



POMNĚNKA

Vydání 9
květen 2024



SeneCura SeniorCentrum Kolín
ŽIVOT POKRAČUJE S NÁMI

Obsah

| | | |
|---|---|----------------|
|  | Slovo ředitelky | 3 |
|  | Mini školení | 4 |
|  | Představujeme | 5 - 11 |
|  | Psaní od srdce | 11 |
|  | Nové tváře mezi pečovatelkami | 12 |
|  | Představujeme - pokračování | 13 |
|  | Spolupráce se školami | 14 |
|  | Kdo nás navštívil | 15 - 16 |
|  | Spolupráce | 17 |
|  | Hudební akce v SeniorCentru | 18 - 19 |
|  | Módní přehlídka První republika | 20 - 21 |
|  | Senior band | 21 |
|  | Letem rokem v obrazech | 22 - 24 |
|  | Gurmánský týden | 25 - 26 |
|  | Letem rokem v obrazech - pokračování | 27 - 29 |
|  | Den ošetřovatelů a sester | 30 |
|  | Závěr | 31 |



ÚVOD – slovo ředitelky

Vážení čtenáři,
nyní držíte v ruce další pololetník našeho časopisu Pomněnka.

Slovy jednoho zpěváka, z písně, kterou zpíval: „Čas běží jako bláznivý, nechytím ho, ani Vy“, jsme se přehoupli do dalšího pololetí.

Pro mne, z vyprávění mnohých z Vás vím, že toto máme společné, je to období nových začátků, těšení se na sluníčko, jarně rozkvetlé stromy, pampelišky, které odkvetly tento rok o dost dřív, než jiné roky. Vůbec nevadí, že jaro přišlo o trochu dřív, doufejme, že aktuální Ledoví muži nám již neudělají žádnou neplechu.

Každým dnem se u nás na domově děje tolik věcí a jsem tomu moc ráda, protože domov žije a je to díky Vám, klientům, Vaším rodinám, našim kolegům a personálu.

Jsem velice potěšena, že se rozrůstá naše velká rodina z řad rodinných příslušníků klientů, kteří nevidí jen své blízké, ale dokážou vtáhnout svým zapojením i další klienty. Udělají nám vystoupení, nebo přinesou doma vyráběnou bezinkovou šťávu, potěší zpěváky na závěr čtvrtěčních zpívání „štamprdlíčkou“ likéru.

Jeden ze synů naší klientky pomáhá se zpracováním tohoto časopisu. V jednom dni na oslavu Filipojakubské noci jsme zde měli děti zaměstnanců, aby tento svátek s námi oslavili. I to je známka toho, že si to děti chtěly nejenom užít, ale chtěly si to užít společně s Vámi všemi.

Je toho ještě mnohem víc, ale o tom se dočtete v tomto čísle.

Přeji pěkné počtení.



Hana Máchová



Mini školení – Základy bazální stimulace

V SeneCura myslíme na to, abychom stále zlepšovali námi poskytovanou péči. K tomu samozřejmě patří i pravidelná školení v různých oblastech. Když byla v našem domově expertka péče Mgr. Andrea Kopalová, využili jsme této příležitosti ke krátkému zážitkovému školení na téma Prvky bazální stimulace. Vyzkoušeli jsme si doslova na vlastní kůži, jak dotykem potěšit nebo ulevit našim klientům, zejména těm dlouhodobě upoutaným na lůžko.



DRUHY STIMULACÍ

Somatická stimulace

Základním prvkem je dotek, který je nejjednodušší a přirozenou formou neverbální komunikace.



Zraková stimulace



Sluchová stimulace



Orální stimulace



Čichová stimulace



Hmatová stimulace



Vibrační stimulace

Vibrace umožňuje vnímat celým tělem.



Představujeme

Ján Halama - farář, který dochází do SeneCury

Čím jste chtěl být jako malý?

Myslím, že jsem měl v srdci kněžské povolání už od chlapce, brzy jsem začal ministrovat.

Co vás přivedlo na cestu stát se duchovním?

Myslím, že tam bylo více věcí. Moje první vědomá zkušenost z kostela, kdy mě jako malého chlapce něco vznešené proniklo, když jsem viděl ten „oblouk“ nad oltářem. Další podporou mého povolání bylo to, že jsme byli jako rodina všichni praktikující věřící, a i přes vyhrožování ve škole, že se nedostanu na střední školy, jsme denně chodili do kostela. A třetí věc, která měla vliv na mě bylo to, že vícero mladých kluků přede mnou šlo do kněžského semináře. K dnešnímu dni je nás sedmnáct žijících kněží pocházejících z mé rodinné vesnice.

