



OBČASNÍK

lěto je tu

vydávaný Centrem
sociálních služeb Jeseník

červen 2024/svazek 12/vydání 1



- 3 – Bazální stimulace v Centru sociálních služeb Jeseník
- 4 – Dům s pečovatelskými byty na ulici Jaroslava Ježka – 40 let od vzniku
- 6 – Rozhovor s pamětníci
- 7 – Oslavili jsme svátek matek
- 8 – Strípky z Denního stacionáře
- 12 – Skupinové pohybové aktivity v Domově pro seniory
- 14 – Nové vozy v Pečovatelské službě
- 14 – Tipy jak přežít horké letní dny
- 15 – V DZR se slavilo
- 16 – Kvíz
- 16 – Víte, že...

Grafický návrh a zpracování:
Silvie-Anežka Matic

Tisk: Petr Weiser, wazy.cz

Vážení čtenáři,

při pohledu na slovo občas, které upoutá v názvu našeho (ne) periodika, v Občasníku, vydávaném Centrem sociálních služeb už od roku 2016, dostojím významu tohoto slova. Ano, připravujeme jej pro Vás občas a právě nyní je před Vámi jeho aktuální vydání. Letos vychází poprvé a takřka uprostřed roku. Do závěru pololetí zbývá času skoro měsíc. Nacházíme se na prahu června, kdy se příroda ukazuje v plné kráse a síle. V barvách, vůních, v proměnách nejen na zemi, také i v oblacích. Známe v tomto období slunečné a horké dny, ale i oblohu plnou mraků, ze kterých po dlouhé dny padá déšť, ne a ne přestat – k tomu máme v kalendáři pomocníka, sv. Medarda. Ovšem co dneska vlastně platí? Pranostiky typu Suchý květen, mokrá červen dostávají na frak vrtochy, které nám příroda přináší už delší dobu. Na to jsme si zvykli. Letos nás opět překvapila. Opravdová zima, která skoro nebyla, nepotěšila lyžaře, ani zemědělce. Po horkých Velikonocích a dalších dubnových dnech následovaly mrazy a sněh na poslední chvíli. Máj, měsíc lásky, sice napravil přírodě reputaci, přesto je vše trochu jinak. Totiž kdo z Vás pamatuje v Jeseníku rozkvetlý šerák na konci dubna? A začátkem května je místo luk posetých žlutými pampeliškami vidět jen šedivá barva jejich chmýří po odkvětu. Co si má červen s těmito rozmary matky přírody počít? Nic. Být tím, čím byl vždycky – měsícem krás přírody. Název červen evokuje červenou barvu, jakou mají dozrávající plody třešní, jahod nebo květy vlčích máků v polích a na loukách. Právě rozkvetlé červenové louky jsou pro mě symbolem tohoto měsíce. Květiny, barvy a svěží zeleň mají naši klienti za okny i na našich zahradách. Zde mohou trávit čas při různých aktivitách, nebo jen tak posedět na lavičce s tváří nastavenou paprskům slunce. Teplé a slunné červenové dny umožňují konání společných venkovních aktivit. Za všechny uvedu tradiční Kácení Máje. V letošním roce máme v naší organizaci opět další kulaté výročí. Dům s pečovatelskými byty na ulici J. Ježka slaví čtyřicet let od svého vzniku. Více se tomuto tématu věnujeme uvnitř tohoto vydání. Závěrem chci Vám, čtenářům, popřát zdraví a sílu čerpanou z plného letního slunce a mnoho obohacujících zážitků v nadcházejících dovolenkových měsících.

Jan Rotter, ředitel



Zelené zdraví

Naše Centrum sociálních služeb využívá nové trendy v pěstování bylin Na zeleniny. Takzvané multikulturní pěstování si pamatují naši klienti z dob svého dětství a mládí. Za pomoci „zahradního týmu“ pečovatelek klienti oprášili své znalosti a zkušenosti. Hlásíme, že letošní první úroda bylinek byla sklizena, zpracována a předána k využití do naší kuchyně!

