Medelviny

„Stáří se nevysmívej - vždyť k němu směřuješ."

Menandros

2017

Milí příznivci a čtenáři. Dovolte mi, abych Vás úvodem přivítala a provedla naším již třetím číslem Medelovin. Ráda bych zde v těchto řádcích popsala vše, co jsme zažili, ale jenom co se rozpomenu, je těch vzpomínek tolik, že napsat je zde všechny, nebyly by to noviny ale kniha.

Třetí rok, byl rok velice turbulentní. Již po prvních dvou letech čistě organizační práce jsme se letos mohli soustředit nejen na pilování nastavených postupů, ale i díky některým nadačním projektům na tvorbu a výstavbu nových cílů zařízení. Než se společně pustím do letmého přehledu celého roku, ráda bych vzdala veliké díky všem, co se na společenských akcích podílejí.

Ať už se pro naše uživatele pořádá velká či malá akce, oslava narozenin nebo jen posezení u kávy, vždy je to velice náročné. Každý kdo kdy plánoval jen menší narozeninovou oslavu, ví, co vše je třeba obstarat.

Pokud pominu všechny ty standardní úkoly, jako jsou chystání občerstvení a výzdoba prostor, tak naše největší starost patří vždy v první řadě uživatelům. Naším přáním je, aby zrovna v den „D" byli v dobré fyzické kondici, psychické pohodě a klavně, aby si danou akci užili dle svých možností. Jelikož je uživatelů 37, a skladba je různá, ne vždy se toto naše přání splní. Nejdůležitější je vždy správné načasování společného setkání. Je třeba vzít v potaz denní režim a brát individuální ohled na potřebu odpočinku každého uživatele.

V okamžiku, kdy se rozhodneme, že nastala ona vhodná chvíle k setkání, je to vždy velká akce, do které se zapojují téměř všichni zaměstnanci. Většina našich uživatelů jsou ve své mobilitě omezeni a proto je dopomoc přesunout se do jídelny, či na jiné místo určení, vždy na personálu. A i když se nám celá tato malá akce povede, téměř vždy nastane situace, kdy minimálně jeden z uživatelů chce zpět na pokoj, či na toaletu, nebo jen prostě nechce sedět na místě, které mu bylo dnes vybráno. Ne vždy mají všichni náladu na společné oblečení a ne jednou se stalo, že oslavenec svou narozeninovou oslavu prospal…

Ale úsměv a spokojenost ve tváří našich uživatelů nás stále žene dál, vstříc novým zážitkům a společným chvílím.

2017

Již tradičně jsme začátek roku začali jak jinak, než dobrou zábavou…

Klobouková párty

2. 2. 2017 jsme pro naše uživatele uspořádali již třetí ples a to s názvem „Klobouková párty". K tanci a poslechu nám zahrál pan Rudolf Bobok na harmoniku. Tyto tradiční lidové písničky vykouzlily úsměv na rtu téměř všem. Společně jsme si pochutnali na námi připravených dobrotách. Přivítali jsme mezi námi i některé rodinné příslušníky. Závěrem proběhla tombola o malé dárečky. Všem, kteří přispěli jakýmkoliv dárkem do tomboly, děkujeme.

Vynášení Morany

7. března jsme se rozhodli, že společnými silami přivoláme jaro. Vytvořili jsme posvátnou Moranu, kterou jsme slavnostně zapálili a vhodili do řeky Ostravice. S Moranou jsme se zároveň rozloučili se zimou a doufali, že tímto už se společně budeme těšit jarnímu rozpuku.

<u>Ani letos jsme nezanedbali návštěvu solné jeskyně</u>

<u>a krátíme si zde zimní měsíce</u>

Očima dcery paní Boženky…

,,Před třemi lety jsem se ocitla ve vážné situaci. Stav mé maminky, paní Boženy Mertové, se natolik zhoršil, že já sama jsem ji již nezvládala opatrovat. Objela jsem mnoho zařízení a moje situace byla stále zoufalá, protože tyto zařízení byly nedůstojné. Jednoho dne mi známá zdravotní sestra poradila, ať se obrátím na Ostravici, kde se otevírá nové zařízení Medela. Zajela jsem tam a velice se mi tam zalíbilo. Prostředí bylo moc pěkné a personál také. Maminka se dožívá 93 let a za celou dobu si tam vytvořila kolem sebe své oblíbence a dokonce si tam našla i kamaráda Františka, který mě požádal o maminčinu ruku. Svatba se sice ještě neuskutečnila, ale není všem dnům konec.“

Zdenka Janíková, dcera.

2017

První kotlíkový guláš- výpadek elektřiny

Datovalo se 6. března a my jsme započali kotlíkovou sezónu. Pravda, nebylo to dobrovolně. Do této situace nás dostal problém s výpadkem elektřiny v našem zařízení, a to kvůli silné vichřici, která poničila rozvodnu vysokého napětí. Tato havarijní situace v distribuční síti ČEZ trvala dvě noci a dva dny. Téměř vše je v domově závislé na elektřině, a proto pro nás tyto dva dny byly jako velká táborová hra. Vrcholem bylo vaření prvního kotlíkového guláše, které jsme si nakonec díky pěknému počasí i užili. Doufáme, že vzhledem k poslání tohoto zařízení nebude řešení této svízelné situace v budoucích časech toliko zdlouhavé. Velké díky patří SDH Ostravice, za zapůjčení elektrocentrály.