Kudy vedla Vaše cesta do Kolína?

Pocházím z Teplicky nad Váhom u Žiliny. Jsem katolickým knězem a členem misijní Společnosti Božího Slova. Být misionářem znamená být otevřený sbalit se a jít tam, kde mě potřebují. V roce 2015 jsem byl na ročním kurzu v Anglii, když mi můj představený napsal, že by mě viděl po návratu v České republice. Od ledna 2016 jsem začal pracovat v Praze a od července 2016 jsem nastoupil jako farář u sv. Bartoloměje tady v Kolíně.

Přeji všem klientům Senecury, aby neustále rozvíjeli to, co dostali od svých rodičů jako základ, tj. víru. Nikdy není pozdě vrátit se k tomu, co je pro život zásadní.

Ať se jim tady líbí a najdou si dobré kamarády a kamarádky.



Představujeme

Jiří Jiřík – šéfkuchař

Čím jsi chtěl být jako malý kluk?

Když jsem byl malý, chtěl jsem být popelářem. Později, když jsem šel do školy, mě velmi ovlivnil můj strýc, který byl kuchařem. Vždy mi říkal, že i když je bída, tak se aspoň v práci dobře najím. Ale nějak mi zapomněl říci, že je to pořádná dřina, která se musí dělat s láskou. To jsem pochopil, až v době, kdy jsem se snažil s manželkou dobře zabezpečit rodinu.

Jak dlouho pracuješ v Senecuře a jak ses dostal k této práci?

V Senecuře pracuji od 1.9.2017. Po 15 ti letech práce v restauracích a hotelech jsem chtěl vyzkoušet něco nového, co dává nějaký smysl.

Co tě na této práci baví a co tě štve?

Na této práci pro naše klienty a zaměstnance mě baví hlavně to, že člověk hned vidí, jak jim chutná a jak jsou spokojeni. I když ne všem se člověk zavede, 100 lidí = 100 chutí. Jen mi vadí nedostatečná synchronizace činností a přístup některých zaměstnanců ke svým povinnostem, což hatí snahu ostatních, kteří svoji práci vykonávají zodpovědně a pečlivě.

Za co jsi dostal ocenění od Senecury?

Ocenění jsem dostal díky návrhu zaměstnanců našeho domova asi proto, že kuchyň funguje díky dobrému kolektivu tak jak má. I když jsem někdy ostřejší ve vyjadřování, snažím se všem pomáhat, nebo poradit, pokud je to v mých silách.

Ocenění SeneCura Award je udělováno zaměstnancům za neobvyklé individuální úsilí a přínos nad rámec jejich pracovní náplně. V roce 2023 byl za SeniorCentrum SeneCura Kolín nominován právě Jiří Jiřík.



Představujeme

Jitka Ježková, DiS. - asistentka ředitelky/recepční

Jmenuji se Jitka Ježková a do SeneCury jsem nastoupila koncem února na pozici Asistentka ředitelky/recepční. Bydlím na vesnici na dohled od Kolína a jsem maminkou tříletého chlapečka. Vystudovala jsem Obchodní akademii v Kolíně. Poté jsem studovala personalistiku a management na Vyšší odborné škole v Čáslavi.

Bezmála 18 let jsem byla zaměstnankyní britsko-japonské společnosti, kde jsem si vyzkoušela několik pracovních pozic. Po většinu času jsem pracovala jako personalistka a mzdová účetní.

Volný čas mi vyplňuje rodina, přátelé, hudba, čtení, historie, výlety do přírody. Ráda, společně se synem, ale i sama, tvořím. Trávím i čas na zahradě, nejen odpočinkem, ale i pěstováním zeleniny a bylinek. Mám ráda sport, momentálně spíše pasivně, aktivně si občas zacvičím pilates. Mým velkým koníčkem je cestování, jak po tuzemsku, tak do zahraničí. Chtěla bych si splnit ještě několik cestovatelských snů, např. navštívit Island či třeba Japonsko.



Představujeme

Mgr. Michaela Veselá – staniční sestra

Vystudovala jsem Střední zdravotnickou školu v Kolíně, kde začala moje cesta zdravotní sestry. Bakalářské studium v oboru Ošetřovatelství jsem absolvovala na vysoké škole v Praze, kde jsem měla studium prvního ročníku zaměřené na péči o seniory a už tehdy jsem věděla, že je mi tato věková skupina velice blízká.