Monika Pospíšilová, koordinátorka služby DZR



Bazální stimulace v Centru sociálních služeb Jeseník



V letošním roce v CSS Jeseník intenzivněji pracujeme s konceptem Bazální stimulace (dále BS). Začátek května tohoto roku byl proto trochu hektický. Pečovatelky a další profese dva dny po sobě po 12-ti hodinách školovala certifikovaná lektorka v konceptu BS přímo u nás v zařízení. Bylo to náročné jak psychicky, tak fyzicky, ale děvčata vydržela a jsou připravena pracovat v konceptu bazální stimulace. Kurz BS byl v našem zařízení určen především pro pracovníky přímé péče služby domov se zvláštním režimem. V této službě jsou proškoleni všichni pracovníci přímé péče, což umožňuje systematickou práci s konceptem BS. Proškoleny byly dále i některé pracovnice domova pro seniory a terénní pečovatelské služby.

Jak bazální stimulace funguje

Koncept BS je založen na poznání, že i silně postižení a dezorientovaní lidé pozitivně reagují na základní, neboli bazální formy komunikace. BS cíleně pracuje s podněty, které mají vést k udržení stávajícího stavu poškozených spojů v mozku. BS za účelem zlepšení fyzického i psychického stavu využívá doteky, správné polohování, příjemné koupele a masáže, oblíbenou hudbu, vibrace, známé předměty, chlad nebo teplo. Volbu podnětů je nutné přizpůsobit věku a aktuálnímu stavu nemocného. Cílem bazální stimulace je vzájemný kontakt, aktivace smyslů, lepší vnímání vlastního těla, snazší vnímání druhých lidí a okolního světa. V našem případě jde o navázání smysluplné neverbální komunikace mezi seniorem s demencí a pečujícím. Bazální stimulace výrazně

zvyšuje kvalitu života seniorů s nevratným poškozením mozku v důsledku Alzheimerovy choroby, nebo jiné formy demence. Stimulace zlepšuje pohyblivost, procvičuje a udržuje dosud zachovalé schopnosti a významně prodlužuje období soběstačnosti.

Jak během bazální stimulace komunikovat se seniorem

1. Nejprve se přivítáme.
2. Seniora oslovíme a jemně se ho dotkneme (iniciální dotek).
3. Mluvíme zřetelně, jasně a ne příliš rychle.
4. Mluvíme přirozeným tónem a pokud senior dobře slyší, nezvyšujeme hlas.
5. Dbáme na to, aby tón hlasu, mimika a gestikulace odpovídaly významu slov.
6. Při rozhovoru s klientem používáme způsob komunikace, na který je zvyklý.
7. Mluvíme pouze s ním a nikým dalším.
8. Při komunikaci se snažíme redukovat rušivé zvuky z okolního prostředí.

Informace o BS převzaty z: www.nfseniorina.cz/pro-pecujici/aktivizace-senioru-s-demenci/bazalni-stimulace/

Jsme na začátku a čeká nás spousta práce, ale krásné práce, kterou všichni děláme s radostí!

Monika Pospíšilová, koordinátorka služby DZR
a Andrea Stefanakisová, sociální pracovnice

Dům s pečovatelskými byty na ulici Jaroslava Ježka – 40 let od jeho vzniku

Poprvé mohli jeseničtí senioři využít pobytové sociální služby v lednu roku 1984. Tehdy byla na ulici Jaroslava Ježka 777, v jesenickém domě známém spíše jako „penzion U Rybníčku“, uvedena do provozu zrekonstruovaná budova. Původní nájemní dům z přelomu 19.–20. století prošel téměř čtyřletou rekonstrukcí (jestli vás udivuje délka přípravy, tak v této době to byla běžná praxe, jen pro srovnání: výstavba nového objektu CSS na Beskydské ulici trvala od zahájení v roce 2014 po kolaudaci 10 měsíců). V budově na ulici J. Ježka vzniklo tehdy celkem 15 obytných jednotek. Byly určeny pro seniory, kteří potřebovali nejen ubytování, ale i pomoc v podobě úklidu, nákupu nebo péče o vlastní osobu. Sociální služby se v této době značně lišily od těch, které známe v současnosti. Město Jeseník náleželo do tehdejšího okresu Šumperk a ten na svém území zajišťoval služby prostřednictvím své organizace – Okresního ústavu sociálních služeb.