Canisterapie v Domově Medela

Do domova Medela docházím na canisterapii se svou fenkou zlatého retrívra Cassie pravidelně už téměř dva roky. Pro mou práci je důležitá nejen souhra psovoda a psa, ale velmi pomáhá i celková atmosféra v zařízení. V domově Medela se pracovníci s osobním zájmem a nasazením snaží uživatelům zpříjemnit „podzim života" a tím přináší radost a důstojnost do života lidem, kteří potřebují a zaslouží si naší pomoc a péči. Právě tato příjemná pohoda domova se odráží i na naší canisterapii. Mám radost, že také já s Cassie můžeme přispět k dobré náladě a potěšit klienty, ale také pracovníky tohoto zařízení. Je příjemné pozorovat, jak blahodárně na uživatele působí přítomnost pejska, který jim přináší radost, když se spolu mazlí a zavzpomínají na své mazlíčky. Samozřejmostí je rovněž aktivizace uživatelů. Imobilní uživatele polohujeme a navodíme jim uvolnění, zklidnění a úsměv na tváři. Můj velký dík patří paní ředitelce Kateřině Valové a všem obětavým zaměstnancům, kteří v domově pracují a o své uživatele pečují, jako o členy vlastní rodiny. Jsme s Cassie rády, že do této velké rodiny patříme.

Za canisterapeutický tým paní Monika Žabková

2017

Má matka je nejdelší láskou mého života...

Návštěva Beskydských pahorků

V pondělí 19. června jsme uspořádali pro naše uživatele výlet na Pustevny. U kávy či chlazeného piva jsme zavzpomínali na túry a prožité trampské příhody a společně jsme se kochali nad přemírou krásy Beskydských vršků.

Pustevny

2017

Smažení vaječiny

Dne 8. června jsme společně s našimi uživateli uspořádali tradiční smažení vaječiny. Odpoledne nám přijely zpříjemnit děvčata z místního statku se svými koňmi. Našli se i odvážlivci, kteří se na svět podívali z koňského hřbetu. K poslechu nám přijel zahrát na kytaru pan Karel Tomančák, kterému tímto patří velký dík. Sluníčko nám přálo, a proto jsme společně poseděli až do podvečerních hodin.

Ráj dřevěných soch

Jsme moc rádi, že máme tak blízko tuto krásnou galerii místního řezbáře pana Luďka Vančury. Společně si zde zpříjemňujeme letní dny. Výhodou není pouze blízká dostupnost galerie, ale i její bezbariérovost a tedy možnost navštívit tuto galerii i s imobilními uživateli našeho zařízení. Galerie nám vytváří nejen poutní, ale zároveň i relaxační místo.

Narozeniny našich uživatelů

Společně oslavujeme narozeniny všech našich uživatelů. Aby jsem byla přesnější, tak narozeniny všech, kteří v Medele ať už žijí nebo pracují. Naši uživatelé se podílejí na pečení občerstvení, na výrobě jednohubek a chlebíčků. V rámci volnočasových aktivit vyvářší narozeninová přání a drobné dárky jako jsou například malované obrázky, drobné výrobky z proutí a podobně. Samozřejmostí je dort, na kterém nesmí chybět narozeninová svíčka. Posezení je zpříjemněno sklenkou oblíbeného pití a to ať už pivem, vínem nebo koňakem ☺

Na přání uživatele či rodinných příslušníků jsou oslavy zpříjemňovány hudebním doprovodem.

2017

Snažíme se vylepšit život seniorů v našem domově…

Již delší dobu jsme se zabývali otázkou, čím bychom zpříjemnili a zlepšili život našim seniorům. Rozhodli jsme se jít cestou, že chceme-li to vědět přesně, tak se přeci zeptejme přímo jich. Dali jsme tedy všichni hlavy dohromady a zjistili, že velkým přáním je mezigenerační setkávání s dětmi z mateřské školky a lepší křesla na pokoje. Ale tím největším snem našich seniorů byl zahradní altán. Tyto cíle byly nemalé, ale díky podpoře Nadace Veolia, Nadace ČEZ a Moravskoslezského kraje se nám v letošním roce povedly splnit.

