Domov Korýtko
příspěvková organizace

Ročník 21. 10/2020

Zpravodaj Korýtko

OSTRAVA!!!

Vážení a milí čtenáři Zpravodaje Korýtko!

Jak ten čas rychle běží, máme tady už 10. měsíc tohoto roku! Do Vánoc ještě zbývají necelé dva měsíce. Bohužel koronavirus nepolevuje, takže se zavádějí nová nepopulární opatření. Nadále jsou zakázány návštěvy, což nepřispívá k naší pohodě. Kdo má k dispozici počítač nebo telefon, tak je na tom lépe - může s příbuznými komunikovat prostřednictvím přístrojů. 1. října začal na vysokých školách akademický rok, bohužel koronavirus se dotknul i studentů.
Vážení čtenáři, přeji vám pokud možno pohodu a dobrou náladu.

Mgr. Petr Chlebovský, šéfredaktor

Vážení naši klienti,

bohužel opět došlo k uzavření našeho Domova a vyhlášení zákazu návštěv pro Vaše rodinné příslušníky z důvodu nepříznivé epidemiologické situace napříč celou Českou republikou. V rámci domova pak byly omezeny aktivity, které jsou vnímány jako rizikové. V současné době také platí Usnesení vlády č. 1029, které zakazuje vycházení klientů pobytových sociálních služeb mimo objekt zařízení a to až do jeho zrušení.

Chápu, že všechna tato opatření jsou pro Vás velice omezující a stresující. Budeme se snažit Vám pobyt v Domově zpříjemnit, být Vám nápomocni v této těžké chvíli, dopomoci s komunikací s rodinou prostřednictvím online rozhovorů apod.

Věřím, že tuto situaci společně zvládneme a v brzké době se výše uvedená opatření postupně rozvolní. Přeji Vám všem hodně zdraví a duševních sil.

Jan Seidler, ředitel

28. října - Den vzniku samostatného Československa

V Česku si 28. října připomínáme státním svátkem vznik Československa. Prezident v tento den uděluje státní vyznamenání a na mnoha místech republiky probíhá tradiční pokládání věnců.

V České republice se na rozdíl od Slovenska i po rozdělení federace slaví 28. říjen jako státní svátek na počest vzniku Československa v roce 1918. S ohledem na tento fakt ale také hodně Čechů argumentuje, že není třeba oslavovat založení dnes již neexistujícího státního útvaru.

Zdroj: https://www.novinky.cz/téma/clanek/28-rijna-den-vzniku-samostatného-ceskoslovenska-40096333

Na oddělení C2 se opět šijí roušky

Protože se situace kolem koronaviru nelepší, roušky jsou již zase ve vnitřních prostorách povinné a budou povinné i venku a roušky našité na jaře se již pomalu rozpadají, naše šikovná pracovnice paní Pavla Adámková opět šije pro zaměstnance C2 roušky. Vše samozřejmě z vlastních zdrojů. Do šití se opět zapojily i uživatelky.

Mgr. Šárka Menšíková

MOTOmed

Protože všechny volnočasové aktivity a společenské akce jsou zrušené, snažíme se alespoň trénovat a cvičit, jak to jde, abychom měly sílu, až zase budeme moct někam vyrazit.

Mgr. Šárka Menšíková

C1 pečení

Jelikož se podzim nese ve znamení sezóny jablek a naše paní vedoucí jich má plnou zahradu, rozhodla se potěšit naše uživatele patra C1 a donesla jim na ochutnání.

A protože jablek bylo více než dost, rozhodli jsme se ve čtvrtek 8. 10. 2020 z nich něco upéct. Naše uživatelky si rozdělily práci a s pomocí paní vedoucí a sociální pracovnice upekly výborné hraběnčiny řezy.

Náš výsledek ☺

Kolektiv C1

Podzimní tvoření na C2

Abychom zahnaly špatnou náladu, pustily jsme se do podzimní výzdoby. Vyrobily jsme věnec na dveře a vyzdobily chodbu, snažily jsme se využit přírodnin jako jsou kaštany, ořechy, šišky a květiny, vše jsme ozdobily světýlky. A jestli se nám to povedlo, posuďte sami. A děkujeme dceři paní Znišťalové za donesení ozdobných dýní. A taky paní Renátě Augustínové za dýně.

Mgr. Šárka Menšíková

Pečení na C2

Také my na oddělení C2 jsme se pustily do pečení z jablíček, napadl nás mřížkový koláč, recept jsme si našly na internetu a začaly jsme péct. Nejdříve oloupat a nastrouhat jablíčka, pak udělat těsto a nakonec dát vše dohromady. Koláč se nám určitě povedl a odpoledne si na něm pochutnáme, ke koláči nesmí chybět káva.

