

Zpravodaj

Korýtko



Vážení čtenáři zpravodaje Korýtko!

Díval jsem se na poslední fotografie z rekonstrukce Domova Korýtko, nevypadá to nijak povzbudivě, mám takový dojem, že to ještě nějaký čas potrvá, než se budeme moct vrátit zpátky.

Personál se k nám chová velice pěkně, to nám pomáhá si udržet dobrou náladu a naději, že všechno bude dobré.

Důchodové reformy, kterou se snaží dát dohromady naše pravicová vláda, se my, kteří jsme už v důchodu nemusíme bát. Je mi líto pracujících v produktivním věku, kteří půjdou do důchodu kolem 70-ti let.

Vážení čtenáři, přeji vám pohodu a veselou mysl do příštích dní.

*Mgr. Petr Chlebovský,
šéfredaktor Zpravodaje Korýtko*



Vážení čtenáři, milé kolegyně, vážení kolegové,

je to již rok, co pobýváme v náhradních prostorách. Mnozí z nás s nadějí sledují průběh rekonstrukce objektu na ul. Petruškova a doufají v brzký návrat. Sdílené sociální zázemí klientů, malé třílůžkové pokoje na Hladnovské i dojíždění zaměstnanců jsou těžkosti, se kterými se potýkáme.

Děkuji všem, kteří stále rozvíjejí kvalitu poskytovaných služeb a s osobním nasazením, pílí a především laskavým přístupem k lidem – ke klientům i zaměstnancům – dbají řádného poskytování služby.

Děkuji za větší i malé výlety do okolí, soutěže, hudební vystoupení, besedy, sázení, vaření i pečení. Děkuji za krásné rukodělné činnosti, stavění domků či stolního fotbalu. Děkuji za vše, co dělá život pestřejší a přináší do něj radost.



Děkuji za zvládání náročných situací v době nemoci. Děkuji za průběžné hodnocení spokojenosti s poskytovanými službami. Děkuji Vám, za pracovní workshopy, besedy, porady a účast na aktualizaci směrnic a vnitřních dokumentů. Děkuji za zpětnou vazbu ze stáží a vzdělávacích aktivit, náměty na zlepšení při organizaci školení.

Děkuji za podněty vyslovené při hodnocení pracovníků, nápady pro zkvalitňování služby i pracovního prostředí.

Děkuji kolegyním a kolegům na vedoucích pozicích za otevřenost při řešení problémových situací, schopnost nadhledu i kritického myšlení.

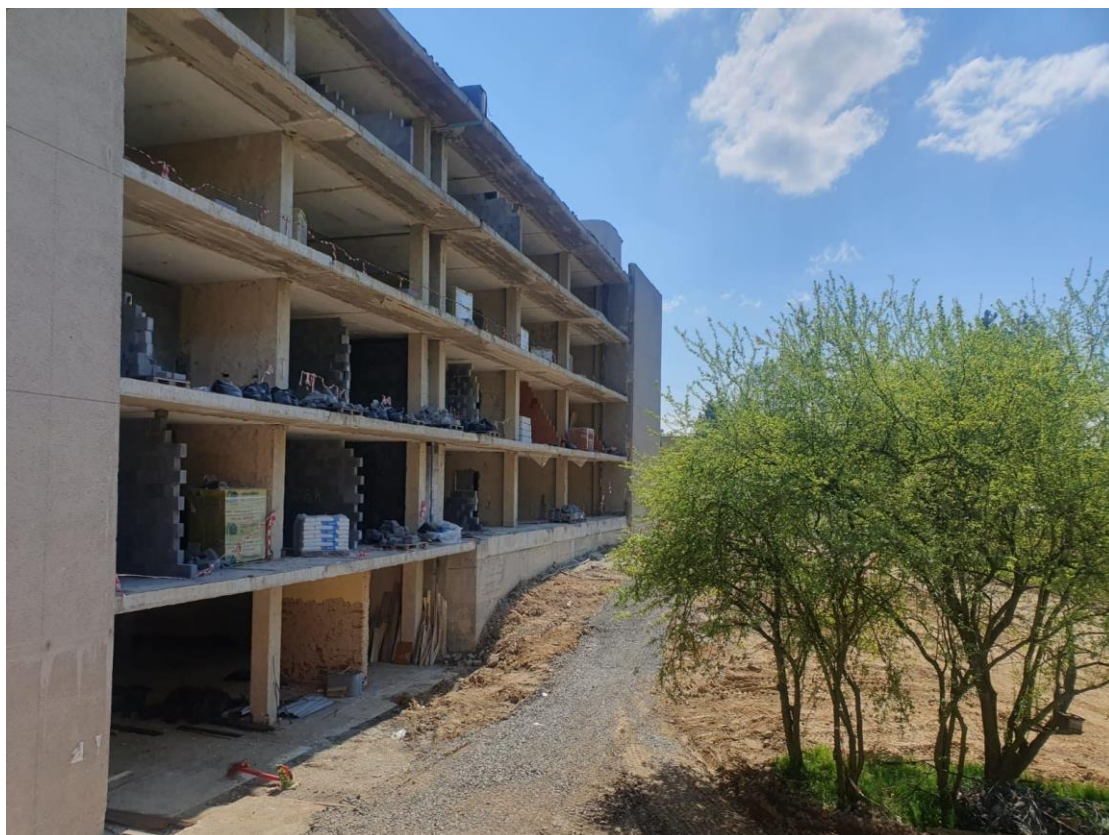
Vážím si Vaší práce a děkuji za ni.

