

Zpravodaj Korýtko



Vážení čtenáři Zpravodaje Korýtko!

Poprvé jsem zažil přepadení 21. srpna 1968, to k nám vstoupila vojska Varšavské smlouvy. Pamatuju si to, jakoby to bylo včera. Maminka byla v nemocnici, byli jsme s tatínkem sami doma. Sourozenci již měli své rodiny, nebylo to jednoduché, já jsem prožíval poslední zbytek prázdnin, pamatuju si přesně, jak se koukalo na sovětské tanky a transportéry. Musel jsem být doma, tatínek mi zakázal opustit byt, poslouchal jsem rozhlas a televizi. Měl jsem strach, nevěděl jsem, jak to skončí. Druhé přepadení jsem zažil v roce 1993, byla to moje chyba, že jsem otevřel v domnění, že mě přišel navštívit kamarád, místo kamaráda to byl neznámý mládenec, praštil mě hůlkou a do očí mi nastříkal pepřový sprej. Na mě to však neplatilo, tak mě zavřel do koupelny, přestříhl mi telefon a ukázal mi nůž. V koupelně jsem potichu počkal, až ten chlapec odejde. Chlapec mi kradl, co se mu hodilo. Až byl chlapec pryč a já jsem vylezl z koupelny, běžel jsem na policejní stanici. Policajti mě pochválili, že jsem se zachoval dobře, kdybych křičel, tak by mě zabil kudlou. Peníze jsem měl naštěstí v bezpečí ve Spořitelně. Třetí přepadení bylo, když jsem si šel do bankomatu vybrat pětistovku, mladíci se ke mně dostali a pětistovku mi sebrali a utekli pryč. Tak to byly tři přepadení.

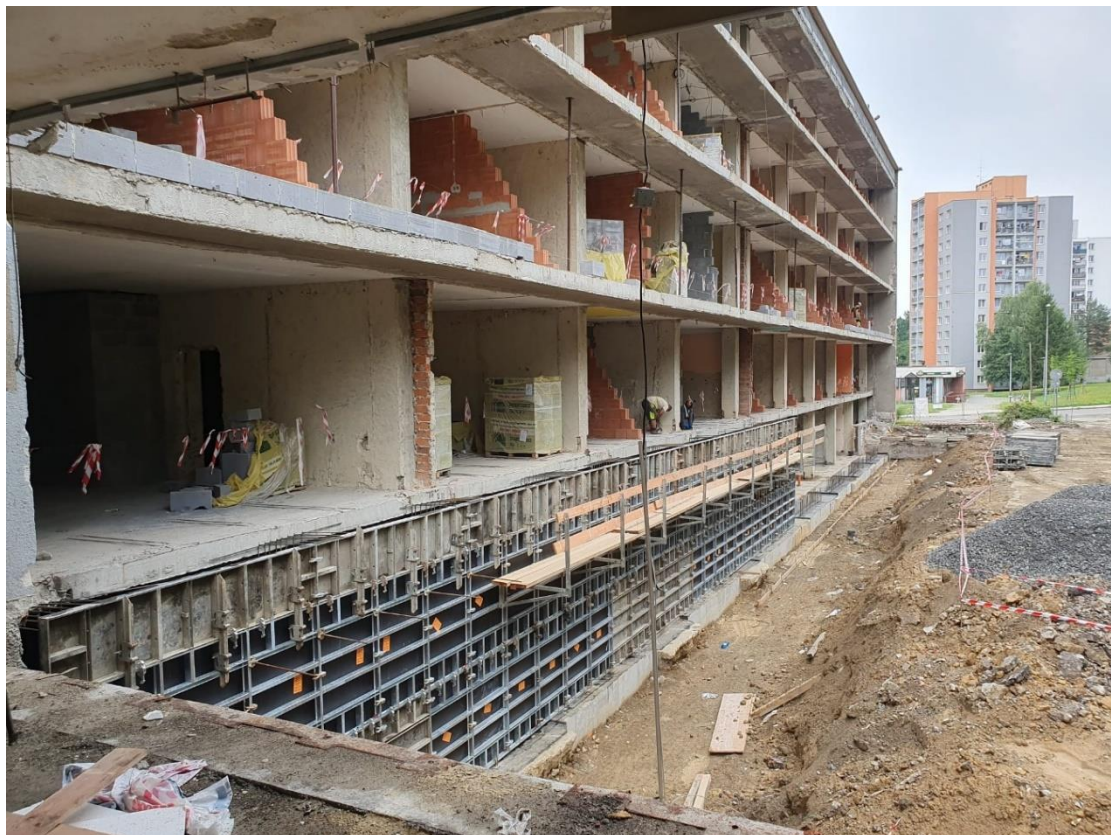
Když je smůla, tak je smůla. Všechno se přežilo.