Mgr. Šárka Menšíková

Focení na C2

Naše šikovná pracovnice paní Pavla Adámková udělala výzdobu na chodbě oddělení, kterou jsme využili pro focení našich uživatelek. Fotky pak použijeme na výzdobu pokojů a pro rodinné příslušníky, kterým je moc smutno, že se nemohou spolu vidět.

Mgr. Šárka Menšíková

Naše nová sociální pracovnice

Do našeho týmu sociálních pracovnic přibyla nová kolegyně slečna Mgr. Adéla Hillová, nastoupila 1. 10. 2020 na oddělení C1. Slečnu jsem požádala o rozhovor, ve kterém jsem se dozvěděla, že slečna Hillová vystudovala Ostravskou univerzitu, Fakultu sociálních studií, obor sociální práce. Předtím studovala střední školu prof. Zdeňka Matějčka v Porubě, protože se jí líbila práce s lidmi. Adélka již měla zkušenosti v sociální oblasti, kdy brigádně pracovala jako osobní asistentka v terénní službě „Péče srdcem“. Slečna také pracovala jako chůva v dětské skupině „Rodinka“ v Porubě. Tady se ujistila, že chce spíše pracovat se seniory, než s dětmi.

Ve svém volném čase ráda čte, hlavně dívčí romány, ráda běhá, jezdí na kolečkových bruslích a na kole, ráda chodí do divadla a ze všeho nejraději tráví čas se svým pejskem francouzským buldočkem jménem Marley.

Slečny jsem se zeptala, zda se jí v domově líbí. Slečna na mou otázku odpověděla: „V domově se mi líbí, jsem spokojená, práce naplnila mé představy, uživatelé mě hezky přivítali.“ Slečně jsem popřála, aby se jí práce líbila a byla zde spokojená.

Mgr. Šárka Menšíková

Oslava narozenin na B2

Za naše uživatele moc děkujeme Lence Kokešové, která věrně komunikuje s městským úřadem a dodává nám pro jubilanty balíčky se sladkým, nebo dia překvapením.

Také děkujeme rodinným příslušníkům, kteří i v tak náročné době zakoupí rodičům kytku a donesou ji do Domova. Děkuji i pracovníkům, kteří s úsměvem pod rouškou dary klientům předají a ještě jim k tomu *„Živio, živio“* zazpívají.

Mgr. Radka Fürstová

Podzimní výzdoba na B2

Pro uživatele jsme vyzdobili chodbu střediska přírodninami, které pracovníci nasbírali při svých procházkách v přírodě. ☺ (Děkuji jim za to!) ☺

Na světla jsme pověsili větve trnky a na ni navlékly provázky s podzimními listy z barevných papírů, jeřabin a levandule. Klientům se výzdoba moc líbí a zbylými lístky si chtějí vyzdobit vlastní pokoje.

Moc se nám všem líbí myšlenka výzdoby dle ročních období. Už teď přemýšlíme, jak vše zkrášlíme v zimním čase.

Mgr. Radka Fürstová

Poznáváme podle vůně

Na oddělení C4 si občas připomeneme vůně aromatických rostlin formou stimulace čichové paměti.

Jedná se převážně o poznávání rostlinek pěstované na terase domova v mobilních truhlících anebo v betonových korytech. Pěstujeme tam tyto rostlinky.

Majoránka zahradní. Je to koření do polévek omáček , zabijačkových dobrot, bramborových placků. Jako léčivou rostlinku používáme čaj z majoránky na podporu trávení a při nachlazení.

Mateřídouška obecná. Je aromatická bylinka která pomáhá při únavě, depresích, kašli a migrénách. Zklidňuje celý organismus. Používá se jako kloktadlo s desinfekčním účinkem.

Rozmarýn lékařský. Bývá součástí provensálského koření. Rozmarýn má významné antibakteriální antivirové účinky. V kuchyni se používá na ryby, maso a zeleninu, používá se k ochucování octů a olejů. Sušený snítek můžeme dát do skříně, kde nám slouží jako odpuzovač molů.

Meduňka lékařská. Využívá se jako uklidňující prostředek, pomáhá při zkaženém žaludku, při migréně a depresích. V kosmetice se využívá při výrobě aromatických solí a vonných olejů.

Rýmovník neboli molice. Nejčastěji se pěstuje jako pokojová, velmi aromatická rostlina. Mírní bolesti hlavy, astma, upravuje trávení. V kuchyni jej používáme při přípravě marinád, ke zvěřině anebo k výrobě paštik.

Tuto činnost zpravidla spojíme s reminiscenční terapií.

Bc. Anna Fischerová

Poznáváme podle vůně

Mateřídouška obecná
Majoránka zahradní

Rozmarýn lékařský
Meduňka lékařská

Rýmovník neboli Molice

Slivoň švestka - Prunus

Švestka je strom z rodu slivoně, který se k nám dostal pravděpodobně z Přední Asie. V našich krajích tento druh zdomácněl tak, že jej najdeme skoro na každé mezi či zahradě.