Ing. Mgr. Kristýna Slaná

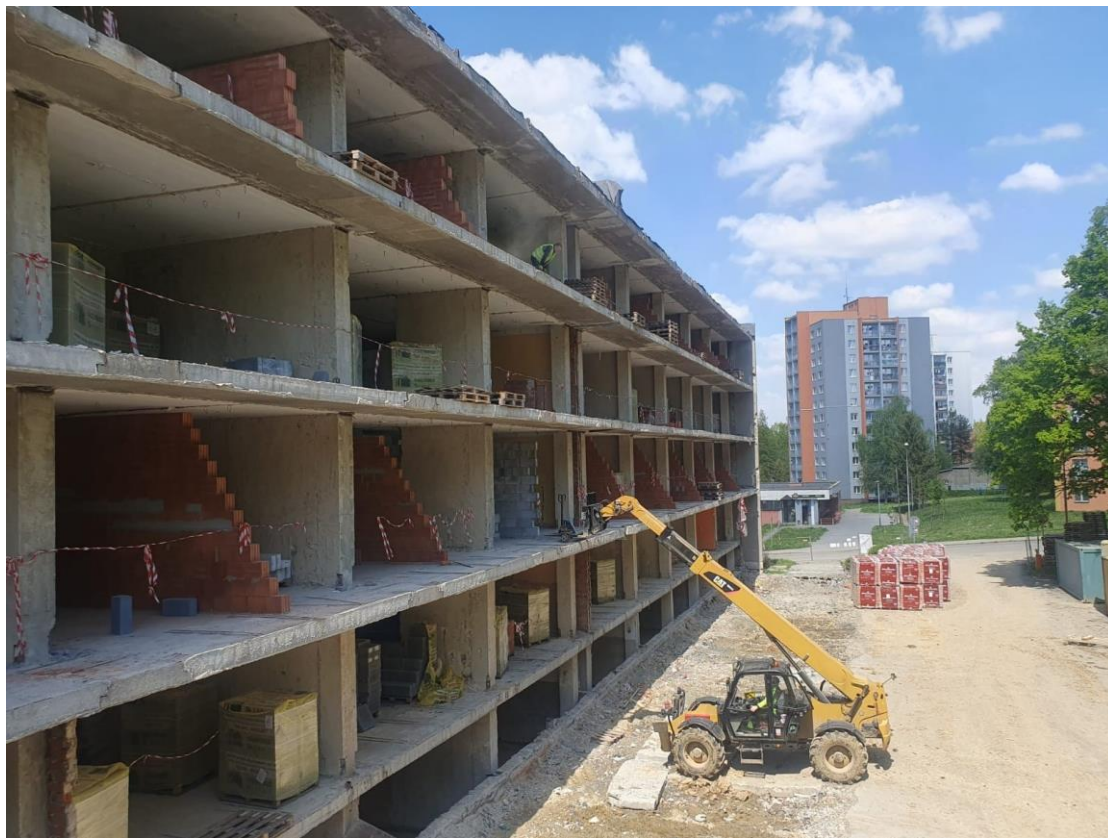
Rekonstrukce pokračuje



Rekonstrukce pokračuje



Rekonstrukce pokračuje



Fotovzpomínka na sportovní den na Liščině 26. 4. 2023

9 stanovišť, 16 nebojácných účastníků a tři stupně vítězů



Osázení truhlíků na C2

V úterý 3. 5. 2023 jsme se na oddělení C2 pustili do sázení truhlíků, abychom si mohli ozdobit naše balkóny, práce nám šla pěkně od ruky a za chvíli jsme měli osázených všech 14 truhlíků.



Návštěva Základní školy a Mateřské školy Palkovice 4. 5. 2023

I letos se Domov Korýtko zapojil do projektu Magistrátu města Ostrava – „Reminiscence“, tématem pro letošní rok je:

- **Příroda v nás a kolem nás (se zaměřením na flóru)**

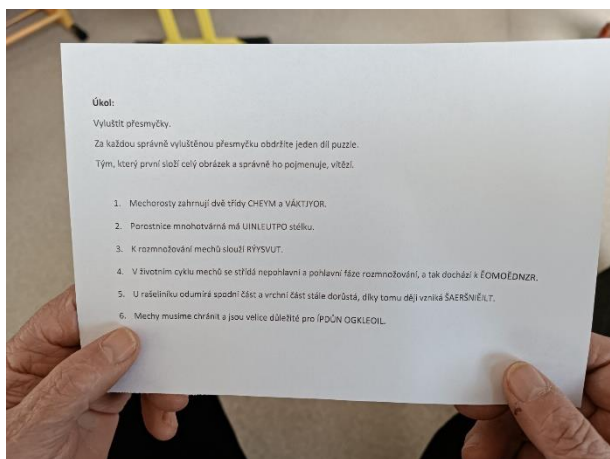
- květiny, rostliny, byliny, stromy, houby, ...
- sázení, sušení, zahradničení, ..., vůně a chutě, ...
- výlety do přírody, arboretum, čaje, prostírání, orientace v čase