Vážení čtenáři, přeji vám, aby se vám nic podobného nestalo, dávejte si pozor na procházce a nenoste u sebe plno peněz. Přeji vám vše dobré.



*Mgr. Petr Chlebovský,
šéfredaktor Zpravodaje Korýtko*

V Domově Korýtko pokračuje celková rekonstrukce



V Domově Korýtko pokračuje celková rekonstrukce



Sbírání hřibů

I přes trvalý déšť v neděli 6. 8. 2023 se paní Sylva s aktivizační pracovnící paní Dášou vydaly sbírat hřiby. Bohužel jich bylo hodně červivých. Ale i tak nasbíraly plno hřibů. Tuto báječnou zprávu mi hned volaly, hlavně, ať koupím v pondělí po cestě do práce vajíčka a chléb, abychom mohly na snídani udělat smaženici.



Houbaření na C2

Začíná houbařská sezóna, a protože uživatelé našeho oddělení rádi chodili na houby do lesa, rozhodli jsme se, že pokud houby porostou, uděláme smaženici. Na procházce po zahradě a přilehlém lesem, jsme donesli pár modráků, rostou tady v hojném počtu. S přispěním hřibů od personálu, jsme dali dohromady hříby na smaženici. Uživatelé nakrájeli cibuli, očistili houby a rozklepali větší počet vajíček. Smaženice byla výborná, všem moc chutnala. U toho jsme zavzpomínali na houbařské úspěchy a setkali se u ní uživatelé z různých komunit, kteří se tak často nenavštěvují.



Houbaření na C2



Projekt reminiscence

Domov Korýtko se i v letošním roce zapojil do projektu Reminiscence, který organizuje Magistrát města Ostravy. Letošní ročník je zaměřený na přírodu a v tomto duchu si pro nás připravil aktivity Domov Čujkovova v Bělském lese. Mohli jsme si prohlédnout různé bylinky, natrhat si je, pak jsme z nich pili čaj, také jsme si prohlédli voliéry s bažanty a uživatelé si je mohli nakrmit. Setkali jsem se s bývalou klientkou Domova Korýtko. Pracovnice Domova Čujkovova pro nás upekly výborný koláč. Překvapení pro uživatele také byla návštěva štěňátka zlatého retrívra od jedné pracovnice z Domova Čujkovova s krásným jménem Happy. Děkujeme Karolíně, že jsme mohli jet a určitě vás více seznámí s projektem v následujícím článku.