Nadační fond VEOLIA

NADACE ČEZ

Moravskoslezský kraj

Zahradní altán

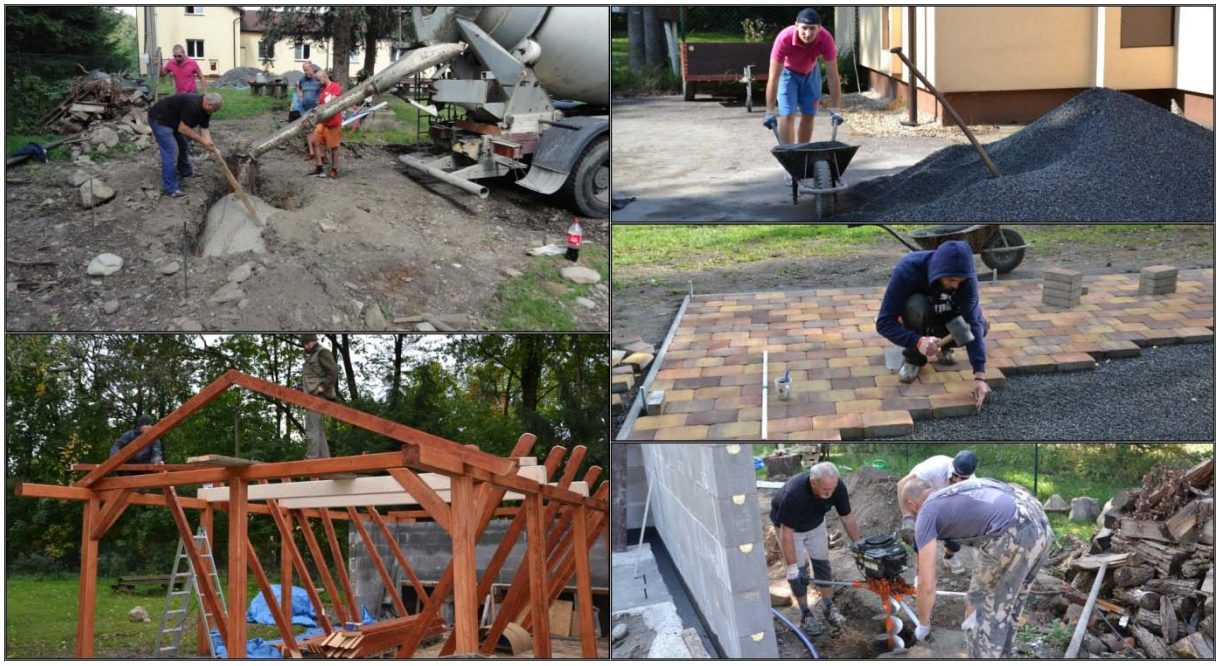
Díky podpoře nadace ČEZ se naše společné přání uskutečnilo a my mohli pro naše seniory postavit zahradní altán. Od napsání projektu v květnu letošního roku, až do nynější doby, kdy je altán téměř hotový, se toho hodně událo. Nejdříve jsme museli vše promyslet a dát na papír, přihlásit se a věřit, že to vyjde … A vyšlo to!!! Správní rada nadace ČEZ náš projekt vybrala a byl zahrnut do aplikace EPP pomáhej pohybem, kde nejen my a naši přátelé, ale různí lidé z celé republiky sportovali a přidávali nám touto aktivitou body, abychom dosáhli cíle a získali tak finanční částku 80.000,- Kč na vysněnou stavbu.

Poté už nás čekala tvrdá práce na samotné výstavbě. První na řadu přišlo kopání základů patek, nosných zdí a příprava pro zámkovou dlažbu. Na pomoc jsme si půjčili dvou tunový bagr, a mohlo se začít. Samotný výkop a odvoz zeminy trval téměř tři dny, jelikož půda byla tak vyschlá, že se vše neustále bortilo a pořád se hlína přisypávala zpátky do základů. Snažili jsme se zastavit bortění různým bedněním, ale bylo to marné. Vše čeho se člověk u kraje jen dotknul, tak se sesunulo. Po vydatnějším dešti se situace obrátila, zem se přestala bortit a my mohli pokračovat v práci. Dorazil domíchávač s 5 kubíky betonu a základy byly rázem hotové.

Po vytvrdnutí přišla na řadu zadní nosná stěna, která tvoří závětří a bude na ní postaven krb. Souběžné s touto zdí se začalo s usazováním patníků a poté navážení štěrku pod zámkovou dlažbu. Štěrk se pro nás v té době stal noční můrou, jelikož se ho ručně v kolečkách navozilo více než 16 tun… Po udusání štěrkového podloží přišla na řadu samotná pokládka dlažby, které jsme se trochu báli, jelikož jsme v tomto oboru nebyli nikdo z nás

kovaní, ale finální výsledek dopadl opravdu dobře. Vše betonové jsme tedy měli hotové a mohli se pustit do druhé části.

Nyní pro nás začala ta krásná, inspirativní, příjemně vonící, leč nekonečná práce se dřevem. Všechno dřevo jsme ohoblovali, zkosili hrany a poté ještě přebrousili pásovou bruskou, aby bylo na dotek pěkně hladké a na pohled dokonalé. Poté přišla ta nekonečná práce s natíráním impregnací a dvou vrstev barvy. Hlavním nepřítelem pro nás bylo počasí. Jelikož dřeva bylo takové množství, že když se při natírání rozprostřelo na uschnutí, zabralo téměř polovinu parkoviště před domovem a nebylo jej jak schovat před deštěm, který by veškerou práci rázem přivedl vniveč.