Tak mě napadlo, že bychom mohli s uživateli jet na exkurzi na Základní školu do hodiny přírodopisu a tím spojit dva v jednom a to vzpomínání na školní léta a přírodu. A protože naši uživatelé rádi jezdí do Palkovic, rozjeli jsme se tam. Paní zástupkyně Mgr. Šárka Pindurová nám domluvila možnost nahlédnout do hodiny přírodopisu v sedmé třídě, kde nás přivítala paní učitelka Mgr. Michaela Bordovská. Žáci zrovna probírali mechy a lišejníky. Paní učitelka nám ukázala různé metody výuky, k dispozici mají interaktivní tabuli i školní mobilní telefony, aby výuka byla zajímavější. Hodina rychle utekla a pak se nás ujal pan ředitel Mgr. Milan Šponer a provedl nás celou školou, včetně mateřské školy, dílen, šaten, kuchyňky, jídelny i jsme mohli nahlédnout do kuchyně, také jsme si prohlédli sborovnu i školní družiny. Uživatelé byli nadšeni, že si i v devadesáti letech mohli sednout do školní lavice. Pan ředitel také prozradil plány s rekonstrukcí školy. Spolu s námi si školu prohlédla i dcera našich uživatelů.

Děkujeme vedení Základní školy a Mateřské školy za umožnění prohlídky.