Projekt reminiscence

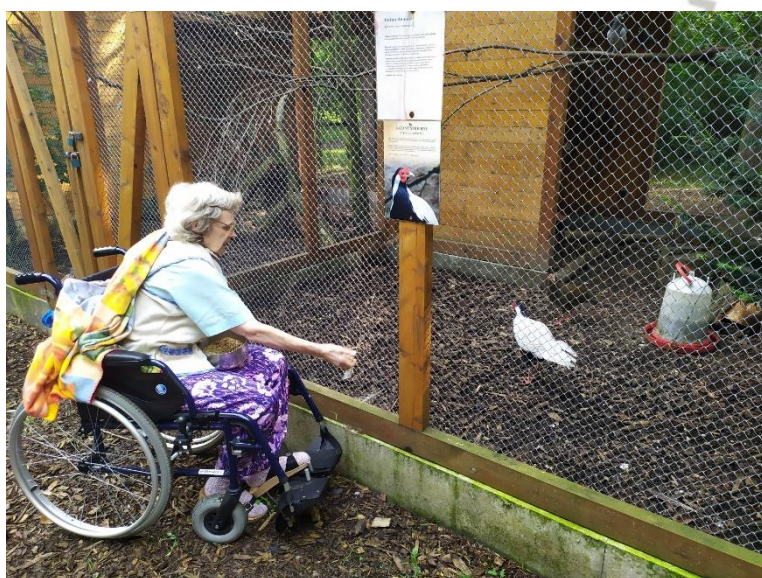


Projekt reminiscence

Už několik let se zapojujeme do projektu magistrátu města Ostravy s názvem reminiscence pod vedením Bc. Marty Machové a Mgr. Martiny Pavelkové. Projekt se skládá ze setkání zapojených organizací sociální služeb, kdy se diskutuje téma a forma realizace. Poslední roky si také losujeme organizace, se kterými navážeme družbu a vymyslíme společnou aktivitu. Letošní téma se nazývá „Příroda v nás a kolem nás“. Společné setkání jsme absolvovali s Domovem Čujkovova a ještě nás čeká 6. 9. 2023 návštěva Domova Sluníčko.

Pracovníci Domova Čujkovova pro nás přichystali program 18. 8. 2023 v lesní školce v Bělském lese. Také klientům budovy Na Liščině se program v tzv. „Běláku“ moc líbil.

Pro další setkání s klienty Domova Sluníčko chystáme bylinkové dopoledne. Kromě toho budeme volnočasové aktivity všech oddělení (které se zaměřovaly na přírodu), prezentovat na setkání s výše uvedenými zástupkyněmi magistrátu dne 19. 9. 2023.



Mgr. Karolína Stachová

Pečení chleba

Dcera naší uživatelky nám darovala těsto na svatojánský chléb, tzv. „Chléb štěstí.“ Celý týden jsme se o těsto starali, přikrmovali a po týdnu jsme chléb upekli. Byl výborný, protože v něm byly samé dobré věci – oříšky, brusinky, čokoláda, strouhaná jablka. U odpolední kávy si všichni klienti pochutnali.



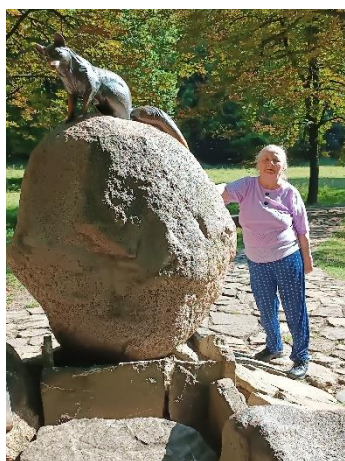
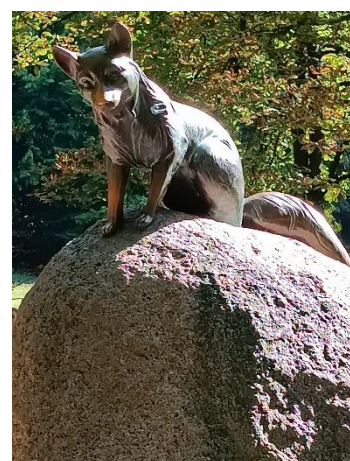
Dáša Mičkalová – aktivizační pracovníce C2

Výlet na Hukvaldy

To, že se na Hukvaldech narodil známý hudební skladatel Leoš Janáček, všichni dobře víte, ale že se nám konečně podaří výlet s našimi uživateli jsme už ani nedoufali z důvodu počasí, protože buď jsou extrémní vedra, což uživatelům nedělá dobře, nebo prší. Podle předpovědi počasí jsme naplánovaly výlet na čtvrtek 24. 8. 2023. Vyjeli jsme hned ráno, protože na odpoledne zase hlásili vedro. Den předem jsem volala do restaurace „Na procházce“ zda mají otevřeno a na Biskupské lesy, jestli bychom mohli vjet autem do Obory, kdyby měli uživatelé problém dojít. Pan byl velice ochotný a souhlasil, že nám bránu otevře, pokud by bylo potřeba. Ale naši uživatelé jsou velice šikovní. Po cestě jsme se stavili do hasičárny v Palkovicích, kde na nás čekalo překvapení. Měli jsme se tady sejít s dcerou od našeho p. Arnošta, ale nakonec zde byla i vnučka a malá pravnučka. Což vykouzlilo úsměv na rtech i ostatním uživatelům