I tak jsme se všemi těmito strastmi statečně poprali a s natřeným dřevem jsme se mohli pustit do finální stavby. Nakoupila se hromada šroubu, závitových tyčí a dalšího spojovacího materiálu, nachystaly se pily, vrtačky, frézy, brusky, dláta a šlo se na to. I když nás počasí opět zlobilo častým deštěm, tak během třech týdnů jsme měli altán pevně postavený a zakrytý střechou. Ještě chybí dostavět krb a dát šindel na střechu, ale to už s příchodem paní zimy necháme na jaro, kdy poté bude slavnostní otevření. Veškerý postup prací jste mohli sledovat na našem webu a Facebooku ve foto galerii.

Vzhledem k tomu, že celý altán jsme od základu dělali svépomoci s velkým přispěním rodinných příslušníků našich zaměstnanců a navíc jsme museli zvládat i veškeré celoroční pracovní povinnosti, tak si myslím, že výsledek stojí za to a pro naše seniory bude na jaro tím opravdovým splněným snem.

Všem, kteří se na stavbě podíleli, patří právem velké díky!!!

Petr Valový, technický ředitel

2017

Podzimní dožínkové slavnosti a mezigenerační setkání s dětmi z MŠ Janáčkova

Za podpory Nadace Veolia a projektu Stále s úsměvem, jsme v pátek 6. 10. uspořádali Dožínkové slavnosti. Program této krásné akce byl rozdělen na dvě části a to dopolední program v rámci mezigeneračního setkávání s dětmi z MŠ Janáčkova z FnO a odpolední pro seniory, rodinné příslušníky a přátele.

Dopoledne děti a senioři tvořili obrázky pomocí razítek z brambor, zpívali, stříkali barvy na plátno a společně tak vytvořili krásný obraz. Po obědě následovalo čtení do ouška, kde pohádku předčítali pan Antonín s paní Boženkou a děti pozorně naslouchaly.

Odpolední program zahájilo vystoupení děti z folklórního souboru Gruník s krátkým pásmem na oslavu podzimní sklizně. Všem se představení velice líbilo. K tanci a poslechu nám až do podvečerních hodin krásně hrál cimbálový spolek Slezan.

K tomu jsme si pochutnali na kotlíkovém guláši, domácích koláčcích, grilovaných hermelínech, Ostravickém pivu a zahřáli se výborným punčem. Na mini jarmaku si mohli všichni prohlédnout a zakoupit výrobky našich seniorů, které v rámci volnočasových aktivit tvoříme. Nabídka byla široká od perličkových andílků, šitých zvířátek až po pampeliškový med či křížaly. Po celou dobu akce byla s námi paní Monika Žabková s fenkou Cassie, kteří k

nám docházejí na canisterapii. Pejsek potěšil přítomné svou milou povahou a my se s ním mohli pomazlit.

Nepřízeň počasí a déšť nám sice znemožnilo využít projížděk koňským povozem po okolí, ale za to jsme byli rádi za suchý úkryt ve stanu od obce Ostravice.

Na závěr patří poděkování všem zaměstnancům, kteří se na této povedené akci podíleli, nadaci Veolia, obci Ostravice za podporu, zapůjčení stanu a pomoci při jeho stavbě, všem účinkujícím a hlavně Vám všem, že jste si udělali čas a prožili s námi toto sváteční odpoledne.

Nadační fond VEOLIA

Mateřská škola

www.vjednevterine.cz

Vzdělávání zaměstnanců

V letošním roce byly z projektu Moravskoslezského kraje a programu na podporu zvýšení kvality sociálních služeb poskytovaných v Moravskoslezském kraji na rok 2017, podpořeny dva naše projekty

1. *Odborné vzdělávání zaměstnanců a managementu sociálních služeb*

Vzdělávání zaměstnanců je velice důležité, právě pro náročnost práce v sociálních službách. Vzdělávání se aktivně věnujeme každý rok. V letošním roce jsme díky podpoře Moravskoslezského kraje mohli realizovat 7 odborný kurzů. Dva kurzy byly pro zdravotní sestry, dva pro vedení domova a tři kurzy byly pro všechny zaměstnance domova a pečující personál.

Prvním z nich byl s tématem ***Pokojná smrt, její akceptace a základy komunikace***, Toto těžké téma jsme vybrali z důvodu, že se ním setkáváme, i když společností je tabuizováno. Je těžké brát život se vším, co nám dává a bere. Je třeba si plnit sny a pak i smrt a téma o ní bude přijatelné. Je to totiž přirozená součást života. V životě plníme spoustu přání, ale umíme splnit i to poslední? Nikdo z nás nechce být v tuto poslední chvíli sám.