Poté jsme poseděli na zahradě v hasičárně v Palkovicích, objednali jsme si na oběd pizzu, pochutnali si na kávě a muffinech. Počasí nám přálo, někteří se i pěkně opálili. ☺

Návštěva Základní školy a Mateřské školy Palkovice 4. 5. 2023



Návštěva Základní školy a Mateřské školy Palkovice 4. 5. 2023



Posezení v hasičárně v Palkovicích



Žehnání motorek a vozíčků

V pondělí 8. 5. 2023 jsme se s uživateli oddělení C2 zúčastnili žehnání motorek a všeho, co má kolečka v kostele Svatého Ducha v Ostravě – Zábřehu. V kostele nás přivítala Beata Sikorová a také pan farář Mgr. Vítězslav Řehulka. V deset hodin začala slavnostní mše svatá a po ní následovalo žehnání motorek na parkovišti před kostelem. Všichni uživatelé mají požehnané invalidní vozíky, chodítka a také máme požehnaného Forda, aby se nám při našich cestách nic nestalo. Také jsme dostali nálepky, které jsme vylepili na invalidní vozíky, na chodítka a také do Fordu. Potom se motorkáři vydali na spanilou jízdu po Výškovické ulici a po Ruské ulici až do Dolní oblasti Vítkovic, kde pro ně bylo připraveno pohoštění. My jsem se po cestě nazpátek stavili podívat na rekonstrukci Domova Korýtko.



Žehnání motorek a vozíčků 8. 5. 2023



Setkání se členy motorkářského klubu „SRDCAŘI“

V sobotu 13. 5. 2023 jsme přijali pozvání organizace Čtyřlístek na tradiční setkání s přáteli z motorkářského klubu „Srdcařů“ na zahradě Čtyřlístku. Šikovné PSS oddělení C2 pomohli na zahradu uživatelům v invalidních vozíčkách i polohovacích křeslech. Motorkáři jim pomohli přesednout a tak se mohli svézt na čtyřkolce či motorce. Byl to pro ně luxusní zážitek, který se neobešel bez slz dojetí.



Setkání se členy motorkářského klubu „SRDCAŘI“ 13. 5. 2023



Narozeninové překvapení

Ve čtverek 11. 5. oslavil pan Jaromír, který je uživatelem střediska C1 narozeniny. A ku příležitosti oslavy narozenin se rodina pana Jaromíra rozhodla připravit narozeninové překvapení v podobě vystoupení dechovky **DEOR Hrabová**. A jelikož rodina chtěla udělat radost i ostatním uživatelům, tak je na terasu, kde se vystoupení konalo pozvali taky. A tak jsem společně strávili hezký čas plný krásné hudby a občasného zpěvu.

A my ještě jednou mockrát děkujeme za krásné odpoledne! 😊



Narozeninové překvapení



A někteří dokonce i tančili. 😊

Vítání jara

Vždy když vysvitne pár slunečních paprsků, tak si chodíme zpříjemňovat naše chvíle na naše čerstvě osázené balkony a také do blízkého okolí.



Květnové vaření

Ani v květnu jsme na DZR nezaháleli. Klienti služby si vařili zdravé jarní polévky se zeleninou, pórkem a smaženými houskami. Polévky byly výtečné a také velmi pěkně vypadaly.



Den od paní Věry

V polovině měsíce května se paní Věra vydala trolejbusem k zubnímu lékaři na Stodolní ulici. Ale bariérovost budovy lékaře vše znemožnila. Paní Věra ale měla „záložní plán“. Navštívila obchody s potravinami na náměstí, zeleninu a také nesmělo chybět ani řeznictví nebo lahůdky.



Stáž v Hospici Frýdek-Místek 19. 5. 2023

Požádaly jsem vedení domova, zda bychom mohly s kolegyní Adélou, v rámci zavádění paliativní péče v Domově, na stáž do Hospice ve Frýdku-Místku. V tomto hospici jsme jednou byla na sociálním šetření a moc se mi zde líbilo. Věděly jsme, že tady pracuje naše bývalá kolegyně Mgr. Lucie Olšinová, o to více jsme se na stáž těšily. Hospic ve Frýdku-Místku se nachází vedle nemocnice a je to jediný hospic v České republice, jehož zřizovatelem je město. Protože ještě nebylo devět hodin, posadily jsme se ve vestibulu hospice. Zanedlouho nás přivítala milá paní vedoucí sociálního úseku Bc. Michaela Huvarová, která nás zavedla do kanceláře za Luckou Olšinovou. Lucka nám popovídala o své práci, také jsme byly u toho, když byla paní ukončená služba a vracela se domů, kde o ní bude pečovat dcera. Lucka spolu s paní Zdeňkou Kaňákovou, která pracuje v hospici jako poradce pro pozůstalé a psychosociální podpora, nám popovídaly vše o hospici a provedly nás hospicem, kde jsou tři služby – hospicová paliativní péče, pobytové odlehčovací služby a sociální lůžka. Loučily jsme se se slzami v očích dojetím, co všechno pro své klienty dělají a jak moc hezké prostředí mají.