Poté jsem vystudovala na Vysoké škole psychosociálních studií obor Sociální práce a komunikace v kombinaci s aplikovanou psychoterapií, kde jsem získala zkušenosti v oblasti lidských vztahů, porozumění nejen tělu, ale i duši. Pracovala jsem 5 let jako zdravotní sestra na dětské psychiatrii v Thomayerově nemocnici a 6 let jako stomatologická sestra v soukromé ambulanci. Poté jsem byla na mateřské dovolené 6 let se třemi dětmi. Po mateřské jsem nastoupila do Senecury, kde jsem už krásných 15 měsíců. Je to moje první pracovní zkušenost v sociálních službách. Po roce práce na našem domově jako všeobecná zdravotní sestra jsem dostala příležitost nastoupit na pozici staniční sestry a je to pro mě veliká výzva.

A doufám, že budu moci přispět k tomu, aby se u nás klienti cítili dobře. Kromě pozice staniční sestry mám také na starost hojení ran a defektů. Ráda za sebou vidím dobře odvedenou práci, přátelskou atmosféru a spokojeného klienta. Práce se seniory mě obohacuje všemi směry a velmi mě baví jejich zajímavé životní příběhy. Ráda s nimi zpívám a povídám si o životě, aby i převaz ran byl příjemným lidským setkáním.

V soukromém čase trávím čas se svou rodinou, miluji přírodu a vůni lesa, spánek a čtení knih.

Mám ráda country hudbu, pssst.



Představujeme

Nikola Rybářová – rehabilitační sestra

Již od mala bylo mým snem starat se o lidi, kteří mou pomoc potřebují. Můj sen jsem si začala plnit studiem Střední zdravotnické školy, které jsem zdárně dokončila a stal se ze mě zdravotnický asistent.

Po absolvování studia jsem pracovala v Thomayerově fakultní nemocnici na chirurgickém břišním oddělení, jako zdravotní sestra. Strávila jsem zde tři roky a současně s tím jsem absolvovala několik navazujících vzdělání v rámci chirurgie.

Záleželo mi ale i na mém zdraví a kondici. Začala jsem proto ve volném čase chodit do posilovny. Nejdříve to pro mne byl spíše takový relax, kde

jsem vstřebávala adrenalin z nemocničního oddělení. Později, po pár měsících, jsem nasbírala dostatek zkušeností a po konzultaci s trenérem jsem se rozhodla začít soutěžit v silovém trojboji a později v body fitness. Pečlivá příprava mi přinesla druhé místo v amatérském silovém trojboji a později i v kulturistické soutěži Golem.

Po sportovních a pracovních úspěších jsem strávila celkem čtyři roky na mateřské dovolené, protože se mi krátce po sobě narodily děti, syn Kristian a dcera Valerie. Krásné období pořád trvá, ale když byly děti jen trošičku starší, rozhodla jsem se lidem pomáhat dál. Tentokrát jsem se starala jako osobní asistent o lidi s fyzickým handicapem a seniory pro společnost HEWER. Zajišťovala jsem jim možnost zůstat co nejdéle v domácím prostředí.

Pak se ale objevila možnost, spojit sportovní zaměření se zdravotním a bylo jasno! Neváhala jsem ani chvíli a jsem moc vděčná za to, že tu s vámi mohu být a pokračovat se svým snem.



Představujeme

Mgr. Eva Němcová Krojová – aktivizační pracovnice

Narodila jsem se v Praze, tam jsem také vystudovala Střední zdravotnickou školu a pak Pedagogiku na Filozofické fakultě UK. Ještě při škole jsem začala pracovat v asistenční službě k cestovnímu pojištění, kde jsem byla přes 10 let až do mateřské dovolené. Byla to velmi naplňující, smysluplná a různorodá práce. Organizovali jsme pomoc v zahraničí při úrazu nebo nemoci. Specifická byla zejména pomoc rodinám, kde došlo k nečekanému úmrtí v zahraničí a bylo třeba blízké zesnulého provést touto náročnou životní situací. Souběžně s hlavní prací jsem po absolvování akreditovaného výcviku v telefonické krizové intervenci také 2 roky pracovala jako konzultantka na Lince bezpečí – lince důvěry, kam se obracely děti, které se se svým trápením nedokázaly nebo nemohly svěřit nikomu jinému.