Fordem jsem nejdříve zaparkovala před bránou, pomohly jsme uživatelům vystoupit, poté jsem Forda zaparkovala na parkovišti a uživatelé na mě počkali na lavičce ve stínu a pak jsme se pomalou procházkou vydali až k Lišce Bystroušce. Cestou jsme se kochali přírodou a také nás svou přítomností poctil daněk, který prošel těsně kolem nás a pak se pokoušel shodit parohy o nedaleké stromy. U Lišky Bystroušky jsme se vyfotili a pomalu jsme pokračovali do restaurace. Personál byl velice ochotný a vstřícný, upravil nám stoly venku do stínu tak, abychom mohli sedět všichni pohromadě. Pochutnali jsme si na vídeňské kávě, nealku, pivu, někteří si také dali oběd. Pak jsme se pomalu vydali zpátky k autu. Cesta nám rychle uběhla, v Domově už na nás čekal dobrý oběd.

Výlet na Hukvaldy



Slepice na Lišce IV.

Opět čtenářům přináším další žhavé novinky z chovu našich slepiček na Liščině. Minule jsem hodnotila jejich snaživost ve snášce vajec a jen co vyšel minulý Zpravodaj s tím, že Pepina ještě nenese, tak hned poté začala také snášet. Takže všechny tři slepice nám nesou vejce jako o závod.

Pepina, Andula i Šedivka si užívají během dne volných procházek po celé zahradě. Nejraději se zdržují pod smrky a pod ovocnými keři. Nejvíce jim chutnaly maliny a rybíz. Během procházek po zahradě se náruživě věnují hrabaní kde čeho a ve volných chvílích se snaží i lovit mouchy v letu, což působí značně komicky.

Když na zahradě zahlédnou člověka, který se o ně stará, naberou raketovou rychlost a spěchají k němu... co dobrého asi tak dostanou?

Slepice si moc dobře pamatují, kde bydlí a se soumrakem se samy vracejí do svého kurníku.

Množí se mi dotazy, čím takové slepice krmit a proto se v dalším čísle našeho Zpravodaje dozvíte čím a jak krmit slepice, aby dobře prospívaly.



Slovní fotbalík jako samostatná aktivita

Slovní fotbal si pamatuje snad každý člověk. Tato hra se slovy se odjakživa hrála ve školách. Jedná se o hru na procvičování slovní zásoby. Princip hry je zcela jednoduchý. Jde o to navázat na vyřčené slovo slovem takovým, aby se shodovalo poslední písmeno, poslední dvě písmena nebo celá slabika se slovem následujícím.

Na Liščině si slovní fotbalík pravidelně hráli klienti s pracovníky vždy po nějaké aktivitě, jako takový bonus.

Jelikož tato hra se slovy se našim klientům tak zalíbila, rozhodli jsme se, že této hře věnujeme samostatné hrací pole.

Patronem slovního fotbalíku se stala Anna Kalusová, pracovnice v sociálních službách.

Klienti si vydrží lámat hlavu klidně i hodinu.

Člověk by nevěřil, jak je náš jazyk pestrý a bohatý.



Tato aktivita rozvíjí trénink paměti, soustředění, komunikace i spolupráce.