Stáž v Hospici Frýdek-Místek 19. 5. 2023



Exkurze na stavbě 29. 5. 2023

Byli jsme velmi potěšeni, když nám pan ředitel oznámil, že se v pondělí 29. 5. 2023 mohou jet čtyři vedoucí podívat na stavbu Domova Korýtko, samozřejmě musí mít vesty a přilby. Ani minutu jsme neváhali a souhlasili jsme se. V pondělí jsme s nadšením usedli do Fordu a vyrazili směr Domov Korýtko. Na stavbu jsme vcházeli se smíšenými pocity, co nás tam čeká. Na stavbě se pilně pracovalo, pracovníci nás zdravili, pan ředitel nám ukazoval jednotlivá patra s výkladem, kde co bude. My jsme se doptávali na to, co nám nebylo jasné. Odcházeli jsme pozitivně naladěni, že se na Domově pracuje a že se jednou do něho zase vrátíme. 😊



Smažení vaječiny 29. 5. 2023

V pondělí 29. 5. si uživatelé středisek C1 a C2 zpřijemnilo odpoledne společnou aktivitou. Na terase ve třetím patře se konalo tradiční smažení vaječiny. A protože nás dohromady bylo hodně, bylo potřeba udělat i větší množství vaječiny. Paní vedoucí z C1 poctivě vajíčka sbírala a nakonec se vaječina dělala z rovných 100 vajec. Děkujeme všem slepičkám za poctivé snášení. 😊 A jelikož vajec bylo více než dost, bylo potřeba aby se většina uživatelů zapojila do jejich rozklepávání. A pak se začalo smažit, na opečenou slaninku s pažitkou se nalilo 100 vajec a naše „míchačky“ Renča, Šárka a Zuzka měly co dělat. I když to v jednu chvíli vypadalo, že míchání vaječiny nebude mít nikdy konec, tak se povedlo a vaječina byla hotová. Nakonec jsme si na ní společně všichni pochutnali. A protože jsme na ní měli všichni velkou chuť a hned se do ní pustili, tak jsme zapomněli vyfotit konečný výsledek. Tak zase za rok. 😊



Smažení vaječiny 29. 5. 2023



Zahradničení Na Liščině – II.fáze

V úterý 9. 5. 2023 jsme se pustili do přesazení naklíčených rajčat, petrželky, paprik. Rozsádily jsme květiny, které zajistil domov a odzimovali jsme mobilní truhlíky v zahradě. Protože jsme pořídili ještě mnoho dalších semínek, sadili jsme nakonec tak dlouho, dokud jsme měli do čeho 😊 A tak nám teď na terase a zahradě roste z loňských trvalek například echinacea, levandule, několik druhů máty, meduňky, pažitky, majoránka, jablečník apod. Z nově zasazených se budeme těšit na mangold, cukety, hrášek, okrasné dýně a mnoho dalšího. Pro zahraničení se nadchlo hodně klientek/ů a dokonce nám vznikají tajné záhonky na různých místech v zahradě. Jsme všichni zvědaví na letošní výsledky!



Zahradničení Na Liščině – II.fáze



Reminiscence – putovní výstava

Domov Korýtko se každoročně zapojuje do projektu Magistrátu města Ostravy s názvem Reminiscence. Pojem reminiscence pochází z latinského slova reminiscere, které znamená vzpomenout si nebo rozpomenout se. Jednou ročně na společné schůzce probereme téma pro daný rok a zapojené organizace zpracovávají různými způsoby vzpomínkové výstupy (může to být vytvořený hmotný předmět, výlety a zážitky pro klienty apod.) Tématem pro rok 2022 se stal životní příběh.