Plodem slivoně je peckovice modré až fialové barvy, příjemně nasládlé chuti.

Je to velice zdravé ovoce, obsahuje vitamíny A, B, C, minerální látky jako je vápník, hořčík, draslík, železo, třísloviny a vlákninu. Podporuje činnost střev, krevní oběh, snižuje krevní tlak a hladinu cholesterolu v krvi. Působí kladně na močový systém a zlepšuje psychiku.

A právě z těchto zázračných plodů jsme si na C4 upekli koláč.

Byl výborný …… a nezbylo.

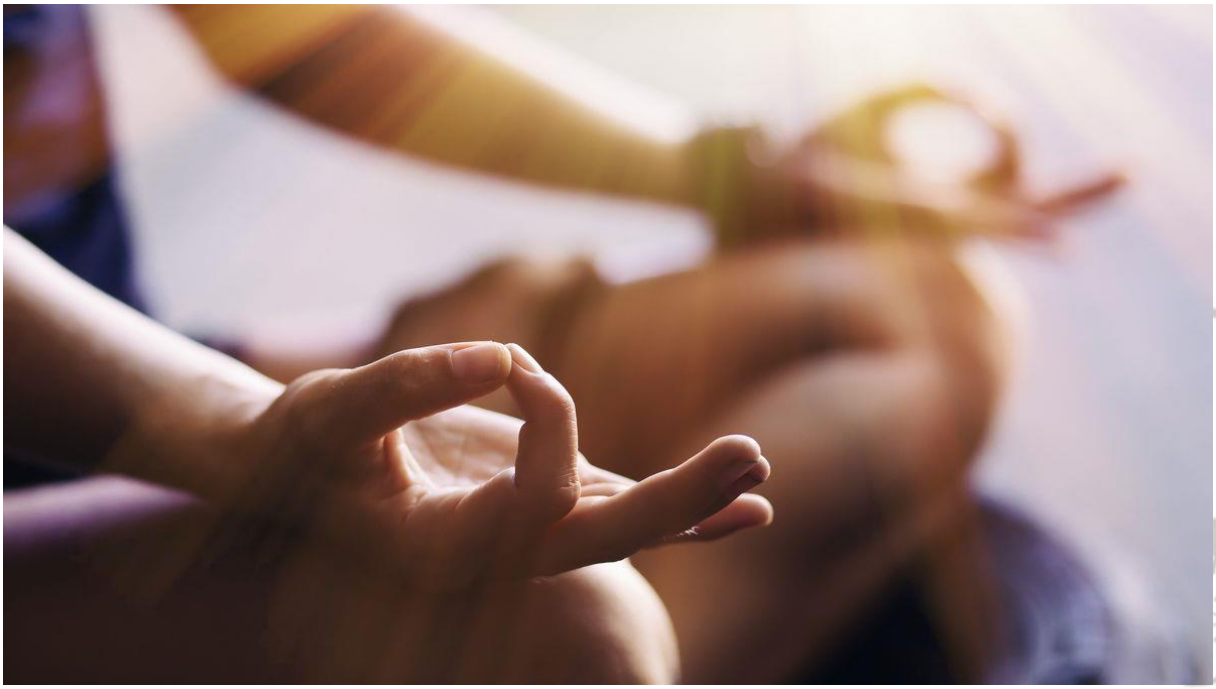
Bc. Anna Fischerová

Jóga

14. 9. 2020 nás na oddělení C4 navštívila cvičitelka jógy.

Kdo mohl, šel cvičit. Sesedli jsme se v jídelně, kde máme dostatek prostoru. Ve vzduchu komíhaly ruce i nohy, někdo cvičit stíhal, někdo potřeboval opakovaně názorné předvedení cviku. Kdo byl zvyklý na větší pohybovou aktivitu z dřívějška, tomu šlo cvičení jedna radost.

Nakonec se všichni shodli, že si cvičení příště rádi zopakujeme.



Bc. Anna Fischerová

Náročná doba… A jak ji zvládnout?

Vážení klienti,

jsme si velmi dobře vědomi, že pro mnohé z vás je současná doba nesmírně náročná. Nikdo neví, jak dlouho budou omezení trvat. Vězte, že v rámci možností usilujeme o zvyšování kvality poskytovaných služeb.

Náročná doba… A jak ji zvládnout?

S paní nutriční i vedoucím kuchyně jsme řešili **KVALITU STRAVOVÁNÍ** v domově. Předáváme jim Vaše připomínky a pracujeme na odstranění nedostatků.

Snažíme se zajistit **DOSTATEČNÝ POČET PRACOVNÍKŮ**. Žádáme o výpomoc v rámci pracovní povinnosti studentů. Od 1. 1. 2021 máme zřizovatelem schváleno navýšit počet pracovníků na budově B celkem o 5 zaměstnanců.