Už od sedmdesátých let bylo poměrně rozšířené budování penzionů, které by seniorům poskytl

ubytování a další služby a byly by alternativou k běžným Domovům pro seniory. Byly mezi seniory oblíbené, proto i na území bývalého okresu Šumperk jich vzniklo několik, např. v Bludově, v Šumperku, v Nových Losinách a od 1. 1. 1984 také v Jeseníku, a to s kapacitou 22 míst. A jak vypadala péče a život v penzionu? O klienty se zde starala jedna pečovatelka a chod zařízení zajišťovali další dva pracovníci. Pro představu, jak se tehdy zajišťovaly nákupy nebo dovoz obědů – pečovatelka měla k dispozici nákupní tašku na kolečkách a tzv. dvoukolák na obědy. Těžko si to dnes lidé dokáží představit. Dalším přelomem v historii byl rok 1992, kdy město Jeseník, tzv. delimitací majetku, převzalo budovu, správu i poskytování služeb od Okresního úřadu Šumperk. V tomto roce vrcholila stavba druhého penzionu, na Beskydské ulici, proto v květnu r. 1993 zřídilo město příspěvkovou organizaci DPD (Domov – penzion pro důchodce). Organizace měla právní subjektivitu a dostala do vínku penzion



U Rybníčku s kapacitou 22 míst a novou budovu na Beskydské ulici s kapacitou 38 míst. Celkem tedy město v roce 1993 nabízelo seniorům 60 lůžek. Ale vraťme se zpátky k budově U Rybníčku. Senioři zde měli nejen odpovídající podmínky pro bydlení, ale i dobré možnosti využití volného času a aktivity. V budově samotné se nacházela společenská místnost a kuchyně. Pro zajišťování služeb měli pracovníci k dispozici v suterénu prádelnu a sušárnu a místnost pro pečovatelku.

Od 90. let po současnost prošla budova mnoha dalšími opravami, např. přibyla zateplená fasáda a nová okna, ale hlavně byl instalován výtah, který v době otevření budovy senioři postrádali. Do historie budovy se zapsaly i povodně v roce 1997. Rozvodněný Staříč se spojil s vodou z rybníčku a znemožnil průjezd ulicí Jaroslava Ježka, a tedy zásobování. Po několik dní jsme tehdy našli náhradní trasu, a to ze strany Lipovské ulice přes zahrádky, díky pomoci sousedů. Během povodní jsme také

přivítali novou klientku, paní Šárku, která přijela symbolicky v hasičském voze, protože její dům byl zaplaven a poškozen.

Budova penzionu se nachází na klidném místě, nedaleko rybníčku, který je ozdoben malým ostrůvkem s košatou vrbou. Na tomto stromě se sice projevil zub času, je ovšem stálým pamětníkem tohoto krásného místa, kam klienti chodili na procházku a za odpočinkem. Pohodu této lokality narušuje současná zvýšená doprava v okolí, na zahradě a na dvoře to však není znát. Zde se po velkou část roku senioři po sousedsku potkávají a tráví tu čas prací na zahrádce, povídáním nebo aktivitami, které pro ně připravuje naše Pečovatelská služba. Za ta léta se tady odehrálo mnoho setkání a oslav, jedno z nich se u příležitosti 40. výročí objektu uskutečnilo letos v červnu. Od vzniku penzionu po současnost využilo jeho služeb mnoho seniorů. U příležitosti kulatého výročí přejeme této službě mnoho spokojených klientů.

Jan Rotter, ředitel





Naše organizace CSS Jeseník slaví 40. výročí od založení a otevření Domu s pečovatelskými byty na ulici J. Ježka. Jednou z nejdéle žijících obyvatel v této naší službě je paní Ludmila Kovačevičová.

Kde jste se vzala tady v penzionu?

Do penzionu jsme přišli společně s manželem v roce 2002. Bydleli jsme původně v bytě na Náměstí Svobody, tenkrát ještě s maminkou, o kterou jsme se společně starali až do roku 1996, kdy zemřela. Nájemce, jméno už si nevybavím, měl s byty již jiné podnikatelské záměry. Dnes tam sídlí různé soukromé firmy.