Když děti nastoupily do školky, chtěla jsem se aktivně zapojit do místního života. Hledala jsem v Kolíně práci, která by byla zajímavá a zároveň smysluplná. Celá moje profesní dráha byla v kontaktu se zdravotnictvím a spočívala v pomáhání druhým. Kromě odborné intervence mnohdy vyslechnutím, pochopením, respektem k osobním přáním a potřebám. Osobní životní zkušenost mám s péčí o blízké až do posledního okamžiku doma, i s tím, že děda ve svých 100 letech sice potřebuje trochu pomoci, ale mentálně je to mladík a inspirativní společník. Stejně jako řada dam a pánů v našem SeniorCentru. Volné místo na pozici aktivizační pracovnice mi přišlo jako zajímavá příležitost, jak bych mohla být užitečná, uplatnit své zkušenosti a zároveň se hodně naučit.

Na práci se seniory mě nejvíc těší příjemně strávený společný čas. Ať už je to při kvízu, výtvarných aktivitách nebo při pinkání balonku. Při hovorech, u kterých se zasměje-



me nebo se naopak dotkneme i smutnějších témat, která se třeba klientům zdají příliš zatěžující pro jejich rodiny a blízké. Mám radost, když se nám podaří obyčejně lidsky „potkat“ navzdory překážkám diagnóz a vzdálenosti několika generací. Jsem za to upřímně vděčná.

Psaní od srdce

Společně s několika dalšími domovy SeneCura jsme se zapojili do letošního 2. ročníku projektu Psaní od srdce, který pořádá Diakonie ČCE společně s TV Nova.

Projekt byl spuštěn 26.4.2024 a kdokoli by chtěl poslat rukou psaný dopis, může se registrovat na stránce projektu.

[www.https://psaniodsrdce.cz/](https://psaniodsrdce.cz/)

Cílem projektu je získat v období od 26. dubna do 12. května 2024 pisatele pro několik tisíc dopisů, které udělají radost.

Zapojit se může každý.

Uvidíme, kolik dopisů si najde cestu i k nám do Kolína.



Nové tváře mezi pečovatelkami odpovídají na otázky

- 1) Co by nás o Vás mohlo zajímat, ale nenapadne nás se zeptat?
- 2) Co Vás přivedlo k péči o seniory?
- 3) Co se Vám líbí na práci v SeneCura

Alena Rohlová

Pocházím z Kolína a blízkost zaměstnání pro mě byl jeden z důvodů, proč jsem se rozhodla začít pracovat v SeneCura. V sociálních službách jsem pracovala už dříve. Mám ráda kulturu, divadlo, muzikály. Moc ráda jsem v loňském roce doprovázela naše klienty do divadla na hudební nebo taneční vystoupení. Bylo krásné vidět, jakou radost měli z cesty do divadla, kam třeba celý život pravidelně chodívali, ale teď už jim to zdravotní stav nedovoluje.

Jarmila Harazimová

Již dříve jsem pracovala v sociálních službách, konkrétně ve Spirále pomoci, v terénní službě. Péče v domácnosti a v SeniorCentru se liší, ale jedno je společné.

Dobrý pocit, když někomu pomůžu, ulehčím, zpříjemním mu den. V SeneCura se mi líbí hlavně to, že se s klienty vídám pravidelně a strávím s nimi celý den. Díky tomu je mohu poznat mnohem lépe než v terénní službě.

Asi by Vás nenapadlo, že mou vášní jsou koně a splněným životním snem je absolvování Královské akademie klasické drezury koní ve Španělsku (Fundación Real Escuela Andaluza del Arte Ecuestre).



Lenka Halbichová

Posledních 10 let jsem se s láskou starala o své rodiče. Bylo to náročné, ale pro mě přirozené a naplňující. Když jsem je vyprovodila na jejich poslední cestu, řekla jsem si, že bych i dál chtěla pomáhat těm, kteří to potřebují. Protože mi to dává smysl. A tak mé kroky vedly do SeneCura.

Představujeme

Soňa Vosřelová - pracovnice prádelny

Naše „pradlenka“ Soňa nastoupila do našeho domova před šesti lety. Celou dobu se stará o dobrý chod prádelny. Má ráda pořádek a její království tomu odpovídá. Jako malá chtěla být prodavačkou textilu. Po škole pracovala na různých pozicích, v poslední řadě ve službách České pošty. U nás si svoje místo rychle podmanila ku prospěchu a spokojenosti klientů i personálu. Společně se svojí kolegyní Alenkou přivážejí na patra našeho domova kromě čistého a voňavého prádla i svůj milý úsměv.