V Domově Korýtko vyrábíme s některými klienty vzpomínkové knihy. Jednu takovou jsme zpracovali a zapojili do projektu Reminiscence. Vznikla moc pěkná výstava, kterou jsme si s dalšími organizacemi vzájemně prohlédli v ostravské knihovně. A protože by byla škoda výstavu hned rozpustit, vrátit, stala se z ní výstava putovní. Nyní doputovala až k nám a tak jsme měli v minulých dnech možnost prohlédnout si různé vzpomínkové knihy, kufříky, krabice s mnoha předměty, které jsou pro jeho majitele důležité a pojí se k nim silné vzpomínky.



Kulinářské akce Na Liščině – tradiční vaječina a bramboráky



6 týdnů po Velikonocích uteklo jako voda a podle tradice se smaží vaječina. Nemohli jsme zůstat pozadu, protože vaječina se špekem a pažitkou je prostě lahoda. Sešlo se asi dvacet klientů a u plotny se pěkně vystřídali v míchání, aby si to užili se vším všudy. Tento měsíc jsme se pustili taky do přípravy oblíbených bramboráků. Ty jsme nedělali poprvé a práce odsýpala. Za chvíli už jsme si pochutnali na křupavých plackách.



„Májová“ Na Liščině

Ve středu 10. května 2023 jsme prožili Na liščínské zahradě "Májovou". Nejedná se však o prvomájový průvod.

Náš liščínský altán se na chvíli proměnil v kapli, kde jsme se přišli společně pomodlit. Májová, je to pobožnost k Matce Boží Panně Marii v máji (květnu), která se prožívala od nepaměti.

V tomto měsíci přejeme zvláště našim maminkám a děkujeme jim za život, výchovu, za péči. Právě touto pobožností písněmi, modlitbou litaní Matce Boží vyjadřujeme naši vděčnost za jejího Syna Ježíše Krista, kterého přijala, porodila, vychovala a spolu s ním trpěla pro naši spásu. Také děkujeme za její neustálou ochranu, péči a přímlovu u Boha.

Úctu k Matce Boží nemají jenom lidé katolického vyznání. Boží Matku ctí i evangelíci, husité. Každý trochu jiným způsobem, avšak vděčnost Božích dětí jí právem patří.



Beata Sikorová, duchovní služba domova

Zvěřinec Na Liščině – stavba kurníku



Cocolíno – terapeut, mazel a likvidátor závěsu u výtahu.

Dostal tento měsíc nové škrabadlo, aby si brousil dráпки i jinde, než o závěs.

Občas vezme škrabadlo na milost, aby nám udělal radost. Jinak zůstává věrný křeslům, postelím a lavičce na sluníčku.

26. 5. 2023 proběhl dlouho očekávaný den D – VÝSTAVBA KURNÍKU

Na pomoc dorazil synovec naší klientky, který podporuje naše inovativní nápady a je velmi zručný. Práce mu šla svižně spolu s hlavním asistentem p. Kluzem. Ten s námi strávil neúnavně celý den, přidržoval desky, pletivo a nebo fandil. Diváků bylo ostatně dost po celou dobu na terase i v zahradě. Byla to velká událost a mnoho lidí poprvé zjistilo, že pořízení slepic nebyl vtip.



Stavba kurníku byla poměrně rychlá, vlez se zde údajně až 5 slepiček. Oplocení už nám dalo zabrat o něco víc. Bylo potřeba postavit konstrukci a pletivo k ní přidrátovat.

Zvěřinec Na Liščině – stavba kurníku



Obyvatelé Liščiny se na slepice těší. Mnozí vyrůstali, žili na statku, měli zahrady s domácími zvířaty a tak mají hodně zkušeností. Navíc domácí vejčička budou maximálně využita na naše pečení, vaječiny apod. Už za dva dny dorazí nové nájemnice kurníku!



Slepice na Lišce aneb sen se stal realitou

Krásná zahrada v areálu na Liščině mě vybízela již dlouho k mému bláznivému nápadu, začít chovat slepice.

Sama jsem chovatelkou drůbeže. U nás doma nikdy nesměly chybět slepice různých plemen, mám i kohouta Vlastíka, husy a další zvířectvo a tak moc dobře vím, jaký blahodárny přínos může mít taková obyčejná slepice pro naše seniory.