Dalším certifikovaným kurzem byl kurz ***Proměny stáří a geronto-oblek***, *který* účastníky seznámil aktivně a na“vlastní kůži“ s tím jak se cítí senior, který už se špatně hýbe, špatně vidí, špatně slyší a to pomocí speciálního obleku a doplňků k němu, které nám znesnadnily pohyb, zhorší zrak a otupí sluch. Geronto-oblek simuluje vysoký věk, nad osmdesát let. Výrobci mu říkají Gert. Základem je vesta, která má 15 kilogramů, další kilová závaží jsou kolem zápěstí a ještě o něco těžší na nohou. Kolena i lokty jsou zafixovány. Stejně tak krk pomocí

límce. Na hlavě máme brýle a na uších sluchátka. Na ruce navíc oblékáme speciální rukavice. Pomocí malých elektrošoků zažíváme, jaké to je, když se nám neustále třesou ruce. I když je tato simulace velice propracovaná, co necítíme, jsou bolesti, které senioři ve vyšším věku mají. I tak, si ale odnášíme velké pochopení…. Připadali jsme si jako ve vězení svého vlastního těla. Slyšíte velmi špatně, nevidíte toho moc a navíc se sotva hýbete. Aby to nebylo tak jednoduché, byly před námi jednoduché úkoly. Dojít si na WC, vyjít a sejít schody, projít se po chodbě do vedlejší místnosti nalít vodu. Každý měl sebou oporu – pracovníka, který ho prováděl i tak doufáte, že Vám někdo řekne, na co dát pozor. Pořádně nevidíte na dveře, natož jestli nezakopnete o práh. Jsme zvyklí neustále někam spěchat. V geronto-obleku si ale člověk příliš pospíšit nemůže. Výborný prožitkový kurz!

Posledním velkým kurzem, který se konal přímo v našem zařízení, byl kurz ***Základy manipulace a škola zad***. Během kurzu si všichni účastníci aktivně vyzkoušeli jak správně polohovat a přitom šetřit i své vlastní zdraví, tedy záda. Unikátnost tohoto školení je v tom, že spojuje poznatky z vědeckých konceptů péče (např. bazální stimulace, kinestetická mobilizace, validace).

2. *Pořízení materiálně-technického vybavení pro domovy se zvláštním režimem.*

V projektu pořízení materiálně-technického vybavení pro domovy se zvláštním režimem, podpořeného z Moravskoslezského kraje, se jedná o nákup polstrovaných zvýšených židlí s opěrkami rukou, geriatrického křesla, elektrického zvedáku a stavěcího křesla, inhalátoru a výmalbu pokojů a společných prostor domova.

Kateřina Valová, ředitelka domova

2017

Lampiónový průvod

Během podzimního období jsme uspořádali lampionový průvod. Zorganizovat nějaký program pro naše uživatele není vůbec jednoduché. Nejdůležitější je individuální přístup ke každému uživateli, počínaje navrhnutím programu, konče přípravou na danou aktivitu. Také nám musí přát počasí, což bývá obtížné. Pro tentokrát bylo počasí ideální, podzimní sychravost voněla příslibem teplého svařeného vína.

Od rána jsme přemýšleli, kolik uživatelů na procházku můžeme vzít, vždy musíme myslet na to, jestli někdo není nemocný nebo v psychické nepohodě. Často se stane, že v poslední chvíli si někdo výlet rozmyslí. My ale víme, co mají radí a někdy malý úplatek pomůže, například slíbena kávička či pivo.

I když bychom chtěli vzít všech 37 uživatelů je to nereálné, protože téměř všichni uživatelé jsou ve své mobilitě omezení a potřebují asistovaný doprovod. Tentokrát se nám ale povedlo vzít 8 zcela imobilních uživatelů, kteří měli velkou radost, že se průvodu zúčastnili.

Příprava a na procházku zabere nějaký čas. Občas se stane, že uživateli pomůžete se obléci a než dokončíte pomoc vedle, sám se opět svlékne a čeká, co bude dál. Momentální práce je vniveč. Ale ani tohle nás neodradí.

Společně jsme se vydali na podzimní cestu a slíbené pivo, pulečku a kávu do blízkého hotelu Hamr. Zde nás přivítal samotný majitel, který nám zatopil v krbu a tím vytvořil kouzelnou atmosféru. Usadili jsme, objednali si to, na co jsme momentálně měli chuť a povídali si. Dokonce došlo i na zpívání ☺ Bylo to velice příjemné posezení.

O pár hodin později jsme se vydali na cestu zpět do domova. Temnou cestu nám osvětlovaly naše vlastnoručně vyrobené lampióny. Vždy nám udělá radost, když vidíme, že se něco povedlo a naši uživatelé se spokojeně usmívají.

Nikola Malinová,

vedoucí pracovnic přímé obslužné péče

2017

Ježíškova vnoučata

„Ježíškova vnoučata" překrásný projekt na podporu a vykouzlení úsměvu seniorům. Letos jsme náš domov přihlásili také. S našimi uživateli doufáme, že společně pomůžete jejich tajná přání splnit...

Vzhledem k tomu, že jedno naše přání již splněno být nemůže, společně s nadací jsme se dohodli, že tento malý sen alespoň podpoříme vzpomínkovou mší, za kterou děkujeme...