Děkujeme....



Spolupráce se školami

V roce 2024 jsme se zaměřili na navázání dlouhodobé spolupráce s různými vzdělávacími institucemi v okolí - od mateřské školy až po střední odborné školy.

S některými se známe z dřívějších dob, s některými nám pomohla navázat spolupráci nezisková organizace Mezi námi - obecně prospěšná společnost, která obdržela ocenění Rady vlády pro seniory.

....*“Když se potkávají generace, dějí se zázraky!*

V Mezi námi, o.p.s. podporujeme setkávání lidí všech generací.

Přejeme si, aby si rozuměli ti nejstarší s těmi nejmladšími. Aby společně objevovali, jak krásné a obohacující jsou jejich světy, když se navzájem propojí.“

citace z webu Mezi námi

Mezi námi
mezigenerační

Když se potkávají generace, dějí se zázraky!

Zapojili jsme se do mezigeneračních aktivit obecně prospěšné společnosti Mezi námi. Díky těmto programům se setkávají ti, mezi nimiž je věkový rozdíl třeba více než 80 let života.

Děti, babičky a dědečkové mají možnost se poznat a najít si k sobě navzájem cestu. Společně objevují své rozdílné světy, které se ale liší jen na první pohled. Právě děti a starší lidé z nás všech nejvíc žijí přítomností, rádi si hrají a váží si projevů pozornosti.

Setkání probíhají formou výtvarných nebo kreativních činností, hraní her, sportovních aktivit, výletů nebo čtení seniorů ve školce. Aktivity jsou připravovány vždy na míru, v souladu se vzdělávacím programem školky, aktivizačním plánem seniorského zařízení a také s metodickou podporou Mezi námi, o.p.s.

Chceme, aby k sobě našli cestu zejména ti nejmladší a nejstarší mezi námi.

Navštivte naše stránky a připojte se k nám!

...**DĚKUJEME**, že jste s námi! | mezinamiops | www.mezi-nami.cz

Kdo nás letos přišel navštívit?

Děti ze soukromé MŠ Emilia, která sídlí doslova za rohem, u nás byly už na Vánoce, kdy v krásných kostýmech zazpívaly koledy. Když jsme je oslovili s nápadem, že jedna z našich klientek, vášnivá čtenářka, by mohla být pohádkovou babičkou, souhlasili a opravdu za námi předškoláčci přišli. Předčítání mělo úspěch a budeme v něm i nadále pokračovat.

26.4.2024 přišly zazpívat prvňáčci z 5.ZŠ Kolín. V doprovodu kytary zpívali lidovky, ke kterým se přidali i naši klienti a klientky, ale i písničky táborové, nebo dokonce africké. Další hudební návštěvu z „pětky“ čekáme během května.



V rámci spolupráce Mezi námi, jsme u nás nově přivítali děti z MŠ Bezručova. 25.4.2024 nám přišly v kostýmech zazpívat a zatančit čarodějný taneček postupně na všech patrech SeniorCentra.

30.4. 2024 jsme se s nimi sešli znovu. Zazpívaly a pak si společně s klientkami a klienty u stolečků zahrály několik her na procvičení zraku nebo jemné motoriky. Například skládání obrazců dle předlohy nebo třídění obrázků do skupin. Byla to krásná vzájemná pomoc a spolupráce, která vykouzila nejen úsměv.

Čarodějnice jsme letos oslavili trochu později, 2.5.2024.

Celý den bylo v SeniorCentru několik malých čarodějek a čarodějů - dětí a vnučat zaměstnankyň. Dopoledne společně s klientkami a klienty například pinkali nafukovacími balonky, házeli míčky nebo hráli různé hry.

Odpoledne pak v čarodějných kostýmech dorazili ještě studentky a jeden student z 1. ročníku Střední zdravotnické školy v Kolíně. V doprovodu svých pedagogů si povídali a dělali společnost klientkám a klientům na zahradě během opékání špekáčků.



A samozřejmě i nadále pokračuje spolupráce se SOŠ řemesel Kutná Hora.