Většina z našich klientů dříve slepice chovali, takže vzpomínek na chov začalo přibývat.

Slepice se mohou dožít průměrně až osmi let. Patří mezi velmi zvědavá zvířata, dají se dobře ochočit a poslední dobou patří slepice k terapeutickým zvířatům. Nadšenci s nimi navštěvují děti ve školských zařízeních, chodí s nimi i do nemocnic za pacienty a některá sociální pobytová zařízení je mají jako součást služby.

A to byste se divili, kolik lidí dokázaly zaktivovat. Zkrátka a jednoduše i pouhé sledování našich slepiček je lepší než televize.

Proto musím moc poděkovat za velkou podporu našemu panu řediteli, který mi dal svolení k realizaci tohoto projektu a nyní již na Liščině bydlí tři slepičky. 8. června bude probíhat anketa, kde klienti budou moci vybrat jména pro naše nové slepičí terapeutky a proběhne jejich slavnostní křest. Jak se nakonec slepice budou jmenovat a jak se jim daří, se dozvíte v dalším čísle Zpravodaje Korýtko.



Výlet do katedrály Božského spasitele a kostela sv. Václava



Poslední květnový den jsme se vydaly na dlouho plánovaný minivýlet. Sestra Beáta nám zajistila komentovanou prohlídku katedrály. Jely nakonec 4 klientky a tak to byla taková komorní výprava. Stála však za to a dozvěděly jsme se hodně zajímavých informací o historii i současnosti katedrály.

Po prohlídce jsme prošly přes Masarykovo náměstí do kostela sv. Václava – nejstaršího kostela v Ostravě. Prostory nejsou tak obrovské jako v katedrále, ale to mu rozhodně neubralo na kráse. Na stěnách prosvítaly původní malby, je zde pohřben ostravsko- opavský biskup František Lobkowitz a nachází se zde relikvie sv. Václava. Průvodkyni nám zde dělala sama sestra Beáta. Moc jí tímto děkujeme!



Vzděláváme se nejen informacemi, ale i prožitky

Dne 23. 5. 2023 proběhlo školení Pohladíme umírajícímu tvář. Lektorka PhDr. Jana Pšejová svým výkladem dokázala oslovit účastníky, zpětná vazba byla velmi pozitivní. A protože už v provázení v závěru života nejsme úplnými začátečníky, v závěru školení jsme si mohli zahrát hru „Řekni mi“. Děkuji všem zúčastněným za odvalu a otevřenost při hře. Byli jste skvělí!

Pokud máme s klienty hovořit o jejich potřebách a přáních v závěru života, musíme být tématu otevření a vědět, jak na tom jsme. Co si můžeme dovolit, a kdy raději odkážeme na kolegu či kolegyni.

I když se na rozhovor necítím, vždy mohu říci „Vidím, že si o tom chcete promluvit, já nyní nemohu, ale zavolám Vám kolegyni/kolegu“. Téma však akceptujeme a nijak od něj neutíkáme.

Hru „Řekni mi“ máme k dispozici přímo v domově. Můžete si zahrát ve svých týmech.



A protože jsme zvědaví i zvědaví, jak to chodí jinde, jsme rádi za možnost stáží.

V dubnu a květnu zaměstnanci navštívili:

- Domov Letokruhy v Budišově nad Budišovkou
- Domov Odry v Odrách
- Hospic sv. Lukáše v Ostravě
- Hospic ve Frýdku Místku

Děkuji řidičům za bezpečnou přepravu všech účastníků tam i zpět a těším se na zpětnou vazbu, co se Vám líbilo a nelíbilo.

Vzpomínka

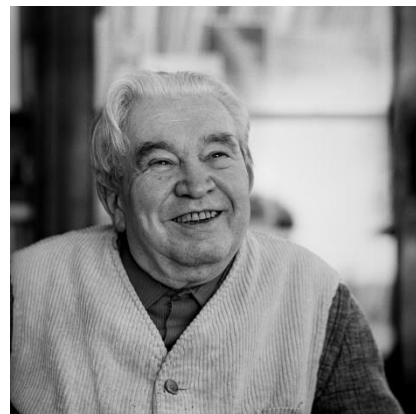
Dne 31. 5. 2023 uplynul rok, co nás náhle a navždy opustila naše milá kolegyně paní Věrka Machulová. V tento den jsme se s kolegyní Adélkou a Boženkou vydaly na hřbitov, kde odpočívá, abychom jí zapálily svíčky a donesly kytičku. Věruško, nikdy na Tebe nezapomeneme a navždy již zůstaneš v našich srdcích.