Víte ještě, kdo byli tenkrát Vaši sousedé?

Prvně jsme bydleli nahoře ve druhém patře a asi po roce jsme se stěhovali do bytu, ve kterém jsem doteď, ale už sama, manžel zemřel v době covidu. Sousedi se střídali, ale paní Ondrušková je mojí sousedkou po celých 22 let. Na druhé straně pak paní Podolová, nebo paní Gnidová.

Měla jste, nebo máte tady nějaké přátele?

Samozřejmě, ano, ale hlavně jsem měla manžela. Snažila jsem se být se všemi zadobře, žili jsme tu všichni jako jedna rodina.

Vzpomínáte si ještě, kdo tu tenkrát pracoval, kdo byl Vaší pečovatelkou?

Tenkrát tu bylo ředitelství, takže ředitel, ten je pořád stejný, Draha Vlčková jako uklízečka a Liduška Jetelinová jako pečovatelka.

Co se Vám zde líbilo, nebo třeba i nelíbilo?

Já můžu mít připomínky jen k obyvatelům. Byla jsem upřímná ke všem, no, nebylo to vždy všem vhod. Kdo zažil válku, je vděčný za všechno.

Pamatujete si ještě, kolik tenkrát stála úhrada za pobyt a za pečovatelské služby?

To už si nevzpomenu.

Je neuvěřitelné, že jste ve stejném bytě strávila více než 20 let, na co ráda vzpomínáte?

22 let to bude v srpnu. Tak jak to bylo, tak to je, vše původní. Jedna kuchyň a jeden pokoj. Víím, že můj život už potřebuje péči, moje funkce jsou opotřebované. Už nejsem schopná si nic obstarat sama, mé zdraví už neslouží. Jsem vděčná za výborné zázemí, které tady mám. I můj manžel zde byl velice spokojený, vážil si zdejšího klimatu, prostředí, svěžího vzduchu, žil



tady rád. Jeseník je den ode dne krásnější, když jedu k lékaři, užívám si projíždku Jeseníkem.

Je něco, co Vás zde potkalo, na co byste chtěla raději zapomenout?

Ne, nic. Musím život brát takový, jaký je. Měla jsem štěstí, že vždy tu byly přítomny osoby (zaměstnanci), které uměly věci uklidnit a dát do pořádku. Důležité je, když si chci na něco stěžovat, musím si povzpomínat, jaké mám chyby já a pak říct chyby druhému tak, aby si člověk, kterému je vytýkáno, z toho něco vzal. Už taky nezvládám neustálé změny, jak služeb, tak personálu. Příliš si je беру k srdci. Práce pečovatelek si velmi vážím.

Chtěla byste něco vzkázat čtenářům, kteří to budou číst?

Byla jsem a jsem zde spokojená, bojím se jenom, abych nespadla a neskončila na LDN, nebo šla do domova ležet. Mám zde krásný výhled na rybníček a na krásné hory.

Paní Kovačevičová, děkuji za rozhovor a za vzpomínání a přeji Vám ještě mnoho spokojených let tady u nás!

Alice Lenerová, sociální pracovnice

Oslavili jsme svátek všech maminek

Letošní oslava Dne matek ve službách na Beskydské lse vydařila ke spokojenosti klientů. Svátek slavíme se všemi klientkami, i s těmi, které vlastní děti z nějakého důvodu mít nemohly a zpravidla se zase staraly o své neteře a synovce. V úvodní části odpoledne kolegyně Alice Lenerová krátce připomněla historii oslav Dne matek. V Československu se tento svátek poprvé slavil v roce 1923 díky její jmenovkyni Alici Masarykové. Krásným poděkováním maminkám za jejich obětavost pak bylo vystoupení dětí z pěveckého

souboru Běláček z Bělé pod Pradědem pod vedením Mgr. Vlasty Ťulpíkové. Mimo jiné zde zazněla speciální písnička pro maminky a babičky k jejich svátku, písničky z pohádek, ale i hit kapely Mirai. Tyto šikovné děti nám také pomohly s obdarováním klientek kytičkami. Závěr patřil stylově společnému zpěvu písně „Ach synku, synku“, kterou měl v oblibě otec Alice Masarykové, náš první prezident Tomáš Garrigue Masaryk.