ZÁKLADNÍ ŠKOLA KOLÍN V., MNICHOVICKÁ 62

Mateřská škola Kolín II., Bezručova 801



Spolupráce



Během tohoto školního roku se o vás každý pátek (s podporou personálu) starali studenti čtvrtého ročníku studijního oboru sociální činnost ze střední školy SOŠ a SOU řemesel Kutná Hora. Součástí odborných praxí ve vašem domově byla přímá obslužná péče, ale i aktivizační činnosti. Tato praktická zkušenost studentům poskytla cenné dovednosti a znalosti, ale také příležitost aplikovat teorii na reálné situace a rozvíjet empatii a porozumění dle potřeb starší generace.

Nyní se studenti intenzivně připravují na své maturitní zkoušky, které je čekají v květnu. Maturita nepředstavuje jen test teoretických znalostí, ale také ověření schopnosti uplatnit tyto znalosti v reálném prostředí. Proto se od 7. 5. do 17. 5. 2024 budeme vídat během praktických maturitních zkoušek, které se budou realizovat přímo ve vašem domově.

Vážíme si spolupráce se zařízením SeneCura SeniorCentrum Kolín s.r.o. a budeme se těšit na brzké shledání.



Střední odborná škola a Střední odborné učiliště řemesel, Kutná Hora

Mgr.Hana Křivánková, učitelka

Hudební akce v SeniorCentru

Sbor Rozmarýn

Náš pěvecký sbor Rozmarýn se schází každý čtvrtek v 10.00 hodin na domácnosti „Štíky“. Po rozezpívání se zaměřujeme na různá témata. V poslední době to bylo jaro, jarní květiny. Pouštíme si i hity, které naši zpěváci slýchávali, nebo chodili tančit. Je někdy až s podivem, jak si pamatují texty. Na závěr našich zkoušek si přejí zaspívat lidovky a připít si lahodným likérem. Celé setkání se nese v příjemné atmosféře a těšíme se na další týden.



Rozmarýn je aromatická bylina z čeledi hluchavkovitých, jejímž původním domovem je klimaticky příznivé Středomoří. Vyrůstá jako stálezelený bohatě větvený keřík s úzkými vstřícnými listy, v době rozkvětu jej zdobí nádherné květy bílé, modré nebo fialové barvy. Bylina má široké spektrum léčivých vlastností. Přispívá k normální činnosti trávení, jater a žlučníku, příznivě ovlivňuje hladinu cholesterolu v krvi. Napomáhá udržovat normální funkce dýchacího systému a srdce, podporuje krevní oběh. Rozmarýn se také využíval pro své údajné magické vlastnosti a ochranné účinky. Věřilo se, že může ochránit před zlými duchy a nemocemi.

Oslava MDŽ s písněmi Elvise Presleyho v podání interpreta Milana Hrocha



Zabijačka s domácími jitrnicemi, jelity, ovarem a vším co k tomu patří je již tradiční událost konce zimy.

O hudební doprovod se postaral náš milý harmonikář, pan Kratochvíl.