Májový kvíz

1. K prvnímu máji neodmyslitelně báseň s názvem MÁJ. Vzpomenete si na autora, který báseň napsal?

- a) Josef Kajetán Tyl
- b) Karel Hynek Mácha
- c) Jaroslav Seifert



2. Doplňte slova známé básně MÁJ.

Byl pozdní - první máj – večerní máj – byl čas.

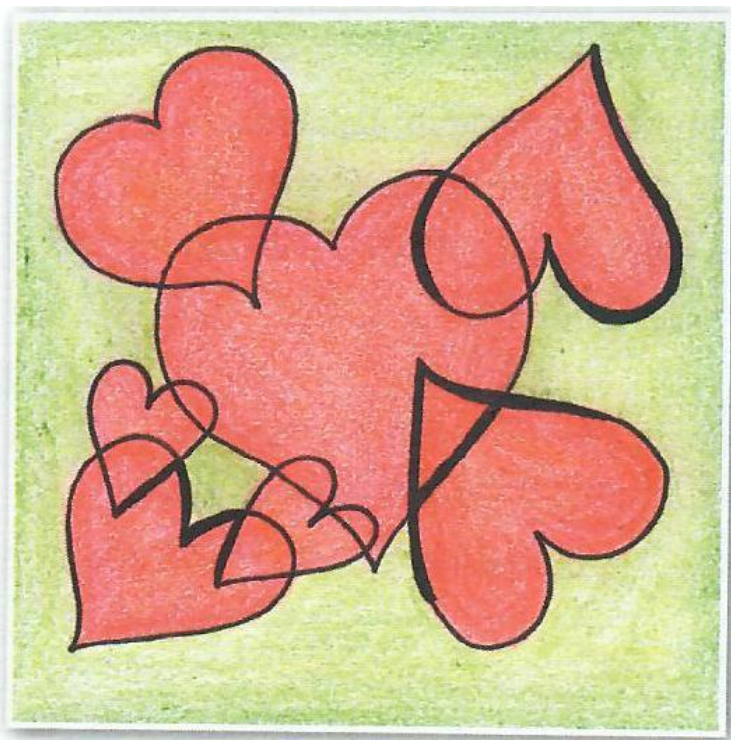
Hrdliččin zval ku lásce, kde zváněl háj.

Nápověda: borový, večer, hlas, lásky.



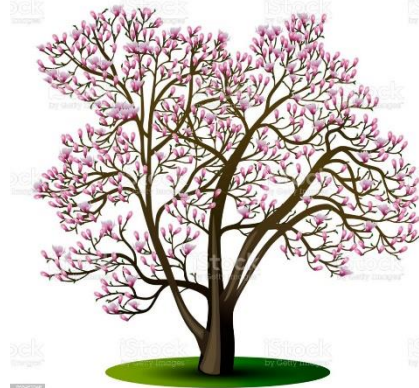
Májový kvíz

3. Podívejte se na obrázek a spočítejte, kolik srdcí je v něm nakresleno.



4. Pod jakým stromem se zamilovaní prvního května mají políbit?

- a) Jabloň
- b) Rozkvetlá třešeň
- c) Magnólie



Zdroj: CINGROŠOVÁ, Klára a Klára DVOŘÁKOVÁ. *Knižka pro vzpomínání a procvičování paměti.* Praha: Portál, 2014. ISBN 9788026207030.

Šéfredaktor: Mgr. Petr Chlebovský

Grafická úprava, editace, příspěvky: tým pracovníků

Fotografie z Domova Korýtko: zaměstnanci Domova Korýtko

Řešení:

Kvíz:

- 1. b)** Karel Hynek Mácha
- 2.** večer, lásky, hlas, borový
- 3.** 7 srdcí
- 4. b)** rozkvetlá třešeň