Andrea Stefanakisová, sociální pracovníce



Strípky ze stacionáře

Text: Alice Lenerová, sociální pracovnice a Eliška Zapletalová, pracovník přímé péče DS



Denní stacionář se vydal na poznávací výlet

Naše cesta měla tentokrát dvě zastávky, jednu ve velkolesinské pralinkárně, kde kávička a zákusek z domácí výroby byly vítanou vzpruhou před návštěvou zámeckého parku v Loučné nad Desnou. Při druhém ▶



Strípky ze stacionáře



► zastavení u loučenského zámku, který je bohužel veřejnosti nepřístupný, nás nadchl samotný park. Jeho vzrostlé stromy a další dřeviny na nás vrhaly příjemný stín a svěží zeleň nás velmi občerstvila.

„Nejkrásnější vzpomínky na světě jsou ty, při kterých zjistíš, že se usmíváš.“

Seniorky z Denního stacionáře strávily příjemné dopoledne návštěvou dětí v oddělení Berušek v Mateřské školce v Lipové Lázních. Společné chvíle s dětmi v nás probudily krásné vzpomínky. Milé paní učitelky a šikovné děti si pro nás připravily pásmo písniček a společné tvoření. Propojení generací vykouznilo úsměv na tváři dětí a pocit štěstí v srdci dospělých... Těšíme se na další setkání!



Strípky ze stacionáře

Minimuzeum

Vrátit se v čase, do dětských let, můžete v Minimuzeu kočárků a panenek v Městě Albrechtice. První letošní výlet Denního stacionáře směřoval právě sem. Díky bohaté sbírce manželů Břicháčkových jsme se ocitli v dětském světě. Mezi kočárky nenajdete žádné módní novinky, naopak zavzpomínat můžete nad značkami Liberta, Omnia, Dubena nebo Igra. Mají zde i kočárky pro panenky a panenky vyrobené z různých materiálů. Sbíрку jim pomohli obohatit lidé z celé České republiky. Naši návštěvu jsme završili poslechem živé hudby. Pan Břicháček je na Albrechticku známý svou kapelou Pupíci.



Strípky ze stacionáře

Chodbami našeho Centra se linula libá vůně!

Naše smyslové buňky polechtala děvčata z Denního stacionáře. S pomocí pracovnic si připravily něco na zub k odpolední svačině. Společná příprava housek a guacamole z avokáda všechny moc bavila. Pro některé byla ochutnávka avokáda premiérou, proto jsme si o něm i něco zajímavého přečetli.



Zážitková návštěva soviček na Beskydské

Fantastická návštěva dvou úžasných exotických soviček původem z Afriky, výřečků bělolících, rozzářila v polovině dubna oči našich seniorů. Jejich chovatelka nám je s láskou představila a zodpověděla všechny naše zvědavé otázky. Seniori byli z malých sov Rozárky a Ariela nadšeni! Mnozí z nich si je s opatrností pohladili a někteří se s nimi i pomazlili. Sovičky si pobyt u nás evidentně užívaly a klidně se nechaly fotit a natáčet. Moc děkujeme za milou návštěvu a těšíme se na další setkání.

Blanka Piaszczynská, aktivizační pracovnice DpS





Kolektivní kondiční cvičení

Kolektivní kondiční cvičení patří mezi nejběžnější a současně jednu z nejoblíbenějších sportovních aktivit seniorů. Tato cvičení nabízejí mnoho různých variant a pomáhají udržovat seniory v dobré fyzické kondici, předcházet vzniku degenerativních změn na pohybovém aparátu, zpomalují proces ochabování svalů, zlepšují náladu a podporují činnost mozku. Kolektivní kondiční cvičení jsou vhodná i pro seniory s poruchami kognitivních funkcí, případně pro seniory na invalidním vozíčku a slouží také jako výrazný socializační prvek. Lze cvičit venku i uvnitř. V našem domově pro seniory probíhá skupinové cvičení prakticky každý pracovní den.

