslední květnový den, který připadl na neděli, patřil mezi ty nejdůležitější v životě Romany, klientky sociálně terapeutických dílen. Ve zlínském kostele se totiž konal její křest, kterého se zhostil farář Petr Pivoňka. Tuto slavnostní událost si nenechalo ujít ani mnoho dalších klientů a pracovníků chráněného bydlení Naděje Otrokovice, kde Romana bydlí. Dle svých slov si celý obřad užila a je velmi ráda, že je konečně pokřtěná, jelikož po tom coby věřící toužila už od dětství. Vždy je příjemné vidět šťastného klienta, kterému se i za přispění pracovníků Naděje splnilo jeho přání.

*Michal Křížka*



## ZKOUŠKY ZA JEDNA

Práce v sociální službě chráněného bydlení zlínské NADĚJE není jen o podpoře klientů zvládat péči o domácnost, o vlastní osobu, podpořit klienta v hospodaření s penězi, doprovodit jej a naučit nakupovat, orientovat se v okolí, umět si vyřídit osobní záležitost. Pracovníci mimo širokou škálu oblastí, ve kterých klienty podporují, pomáhají také s přípravou studentů na závěrečné zkoušky. 10. červen byl velký den pro klienty Petra Nováka a Hanku Chiffnerovou. Oba klienti úspěšně vykonali ústní zkoušky za jedna. Gratulujeme jim a v pokračujícím studiu v oborech, které si zvolili (pečovatel a kuchařka), přejeme hodně úspěchů!

*pracovníci CHB*





## UKLIDILI CESTY ZA ZÁBAVOU



S příchodem lepšího počasí začali klienti sociálně terapeutických dílen opět uklízet prostory zoologické zahrady a Městských lázní Zlín. Za dobu, kdy bylo pro veřejnost zavřeno, se tam nahromadila spousta nepořádku. Zametali chodníky a čistili je od trávy. Práce bylo dost, ale to nikomu nevadilo,

protože na tyto činnosti se klienti těšili. Slunečné počasí podpořilo chuť k práci a tak všichni odcházeli spokojení s pocitem dobře odvedené práce. Nechyběla ani dobrá neutuchající nálada všech zúčastněných, ani pozitivní ohlasy kolemjdoucích návštěvníků.

*Michal Křížka*

## SLADKÁ ODMĚNA

Je milé, když práce, která nás baví, je vidět. A když ji dokáží ostatní ocenit, zahřeje to o to více. Se společností Podravka spolupracujeme již řadu let. Kompletujeme booklety na ajvary, na něž navlékáme gumičky, skládáme kartony, lepíme etikety na konzervy a také třeba balíme dárkové předměty. Klienti z Letné i Tkalcovny se vždy na tyto činnosti velmi těší. Nyní jako poděkování za svou práci obdrželi od firmy Podravka sladkou odměnu



v podobě kvalitní čokolády. Děkujeme a vážíme si vzájemně prospěšné spolupráce!

*Michal Křížka*

# KABELKOVÝ VELETRH

POMOC,  
CO SE NOSÍ

POŘADÁ NADĚJE ZLÍN SE ZLÍNSKÝM DENÍKEM  
**13. ZÁŘÍ 2021 VE 13–19 HOD.**  
**V MĚSTSKÉM DIVADLE ZLÍN**

## SBĚRNÁ MÍSTA VE ZLÍNĚ

NADĚJE ZLÍN / Okružní 5550

TKALCOVNA NADĚJE / Na Honech I/5540, Jižní Svahy

SVÍČKÁRNA NADĚJE / Díly IV/3692

KOŽENÁ GALANTERIE LUKA / nám. Míru

UNITED COLORS OF BENETTON / Sadová

14 | 15 BAŤŮV INSTITUT / recepce budovy 15

KVĚTINY HALKA ADAMOVÁ / Školní

FAMILY POINT / Klub 204

KRAJSKÁ NEMOCNICE T. BATI / Knihovna

KRAJSKÁ HYGIENICKÁ STANICE / 4. patro

MĚSTSKÁ KNIHOVNA SLUŠOVICE

VÝTĚŽEK VYUŽIJEME K PÉČI O SENIORY ŽIJÍCÍ  
V DOMĚ POKOJNÉHO STÁŘÍ.

\*NADĚJE



NADĚJE, POBOČKA ZLÍN

OKRUŽNÍ 5550, ZLÍN 760 05, TEL. 575 758 131  
ZLIN@NADEJE.CZ, WWW.NADEJE.CZ

URČENO PRO VNITŘNÍ POTŘEBU. NEPRODEJNÉ.