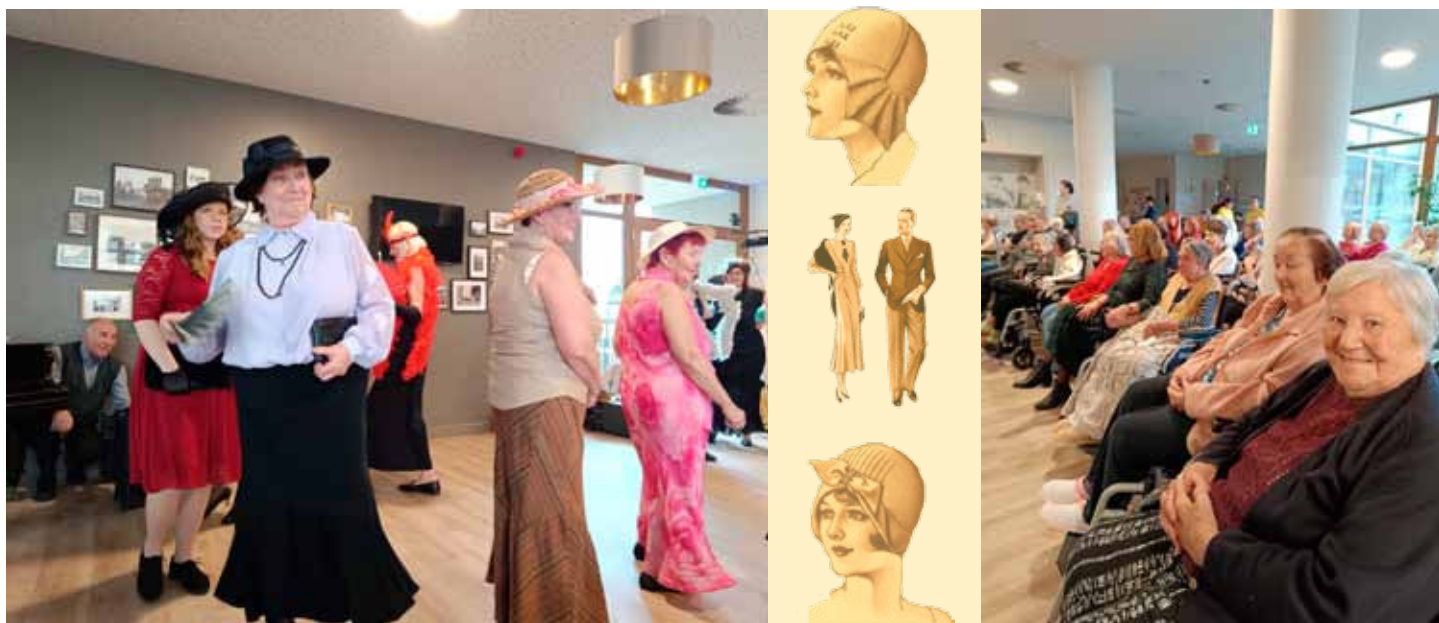
Prvorepubliková módní přehlídka

Únorovou plesovou sezónu jsme přivítali módní přehlídkou v podání Třídvoraček ve stylu První republiky. Třídvoračky se na svá taneční vystoupení dokonce třikrát převlékly.

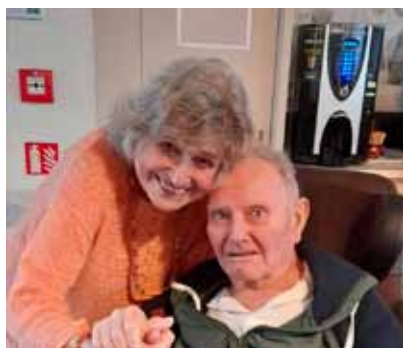
K tanci a poslechu nám hrál pan Banasinský.

Prvorepublikové odpoledne se všem moc líbilo.





Vystoupení skupiny Senior Band



Do našeho centra nám přišli zahrát a zazpívat hudebníci z kolínského uskupení Senior Band. S některými z nich zpíval a hrál dlouhá léta na bicí i náš klient, a tak to bylo moc milé a dojemné setkání.

Repertoár „od Vlacha po Bacha“, potěšil nejedno ucho a duši.



Letem rokem v obrazech



Výroba jarních dekorací - vystřihovaných květin do oken



Výroba velikonočních dekorací



Příprava krepeových kuliček



Letem rokem v obrazech



Společné pečení šneků z listového těsta jako pohoštění na oslavu MDŽ s Elvisem Presley



Gurmánské týdny

Během prvního gurmánského týdne tohoto roku jsme se věnovali regionu Olomouckého a Moravskoslezského kraje. Zavzpomínali jsme například na dovolené, výlety, lázně Jeseník a Vincenta Priessnitze, na Olomouc či olomoucký orloj. Řekli jsme si něco o historii tvarůžků, o původů štramberských uší, o pohance (vše jsme měli na jídelníčku), zazpívali jsme si „Beskyde, beskyde“ a tak dále. K přečtení jsme měli i aktuální číslo měsíčníku Olomouckého kraje.

Tématu jsme se věnovali celý týden na všech domácnostech.



Gurmánské týdny

Ve druhém letošním gurmánském týdnu jsme se věnovali Karlovarskému a Ústeckému kraji. Kdo měl chuť, mohl si objednat krajové speciality, jako svíčkovou s karlovarským knedlíkem nebo karlovarský guláš. Z polévek byla v nabídce kraslická liškajda a ke svačině lázeňské trojhránky nebo podmokelský kecaný koláč.

Tématu jsme se věnovali i při dopoledních společných aktivitách, vyprávěli jsme si, kdo byl v jakých lázních, jaký lázeňský pramen kdo ochutnal, komu karlovarský knedlík chutná a kdo ho nemusí. Vzpomínali jsme i na výbavu domácností. Téměř každý měl, dokonce i v našem SeniorCentru někdo stále má, několik kousků s tradičním cibulákovým vzorem.