Kuželky

Kuželky jsou relativně nenáročnou sportovní aktivitou, kterou mohou hrát i senioři upoutaní na invalidní vozík. Tato hra procvičuje sílu horních končetin, koordinaci ruka-oko a významně podporuje sociální interakci mezi hráči. Poté, co s klienty v domově pro seniory hru dostatečně natrénujeme, uskutečňuje se minimálně jednou za rok velký kuželkový turnaj o ceny.

Šipky

Šipky jsou vhodné pro všechny věkové kategorie a mohou je hrát i senioři na invalidním vozíku. Při této hře dochází k procvičování rychlosti, koordinace pohybů horních končetin a koordinace ruka-oko. Hráči mohou soutěžit jako jednotlivci, nebo v týmech, což podporuje sociální

interakci a zábavu. Přizpůsobujeme hru potřebám a přáním účastníků, aby je co nejvíce bavila.

Tumble (neboli Domácí pétanque)

Tumble je oblíbená hra podobná pétanque, vhodná pro vnitřní prostory. Hází se barevnými pytlí s pískem do otvoru v dřevěné drážce. Tato aktivita je ideální při nepříznivém venkovním počasí a má pozitivní vliv na hrubou motoriku, rovnováhu a kognitivní funkce. Sociální interakce a fandění přináší radost a pomáhají vytěsnit případné depresivní myšlenky.

Sportovní turnaje

V domově pro seniory pořádáme různé sportovní turnaje a akce, jako například turnaj v šípkách nebo sportovní odpoledne plné her a aktivit. Naši senioři si s chutí zahrají bowling, házejí na cíl a střelí hokejkou na bránu. Tyto aktivity přináší radost, soutěživost a pospolitost, což vytváří příjemnou atmosféru plnou radosti a legrace.

Naši senioři se do kolektivních sportovních aktivit zpravidla zapojují s velkým zájmem a chutí, vždy si společně užijeme spoustu legrace. Vítanými pomocníky při pořádání soutěží jsou i dobrovolníci či praktikanti. Rádi jim budeme i nadále nabízet možnost trávit svůj čas aktivně.

Sportu zdar a tomu seniorskému zvlášť!

Blanka Piaszczyńska, aktivizační pracovnice DpS

Nové vozy v Pečovateľskej službě



Od března tohoto roku omladily řady našeho vozového parku dva vozy značky MG. Jedná se o modely eHS Plug-in-Hybrid. Byl již nejvyšší čas pořídit nová vozidla, abychom poskytli našim pečovatelkám více bezpečí v dnešním provozu a spolehlivě tak mohli poskytovat sociální službu našim klientům. Výběr vozů se řídil moderními trendy a pravidly dotační výzvy, sledovalo se zejména kritérium ekologického provozu a s tím spojené nízké množství emisí díky hybridnímu pohonu, tedy spojení spalovacího motoru s elektromotorem.

Pavel Havelka, vedoucí PS

Tipy jak přežít horké letní dny

Letní období s sebou přináší radost a zábavu, pro seniory však může představovat určitá zdravotní rizika. Jejich zdraví a pohodu mohou ohrozit vysoké teploty, dehydratace či sluneční záření. Existují způsoby, jak těmto rizikům předcházet a jak zajistit, aby si také senioři užili léto naplno.

Dodržujte pitný režim

Senioři ztrácejí tekutiny rychleji než mladí lidé, a to i bez nadměrného pocení. Je důležité, aby v horkém počasí pili dostatek tekutin, i když necítí žízeň. Ideální je voda, neslazené čaje a minerálky, ovocné šťávy.

Chraňte se před sluncem

Nadměrné vystavení slunečnímu záření může vést k popáleninám, dehydrataci, kolapsům a k dalším zdravotním problémům. Je třeba používat opalovací krém s vysokým faktorem ochrany, nosit klobouk a sluneční brýle a vyhýbat se přímému slunci v nejteplejší části dne (mezi 10. a 16. hodinou).

Zůstaňte v chladu

Horké počasí může vyvolat teplotní stres, který se projevuje závratěmi, nevolností, zmateností a v nejhorším případě i smrtí. Je důležité zůstat v chladu, a to v klimatizovaných prostorech, ve stínu stromů, nebo u ventilátoru. Samozřejmě je nosit lehké oblečení a pravidelně větrat.