Karla Janečková Venháčová

Výlet Bartošovice

2. 8. 2023 jsme se vypravili na dlouho plánovaný výlet do záchrané stanice zvířat v Bartošovicích. Terén byl o něco náročnější než jsme čekali, ale pracovníci stanice byli velmi vstřícní a kromě parkování u brány nám otevřeli i zadní vstup a na schody přistavili rampu. Prvně jsme si vyslechli povídání o činnosti stanice, jak se chovat při nálezu zvířete a poté jsme se vydali k voliérám. Prázdniny přilákaly velké množství lidí na prohlídku a tak jsme se posouvali ve dvou skupinách. U každé voliéry jsme si vyslechli příběhy zvířat. Některá zvířata čeká po vyléčení šťastný návrat do volné přírody a některá žijí trvale v bezpečí stanice. K vidění byla orlice, krkavci, poštolky, káně, sojka, vydra, veverky, sovy a mnoho dalších. Ze střechy sousedního kostela nás sledovali ještě dva čápi. Výlet jsme si i přes horké počasí užili!



Výlet do Kostela sv. Kateřiny Alexandrijské v Hrabové

25. 8. 2023 jsme se vydali z budovy Na Liščině na prohlídku kostela. Protože jsme vyjeli příliš brzy, udělali jsme si zajížd'ku kolem naší zábřežské budovy v rekonstrukci. Přibývají venkovní stěny, otvory na francouzská okna a dělníci se hemžili, práce pokračují! Ale zpět ke kostelu. Dřevěný kostel v Hrabové pochází z 16. stol. Dnes se však už jedná o repliku, protože původní kostelík v roce 2002 vyhořel téměř do základů. Zajímavostí je, že na jeho výstavbu je použito výhradně dřevo (pův. jedlové, nyní smrkové). Správkyně kostela nám ukázala všechna zákoutí, povyprávěla nám o požáru i o faráři, který dochází. Kostel je uvnitř jednoduše zdobený, po stranách je vyobrazena křížová cesta. Paní správknyně si posteskla, že moc mladých se do kostela nehrne a péče o kostel je náročná. Kolegyně, vedoucí Karla, se postavila za řečnický pult a předčítala nám ještě další zajímavosti o kostelu. Během naší návštěvy probíhalo čištění střechy, protože se do ní pustil mech a špaček. Poděkovali jsme paní za prohlídku a zajímavé informace. Při zpáteční cestě jsme ještě na přání klientů navštívili zeleninové trhy na nám. SNP v Zábřehu.



Výlet do Kostela sv. Kateřiny Alexandrijské v Hrabové



Vše, co po požáru
zbylo z původního
zvonu



Interiér kostela a
jeho původní podoba



Mgr. Karolína Stachová

Poník Ondrášek Na Liščině

V pondělí 28. 8. 2023 se ve dveřích budovy Na Liščině objevila vzácná návštěva. Přítomní nevěřícně zírali, ačkoliv příchod poníka oznamovaly plakáty na nástěnkách. Poníka Ondráška přišel přivítat i zvědavý kocour Kokolíno. Poník se svou majitelkou elegantně nastoupili do výtahu a nechali se vyvézt do prvního patra, kde už čekali klienti domova. Bohužel jsme museli kvůli chladnému počasí zůstat uvnitř, ale Ondrášek to zvládl bravurně. Majitelka nám povykládala, jakým způsobem se o takového poníka musí starat. Bylo to velice zajímavé a poučné. S Ondráškem si udělala procházku dokola, aby si ho mohli všichni pohladit, nakrmit ho mrkvičkou, jablíčky a nakonec jsme mu přivázali barevné stužky na ohlávku. I jeho havajský věnec kolem krku měl svůj význam, ale to nebudeme prozrazovat, protože Ondráška čeká i návštěva budovy na Hladnovské. Návštěva Poníka byla skvělý zážitek, je moc hodný a klienti ho málem nepustili domů.



Mgr. Karolína Stachová

Oslavy klientů Na Liščině

Mnoho klientů oslavy odmítá. Najdou se ale takoví, co si je umí náležitě užít. V srpnu se u nás sešly velké oslavy dokonce dvě. Paní Čopová měla nádherných 99 let. S úsměvem otočila cedulku s číslem v zápichu a rázem tam měla číslo 66. A vzhledem k jejímu životnímu elánu by jí to člověk opravdu věřil. O víkendu jí s oslavou pomohla její klíčová pracovníce a rodina. Dalším oslavencem byl pan Lička, který oslavil kulaté 70. narozeniny. U harmoniky jsme mu zazpívali přání a přitukli si nealko šampaňským. Vypadal sám překvapen, jak ty roky uběhly a zřejmě se mu hlavou promítla spousta vzpomínek. Jeho sestra nachystala spoustu dobrot včetně domácího dortu, a pracovníce přichystaly jídelnu. Obě oslavy byly moc pěkné a oslavencům přejeme pevné zdraví!