2017

Důležitost kontaktu s rodinou

„Vánoce, svátky klidu a míru, přicházejí…“, takto nás bombardují všechna média už minimálně měsíc. „Zastavte se a zamyslete…“, slyšíme od rádoby duchovních rádců. Kdo na to má ale dneska čas? Vánoce už dávno nejsou klidné a o míru nemluvě. Od stvoření prvního nákupního centra zabírajícího půl města, jde spíše o Vánoce plné stresu, nákupní horečky a naštvaných obličejů. Kde se vytratily úsměvy? Každý z nás je přece má, otázkou je, proč je nenosíme? Vždyť nastává tak krásné období roku. Příroda se také uklidňuje, uspává zvířata, zkracuje den. Ideální čas poslechnout její nevtíravé rady a zpomalit také. Zvolněte. Zvolněte alespoň na chvíli. Chvíli, kterou potřebujete k dočtení Medelovin, protože my vás také nemůžeme ošidit o ten vzácný okamžik zamyšlení se nad hříchy, které jsme v tomto roce spáchali, kolika lží jsme se dopustili, nad množstvím výčitek svědomí, které nás pronásledují, kdekoli se hneme. Stálo nám to všechno zato? Určitě se ptáte, proč se zamyslet tak negativně. Ano, všichni vybízejí ke zhodnocení svých úspěchů, já vás chci přinutit k opaku, protože i toto nás posouvá dál. Kdo si dneska sám sobě bez mučení přizná, kolika lidem nepomohl a přitom stačilo málo, kolik pohlazení nevěnoval blízkému, kolika lidem neopětovat úsměv nebo pozdrav a z jakého důvodu? Kam se ženeme? Jak můžeme dopustit takovéto pošlapání mezilidských vztahů? Proč se vše snažíme obrátit jen ve svůj sobecký prospěch? Je na svědomí každého z nás, jak hluboko jsme schopni si do něj sáhnout a moralizovat sami sebe. Od toho tady nejsem. Jen jsem si přála na úvod navodit trošku jinou atmosféru, než jen známými klišé ala „Vánoce přicházejí, radujme se.

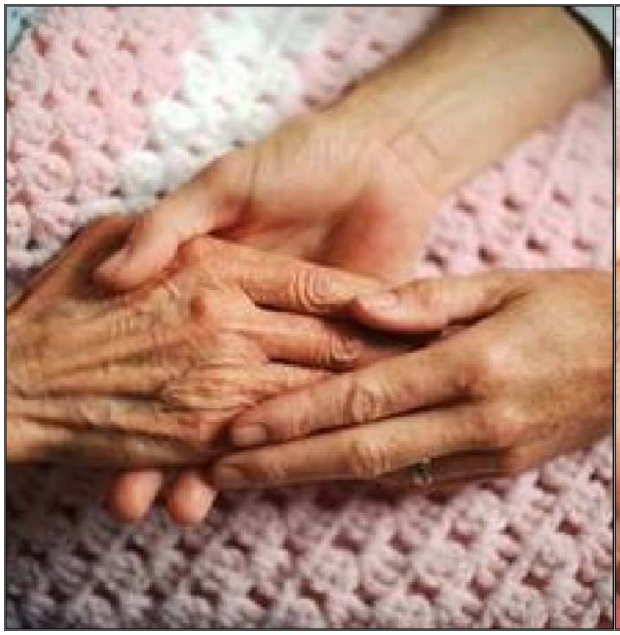
Přemýšlím nad tím, jak to, že připadá „zamýšlecí doba“ zrovna na Vánoce a konec roku? Hodnotit své skutky a chování bychom měli neustále. Není to trošku málo, chytit hlavu do rukou a udělat si svou vlastní inventuru pouze v prosinci? Možná právě pro tu vánoční atmosféru, díky níž jsme si tak nějak blíže, hledáme cestu zpátky jeden k druhému. Škoda, že se to děje jen jednou ročně! Zkuste zavzpomínat se svými rodiči na společně prožité Vánoce, vzácné to chvíli, upečte si cukroví, které vám připomene dřívější léta, kdy ještě byli plní sil. A vůbec, proč to nezkusit i kdykoli během roku, o narozeninách, Velikonocích, datech významných pro vaši rodinu. Vzpomínat se dá kdykoli, a to je přesně to, co vaši blízcí žijící v Medele potřebují. Chytit za ruku, připomenout ty zvláštní okamžiky, vzpomínky si v paměti pořád nosí, i když uschovány dost hluboko na to, aby je dokázali sami vyzvednout na povrch, oprášit a znovu si je prožít. A dělejte to kdykoli se vám zlíbí. Věřím, že pracovní vytížení a další starosti současné uspěchané doby vám to znemožňují, dvacet čtyři hodin za den je tak krátkou dobou na všechno to, co si přejete stihnout. Ale jsou to vaši rodiče, jediní, které máte, nikdy už nebude možné vrátit čas, který s námi na tomto světě ještě pobudou.

Lidé pracující v zařízeních podobných tomu našemu, to dělají denně. V Medele nemá nikdo v pracovní náplni psáno, chovat se k uživatelům stejně starostlivě jako k vlastním rodičům, a přesto to z nezištných důvodů dělají. Někdy i ruka cizího člověka dokáže pohladit

tak láskyplně, ale nikdy nedokáže nahradit ruku blízkého, člena rodiny. Jak můžeme dopustit to, že se musí někteří smířit s vědomím, že ruka blízkého se chová mnohdy hůře než ruka cizího. Bohužel se to začíná stávat běžnou krutou realitou.