Věděli jste, že cibulák nemá s cibulí nic společného? Dokonce v celém vzoru nenajdete jediné vyobrazení cibule. Tvar, který dal cibuláku jméno, je ve skutečnosti granátové jablíčko.



Letem rokem v obrazech



Bingo hrajeme na různé způsoby a trénujeme při tom oči, uši, ruce i paměť. Vpomínáme na jména květin, ptáků, dopravních značek, na předpisy a výlety, kam jsme jeli autem....



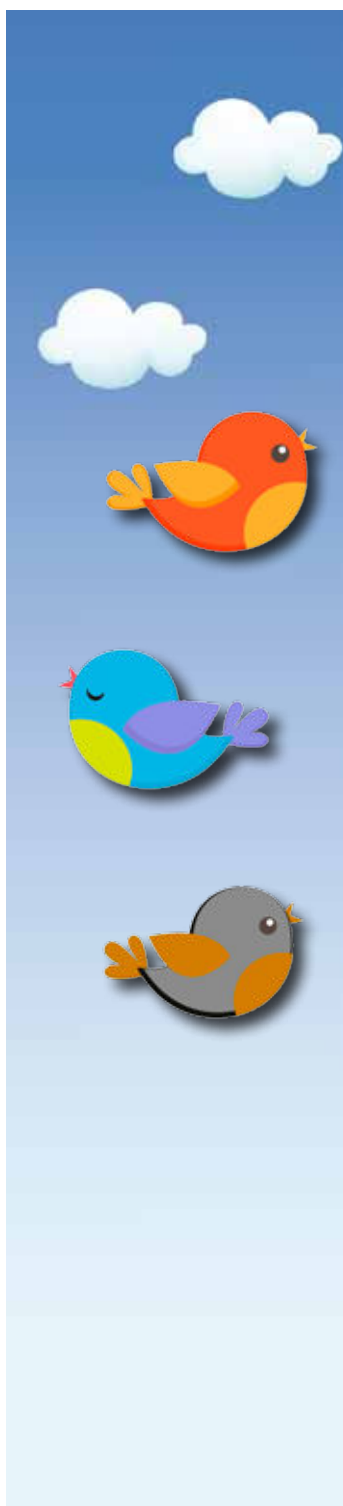
Kuželky,
aneb troška
sportu
neuškodí...



Letem rokem v obrazech



Poznáváme ptáky na krmítku a posloucháme jejich hlasy



Letem rokem v obrazech



Pohybové aktivity s různými typy míčků jsou velmi oblíbené. Protáhneme celé tělo včetně bránice, protože se u toho i dost zasmějeme...



Mezinárodní den ošetřovatelů a sester 12.5.2024



Víme, že:

Vaše práce je fyzicky náročná, a přesto každý den nepolevujete ve svém nasazení co nejlépe pečovat o naše klienty.

Vaše práce je psychicky náročná, a přesto v sobě každý den nacházíte sílu povzbuzovat a podporovat chuť do života našich klientů.

Jakou spoustu pravidel a postupů se musíte naučit, a přesto to nevzdáváte.

A každý den si pomáháte i mezi sebou, abyste mohli co nejkvalitněji pečovat o naše klienty.

Děkujeme

Závěr

Na závěr bychom Vám, naši milí čtenáři, klienti, příbuzní i přátelé, rádi poděkovali za všechnu pomoc a spolupráci, které se nám od Vás dostává.

Věříme, že i díky tomu se nám společně daří vytvářet Vaším blízkým pěkné prostředí a příjemnou atmosféru.

Přejeme Vám pěkný a požehnaný čas s Vašimi blízkými.



SeneCura SeniorCentrum Kolín

Smetanova 1000

280 02 Kolín 2

Tel. recepce: +420 323 603 962

e-mail: kolin@senecura.cz

www: kolin.senecura.cz



Vydává

SeneCura SeniorCentrum Kolín s.r.o.

Smetanova 1000, 280 02 Kolín 2

Náměty a připomínky lze zaslat na: kolin@senecura.cz

Cena: zdarma

Redakce: Ing. Hana Máchová - ředitelka

Mgr. Eva Němcová Krojová - aktivizační pracovnice

Iva Tučková - aktivizační pracovnice

Michal Papež - grafická úprava

Veškerá práva jsou vyhrazena. Jakákoliv část časopisu může být rozšiřována, reprodukována či jiným způsobem užívána pouze se svolením vydavatele.

Evidenční číslo: MK ČR E 24197