Jak teče voda v potoku, tak přibývá každému rok po roku. Dárků Vám můžeme p. Čopová dát moc a dobré zdraví Vám dnes budeme všichni přát dost. *B. Mitáčková*



Stavba dřevěného městečka a palačinkování s dětmi

V minulých dílech zpravodaje byla zdokumentovaná stavba domečků z dřevěných špachtlí. Autorem je pan Kouba, který začal prvně jedním domkem s naší technickou pracovnící. Jeden nakonec nestačil a brzy budeme mít celé město! Teď už staví sám a ve výstavbě má třípatrovou rozhlednu.

Zdokumentovali jsme taky palačinkový den. Prázdniny končí a děti pracovníc se shromáždily na Liščině. Společnými silami si s klientkami ukuchtily to, co snad každý z dětství miluje. Pracovnice trénovaly i výhozy palačinek do vzduchu a tak o zábavu nebyla nouze.



Aktivizační pracovník Na Liščině

Na počátku srpna 2023 proběhlo výběrové řízení na aktivizačního pracovníka v objektu Na Liščině. Zájemců se přihlásilo hodně, k pohovorům byli přizváni ti, z jejichž životopisu byl vidět potenciál k výkonu této práce. Pohovory probíhaly od 8 hodin ráno do odpoledních hodin. Nejúspěšnější uchazečka přinesla výtvarně zpracovanou vlastní koncepci aktivizace, se kterou výběrovou komisí seznámila. Gratulujeme paní Martině Kohutové a přejeme hodně zdaru v další práci!



Úloha aktivizačního pracovníka

Na pohovorech zazněla řada zajímavých nápadů. Jaká je úloha aktivizačního pracovníka v našem domově?

Na Petruškově ulici byly 2, později 3 aktivizační pracovnice na celkem 257 klientů. Zajišťovaly chod volnočasových tvůrčích dílen a relaxační fototerapeutické místnosti.

Stěhování do náhradních prostor jsme využili k organizační změně. Každé patro (středisko služby) má vlastního aktivizačního pracovníka. Změnily se také požadavky na tuto pozici.

Z popisu pracovní činnosti aktivizačního pracovníka:

- poskytuje přímou péči u klientů se zaměřením na **nácvik denních činností** (nácvik sebeobsluhy při provádění hygieny, oblékání, stravování, orientace, psaní, apod.)
- spolupracuje na **posilování sociálních a společenských kontaktů** klientů
- organizuje **volnočasové aktivity** – individuální i skupinové, podle potřeb a preferencí klientů
- vytváří a rozvíjí **vztahy klientů k živým tvorům** (dle preferencí klientů)
- **zajišťuje zájmové a kulturní činnosti** pro klienty, **výzdobu místností odpovídající ročnímu období a svátkům**
- **doprovází klienty** v závěru života
- uplatňuje **specializované sociálně terapeutické postupy**, ke kterým byl proškolen (snoezelen, reminiscence, trénování paměti, bazální stimulace, práce s biografií, namasté, apod.)
- poskytuje **přímou péči u klientů v době sníženého počtu pracovníků** (dle pokynů vedoucí/ho služby)

Zdravotní okénko



Léto má svá úskalí..... úpal, úžeh.

Dva často zaměňované, ale zcela odlišné stavy.

Úpal neboli kolaps z horka – nepřiměřené působení tepla na lidský organismus - projevy tohoto onemocnění zvracení, nevolnost, pocení, bolest hlavy, závratě, zmatenost.

Úžeh – přehřátí z pobytu na přímém slunci - projeví se zčervenáním pokožky, vyrážkou, nevolností, zvracením, vysoké teploty/zimnice.

Nejlepší je prevence.