Už pár měsíců jsem pyšnou matkou neuvěřitelné a krásné holčičky. Staráme se o ni s manželem, jak nejlépe to umíme. Nejsem asi nejmodernější matkou, proto stále peru plíny, aby mé děťátko mělo celé dny zadeček pohodlně zabalený. Měním krémy co 14 dní, protože stále žádný nevyhovuje, uspávám tak, aby cítila mou blízkost, v noci stále sleduji, zda je vše, jak má být, při každém jejím kviknutí. Teď potřebuje mou péči ona. Přijde však čas, kdy se naše role změní, a já věřím, že mi všechno toto bude moci vrátit. Ne proto, že bude muset, ale proto, že bude sama chtít. Ano, je rozdíl přebalit plenku maličkému dítěti nebo vyměnit babičce inkontinenční pomůcku, jak se té pleně odborně říká proto, abychom do jisté míry udržovali její důstojnost. Je to rozdíl a obrovský, ale jen v tom jediném úkonu, stále ho provádíme u někoho, koho milujeme a záleží nám na tom, aby se cítil v rámci možností, co nejlépe. V drogerii trávím dvakrát delší dobu než dříve. Nekoupím první krém, který vidím ve slevě nebo podle líbivého obalu. Dám si tu práci a přečtu si, co vlastně obsahuje. Myslíte si, že je rozdíl také v nakupování pro miminko a babičku? Není, oba potřebují vzhledem ke svým potřebám něco speciálního. Gerontologové by mi „dali za uši“ za takové srovnávání dětí a seniorů, které je z jejich pohledů až nevhodné. Mladý život se rozvíjí, starý se uklidňuje a slábne, ale jen proto, že nám ze sebe za celou dobu jeho trvání vydal to nejcennější, co mohl, svůj čas a energii. Snažme se pro něj udělat minimálně to samé.

Mgr. Jitka Kubačáková, sociální pracovnice



Někteří lidí vstoupí do našeho života a po čase odejdou, aniž by zanechali jakoukoliv stopu. Někteří zůstanou jen chvíli, ale přesto navždy změní náš život.

2017

Vánoční jarmark

Přijměte pozvání na náš Tradiční Vánoční jarmark. Přijďte nasát vůni a atmosféru Vánoc. Začátek jarmarku bude zahájen hudebním vystoupením skupiny Cherchez la Femme.

Připravili jsme si pro Vás pestrou nabídku výrobků uživatelů našeho domova Medela-péče o seniory o.p.s. S uživateli v rámci volnočasových aktivit tvoříme nejrůznější výrobky. Toto tvoření napomáhá k navrácení pocitu začlenění „někam patřím". Také posiluje jemnou a hrubou motoriku ale hlavně vytváří dobrou náladu a úsměv na tváři :-)

Připraveno bude tradiční Vánoční cukroví a na zahřátí voňavý alkoholický i nealkoholický punč.

Poděkování Medele

Když byla moje maminka Marie Dobiášová přijata po hospitalizaci v nemocnici, pak LDN a následně na sociálním lůžku do vašeho domova, měli jsme obavy z další změny. Z předchozích zkušeností jsme zjistili, že každá změna negativně ovlivňuje její zdravotní a psychický stav. Hned první den převozu na nás příjemně zapůsobilo starostlivé a téměř rodinné přijetí personálu. Přesto jsme odcházeli s obavami, jak to maminka přijme.

Druhý den, kdy jsme maminku přijeli navštívit, nás přivítala s úsměvem. Z její reakce bylo znát, že se v novém prostředí cítí příjemně a spokojeně.

Když za maminkou přijedeme na návštěvu, vítá nás srdečný a usměvavý personál, na chodbách je slyšet

smích a prozpěvování. S upřímným zájmem nám sdělují, co s maminkou zažili a v čem dělá pokroky. Přestože je maminka ležák, snaží se ji brát na různé akce, které Medela pro své klienty pořádá, a mamince se to očividně líbí. Při jedné z návštěv nás maminka, která se právě vrátila z Dožínkových slavností, přivítala větou: "Tu je dobře, měli byste se tu nastěhovat," což mluví za vše.

Je vidět, že jsou zde lidé na pravém místě, kteří tak náročnou a ne vždy veselou práci dělají srdcem, ke svým klientům se chovají přátelsky a obětavě a vytvářejí jim tak atmosféru domova, za což je velmi obdivujeme, vážíme si jich a děkujeme za péči, kterou mamince i ostatním seniorům věnují.

Rodina Vachalova

Co říci závěrem …

Říkala jsem si, že psát úvodník je nejhorší. Jednak ho nikdo moc nečte a pak co vlastně napsat, aby to bylo zajímavé čtení. To jsem netušila, jaký nelehký úkol mne letos čeká … a to napsat něco na závěr našich Medelovin. Jsem velice ráda, že tyto naše noviny vycházejí pravidelně už třetím rokem a to vždy v období Vánoc k příležitosti našeho krásného Jarmarku. Dalo by se říct, že je to již tradice.