Dávejte pozor na infekce

Horké a vlhké počasí podporuje růst bakterií a virů způsobujících infekce. Senioři jsou k infekcím náchylnější než mladí lidé, proto je důležité dodržovat



hygienu, mýt si ruce mýdlem a vodou, vyhýbat se velkým seskupením lidí.

Předcházejte pádům

Horké počasí způsobující únavu a dehydrataci zvyšuje riziko pádu. Vhodné je nosit pevnou obuv a v případě potřeby používat chodítko, nebo hůl.

Pozor na chronická onemocnění

Horké počasí může zhoršovat chronická onemocnění, jako jsou srdeční choroby, dýchací potíže a cukrovka. Nejlepší je dopřát si lehké a zdravé jídlo, v případě onemocnění cukrovkou dát pozor na konzumaci letních lákavých pochoutek, jako je zmrzlina, sladké ovoce, různé letní drinky. Dodržujte pokyny lékaře, užívejte léky podle předpisu.

Iveta Patáková, vrchní sestra pobytových služeb

V DZR se slavilo



Povedené narozeninové setkání se uskutečnilo před pár dny v domově se zvláštním režimem. Tři klientky slaví své narozeniny v měsíci květnu. Paní Marie, paní Anna a paní Helena letos dokonce kulaté devadesáté, a to je pořádný důvod k oslavě! Jubilantce přišly pogratulovat

i zástupkyně Města Jeseník včetně paní starostky. Velký dort od klíčové pracovnice i dortíky z naší kuchyně všem moc chutnaly. Bylo to milé odpoledne a všechny oslavenkyně si ho užily v dobré náladě.

Andrea Stefanakisová, sociální pracovnice



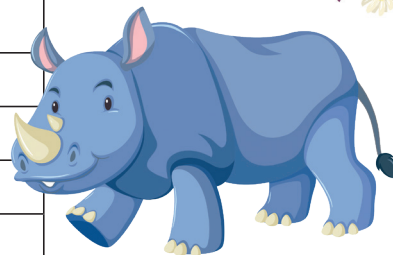
Kvízy



ZVÍŘATA	ROSTLINY
ekefn	eáeknhmř
juragá	stetecřspero
scern	epěnkyl
azok	selzív
uamp	ijreclot
eěvmdd	tmíeošřdauka
cíajz	ezb
jenel	vakhulach
onecroosž	piřokav
folunm	makdñeu
rpaes	izanvid
ovubl	šupvreock
cankro	esrskámikad
lons	ullvaedne
paoueškp	táam
šakil	řves
iopec	oěbldp
zageal	jeaksutar
jotok	dbolyrsmo
ůňk	načbeřť



Poznejte
skrytá
zvířata
a rostliny



Zvířata:
Renek, Jaguar, Smec, Koza, Medvěd,
Zajíc, Jelen, Nosorožec, Muflon, Prase,
Buvol, Krocav, Slon, Papoušek, Liška, Opice,
Gazela, Kojot, Kůň

Rostliny:
Hermánek, Ostropestřec, Pelyněk, Svízel,
Jitrocel, Mateřídouška, Bez, Hlučavka,
Kopřiva, Meduňka, Divizna, Půskvorec,
Sedmířánska, Levandule, Máta, Vres, Podběl,
Saturejka, Dobromysl, Břečtan



Věděli jste, že...

...jsme si pořídili nové vozíky na podávání jídla? Tyto vozíky jsou ideálním řešením pro podávání jídla klientům, kteří se z nějakého důvodu nemohou stravovat v jídelně.

Vozíky odpovídají hygienickým standardům, jsou omyvatelné a vyrobené z materiálu, který je schopen udržet teplotu převáženého jídla, tak, aby klienti na pokoji dostali jídlo teplé. Jídlo je naporcováno ve speciálním nádobí s kryty, které brání vylití stravy během transportu.

Klienti dostanou jídlo teplé a hygienicky nezávadné a pracovníkům šetří čas, který věnovali přehřívání jídla.