Pijme více tekutin, volme vhodné oblečení, pokrývku hlavy, brýle, krémy s ochrannými faktory.

Zvažujeme, vzhledem k našemu zdravotnímu stavu a kondici, všechny volnočasové aktivity.



Oslava narozenin

Dne 30. 8. 2023 oslavila naše uživatelka paní Janka své narozeniny. V rámci gratulace a aktivizace jsme paní Janku vysadily do polohovacího křesla a společně jsme upekly malé dortíky (muffiny) a paní Jance jsme popřály k narozeninám.



Dáša Mičkalová – aktivizační pracovníce C2

Trénování paměti na oddělení C2

V rámci trénování paměti pomáháme uživatelům po cévní mozkové příhodě s udržením a obnovením paměti. Používáme magnetickou tabuli s písmeny a čísly. Pomocí piktogramů cvičíme s uživateli řeč, paměť a vzpomínky.



Dáša Mičkalová – aktivizační pracovníce C2

Výlet 27. 9. 2023

27. 9. 2023

**Navštívíme Dolní
oblast Vítkovic,
možnost vyjet i na
věž Bolt Tower.**

Odjezd:

**Liščina - 9.00
hodin**

**Hladnovská - 9.30
hodin**



Výherkyně soutěže

Správná odpověď na mou otázku z minulého čísla Zpravodaje Korýtko, jaké město je na úvodní stránce a jaké město je na druhé stránce zní:

Telč

České Budějovice

Máme hned dvě výherkyně a to slečnu Adélu Hillovou, která odpověděla ještě než byl Zpravodaj v tisku a paní Jindřišku Marušákovou, která první odpověděla správně po vydání Zpravodaje. Obě dvě získaly slibovanou sladkou odměnu.



Prázdninový kvíz

1. Přiřadte slovo (podstatné jméno), které vytvoří se zadanými slovy ustálené slovní spojení:

- a) Mariánské, Mšené, Františkovy
- b) Karlův, Jiráskův, Nuselský
- c) Břevnovský, Kapucínský, Zbraslavský
- d) Prachovské, Teplické, Adršpašské
- e) Koněpruské, Bozkovské, Mladečské
- f) Národní, Národní technické, Vlastivědné

SKÁLY / MUZEUM / JESKYNĚ / MOST / KLÁŠTER / LÁZNĚ

2. Najděte podle indicií místo v České republice:

- a) Hledáme kopec s krásnou dřevěnou rozhlednou, symbol naděje českého národa, neboť v jeho útrokách prý sídlí vojsko, které v čele se svatým Václavem přijde na pomoc našemu národu v nejhorších dobách.
- b) Hledáme město založené Karlem IV., významné především svými lázněmi. Lidé si oblíbili i bylinný likér, který se zde vyrábí, a velké kulaté oplatky, které se zde pečou. V létě se v tomto městě koná filmový festival.
- c) Hledáme město ležící na břehu řeky Dyje, plné historických památek, z nichž nejvýznamnější je rotunda sv. Kateřiny. Je to město vína a nakládání okurek.

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

Houbový kvíz

3. Houbařská sezóna je v plném proudu. Dokážete k obrázku přiřadit název těch nejznámější hub v ČR?

a)



b)



c)



Prázdninový kvíz

d)



e)



MUCHOMŮRKA ČERVENÁ / KOZÁK BŘEZOVÝ / KLOUZEK OBECNÝ
BEDLA VYSOKÁ / HŘIB HNĚDÝ

Mgr. Adéla Hillová

Šéfredaktor: Mgr. Petr Chlebovský

Grafická úprava, editace, příspěvky: tým pracovníků

Fotografie z Domova Korýtko: zaměstnanci Domova Korýtko

Řešení:

Kvíz:

1. **a)** lázně, **b)** most, **c)** klášter, **d)** skály, **e)** jeskyně, **f)** muzeum

2. **a)** Blaník, **b)** Karlovy Vary, **c)** Znojmo

3. **Houbový kvíz**

a) Klouzek obecný



b) Kozák Hřib



c) Hřib hnědý



d) Bedla vysoká



e) Muchomůrka červená