Já si dovolím nyní touto cestou poděkovat všem našim zaměstnancům, a to nejen za jejich přístup k práci, ale také ochotu a laskavou péči, kterou dávají seniorům v těžké životní situaci. Tato práce není lehká, mrzí mne, že společností je tolik opomíjená a degradována. Je velice náročné, jak fyzicky, tak psychicky pečovat o osoby s duševním onemocněním, s vědomím, že zde uzdravení nepřichází. Alzheimerova choroba či demence není náročná jen pro pečující, rodinu, a okolí, ale hlavně pro tu danou osobu, která s touto nemocí tráví všechen svůj čas. Myslím si, že si nikdo nedovedeme představit jaké to je, být ztracen ve svém vlastním světě, blouznit, nikoho nepoznávat, nevědět kde jsme a být jen odkázán na pomoc druhých …. Z toho plynou velice často pocity beznaděje, deprese, úzkosti ale také i agrese.

Toto všechno si snažíme denně při naší práci uvědomovat, proto personál pravidelně školíme a pro seniory se snažíme získat finanční prostředky na volnočasové aktivity, mezigenerační setkávání zapojením do nejrůznějších projektů. Kde vidíme prostor pro zlepšení, je oblast dobrovolníků. I když jsou v našem zařízení velmi vítáni a každá jejich

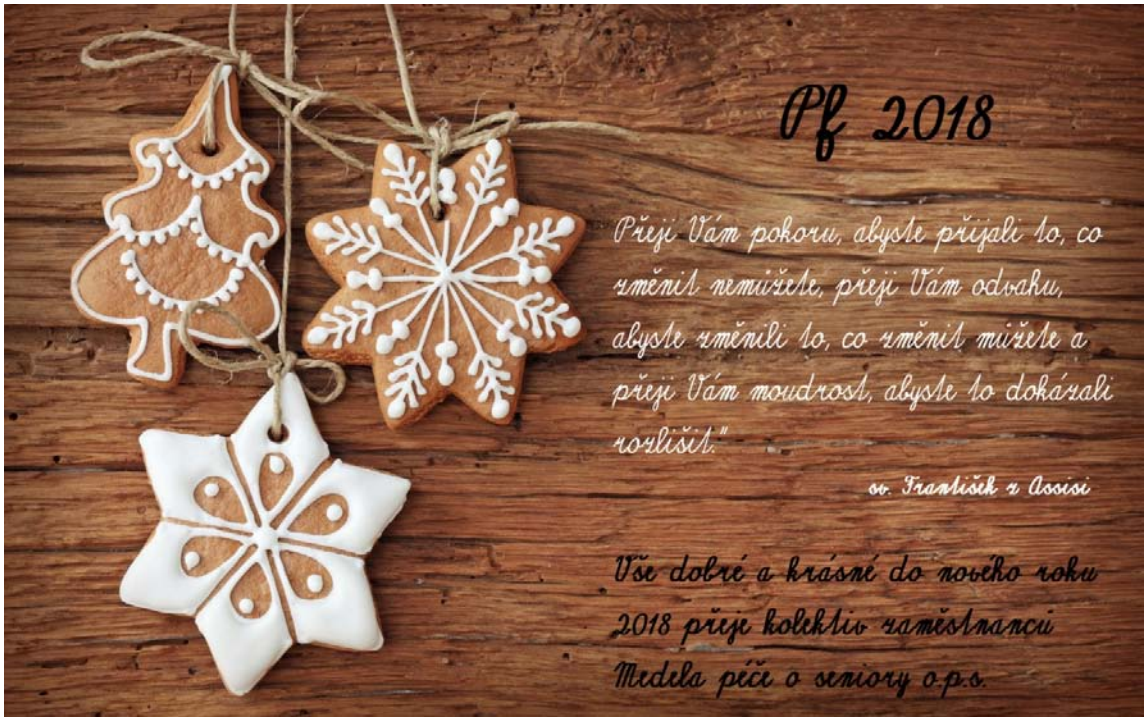
návštěva je nezapomenutelná, je jich jako společníků bohužel velký nedostatek. Přitom jde o trochu volného času, kterého je ovšem v dnešní uspěchané době velmi málo a empatii. Teď Vás nejspíše napadá otázka: a co bych tam s takovým duševně nemocným někdy depresivním člověkem dělal, dělala? Je to úplně jednoduché, stačí přítomnost. Prožít přítomný okamžik, zastavit se, být chvíli tady a teď. Přečíst pár stránek z knihy, časopisu, zahrát si člověče nezlob se, karty, jít na zahradu a společně třeba poslouchat zpěv ptáků …

Přála bych si, abychom se nejen v tomto předvánočním čase všichni na chvíli zastavili, popřemýšleli a nadechli se a následně vykročili tou správnou nohou…

Přeji Vám, ať do roku 2018 vstoupíte optimisticky a s elánem. Nezapomínejte žít, protože život je krásný, ale krátký a prostor na reparát není…

Nejvíce člověk lituje toho, co neudělal, já Vám všem přeji, ať nikdy nemusíte litovat

Kateřina Valová, ředitelka domova



Novinami Vás provázela vrchní sestra Bc. Iveta Zielonková...