Pořizujeme **NOVÉ VYBAVENÍ** (například sprchové lůžko, sprchovou židli, vybavení kuchyněk na patrech, wc židle či polohovací křesla, dekorace).

Své **BLÍZKÉ MŮŽETE KONTAKTOVAT přes chytrý telefon**, který umožňuje také video hovory a připravujeme větší multimediální stánek.

Pokud byste shledali nedostatky, i v této době platí, že můžete PODAT STÍŽNOST – na chování zaměstnance, porušení pravidel soužití, porušení práv. Jsme zde pro vás.

PŘEJI HODNĚ SÍLY!

Kristýna Slaná

Poděkování zaměstnancům

Práce v sociálních službách je nesmírně pestrá. Člověk se v ní nikdy nemůže nudit. Setkáváme se s různými lidmi, životními příběhy a řešíme často nepředvídatelné (i neuvěřitelné) situace.

Práce v sociálních službách je náročná i za normálních okolností. V současné době je však extrémně náročná. Zaměstnanci pobytové sociální služby musí projevit odvahu, fyzickou i duševní sílu, odhodlání. Motivace k práci prochází zkouškou.

Všem zaměstnancům patří VELIKÝ DÍK.

Patří k hrdinům dnešní doby.

Mnozí musí skloubit náročnou práci s povinnostmi běžnými i mimořádnými (péče o děti, ochrana majetku před velkou vodou,…), žijí s obavami o vlastní blízké. **Klobouk dolů před všemi, kteří jsou dnes s klienty domova, s kolegyněmi a kolegy a dokáží udržet vlídné a laskavé jednání.**

Věnujeme se práci, která je smysluplná, poskytujeme konkrétní pomoc konkrétním lidem. Je to práce nezbytná. Možná jednou přijde doba, kdy bude i náležitě společensky odměněna. A než tato doba přijde, přijměte alespoň toto poděkování.

Vážené kolegyně,
vážení kolegové,
děkuji Vám!

Kristýna Slaná

Jak vzniká covid team

Na jaře jsme měli možnost se připravit. Nacvičit si, co a jak budeme dělat, jaké máme možnosti.

Přišel podzim a s ním i první špatná zpráva. Na jednom patře jsme dostali informaci, že došlo ke kontaktu s COVID pozitivní osobou. Než jsou známy výsledky všech testů, dochází ke zpoždění. V zájmu ochránit všechny, přijímáme opatření. Nakonec se ukazuje, že nejdůležitější ze všeho, je **SEMKNUTÝ TÝM**, spolupracující, statečný, vzájemně se podporující. Tým, který je veden praktickým profesionálem. Tým, který dodržuje pravidla. Tým, který každý den trpělivě vysvětluje klientům přijatá opatření. Každý měl své místo a byl nenahraditelný. Nikdo nenechá nikoho ve štychu. Vzájemně respektují své obavy. A pak ti nejlepší pečují o klienta v karanténě, oblečeni do dostupných ochranných pomůcek. Tak vznikl první COVID team v domově. Trvalo 6 týdnů, než mohla být opatření ukončena. Nestihli jsme to ani oslavit, a už obdobnou zkouškou prochází kolegyně a kolegové. A opět se potvrzuje, co je nejdůležitější…

DĚKUJEME!

Kristýna Slaná

Nezapomenutá Ostrava

1.

2.

3.

Poznali jste místa na fotografiích? Správné odpovědi naleznete v závěru.

Zdroj: https://www.google.com/

Mgr. Lenka Kokešová

Kolik tygrů v obrázku najdete?

Přiřaďte k významným osobnostem jejich profesi:

1) HELENA ZMATLÍKOVÁ	a) REŽISÉR
2) JOSEF MYSLIVEČEK	b) BÁSNÍK
3) HANA ZAGOROVÁ	c) ILUSTRÁTOR
4) VÍTĚZSLAV NEZVAL	d) HUDEBNÍ SKLADATEL
5) MARTIN FRIČ	e) DRAMATIK
6) VÁCLAV HAVEL	f) ZPĚVÁK

Mgr. Lenka Kokešová

Šéfredaktor: *Mgr. Petr Chlebovský*
Grafická úprava, editace, příspěvky: *tým pracovníků*
Fotografie z Domova Korýtko: *zaměstnanci Domova Korýtko*

Řešení:

TEST POZORNOSTI:

PŘIŘAZOVÁNÍ: 1 – c, 2 – d, 3 – f, 4 – b, 5 – a, 6 - e

NEZAPOMENUTÁ OSTRAVA

1. Sportovní stadion ve Vítkovicích
2. Ulice 28. října v centru Ostravy
3. Poštovní a telegrafní úřad ve Vítkovicích