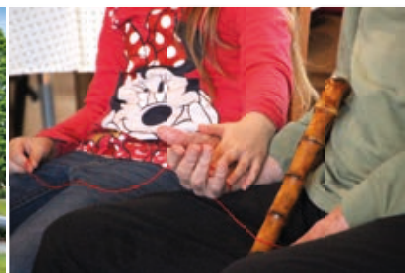




Křišťanoviny

léto 2019



Život v domově • Lidé v domově • Péče • Svět seniorů • Zamyšlení • Poděkování • Babiččina kuchyně



pod lupou

Slovo úvodem

Milí čtenáři, v tomto čísle vás pozveme k ohlédnutí nad událostmi, které se odehrály na jaře a na sklonku léta.

Nejvýznamnější událostí byla oslava osmdesátého výročí založení domova seniorů za podpory Jihočeského kraje, našeho zřizovatele. Slavili jsme společně s obyvateli domova, jejich nejbližšími a přivítali jsme i významné hosty.

Také vám chceme představit krásný projekt „Mezi námi, mezigeneračně“. Jeho náplní je propojení dětí a seniorů, kteří se každý týden společně setkávají, aby si vzájemně předali radost a úsměvy.

Věřím, že vás nejen tyto zprávy potěší. Přeji vám pěkné čtení a samozřejmě krásný podzim

Ing. Bc. Hana Vojtová, ředitelka



www.domovseniorupt.cz

Vydavatel: Domov seniorů Mistra Křišťana Prachatice, Bavorská 936, 383 01 Prachatice, IČ: 004 77 109
registrace MK ČR E 18361 • zpracovala: Mgr. Marika Karbáčová, sociální pracovnice
sazba a tisk: KLEINWÄCHTER holding s.r.o. • FOTO: Karel a Hana Rabenhauptovi

Co jsme prožili v uplynulých měsících...

Jarní měsíce nabídlý mnoho kulturních akcí a výletů.

Masopust

Rej rozjařených masek rozveselil všechny přítomné, kteří hádali, kdo se pod maskou skrývá. Usměvavé masky neroznášely jen občerstvení, ale také lákaly naše uživatele na taneční parket.



Oslava masopustu – březen

Literární kavárna

Městská knihovna Prachatice nabídla na jaře několik zajímavých programů v literární kavárně. V březnu jsme se vydali za krásami Šumavy po stopách malířů s Karlem Skalickým, ředitelem muzea ve Volyni. V dubnu jsme uspořádali „čokoládovou besedu“. O sladkých dobrotách a historii čokolády přišla vyprávět Marcela Krčálová. Na závěr došlo i na ochutnávku různých druhů čokolád. Květnová literární kavárna s Ladislavem Šlégrem byla o založení železniční tratě z Prachatic do Volar a Lenory, vybudované před 120 lety. Všichni si zavzpomínali na svou první cestu, kterou absolvovali vlakem. V červnové literární kavárně byl hostem Ing. Josef Pecka. Ten svým posluchačům nabídl toulání po přírodních útvarech a drobných kamenných památkách na Šumavě. Jeho vyprávění bylo doplněno promítáním velkého množství zajímavých fotografií.



Sbor Radostné přátelství

Zajímavé kulturní akce

Zavítali k nám členky a členové Městské organizace Svazu důchodců, aby nám předvedli nacvičené country tance.

Radostné přátelství rozdávalo radost písněmi mezi našimi seniory. Senioři si zazpívali známé lidové písně a setkání bylo velice příjemné.

Zajímavé promítání pro seniory v domově připravila Hanka Rabenhauptová. V jídelně domova byl postaven velký stan, do kterého se připravilo posezení. Promítání ve stanu přineslo výjimečné pocity, jedinečné snímky, neuvěřitelný pohled kolem dokola a také úplně nové poznání. Naši senioři v jídelně domova objevovali cosi dosud pro ně neznámého.



Stan na promítání

Veselé harmoniky v doprovodu kláves zaznívaly v jídelně domova. Do domova seniorů přijeli zahrát harmonikáři – Jan Tischler a Miloslav Penc.

Poetické setkání se konalo v odpoledních hodinách v jídelně domova. Program s názvem Jak se hladí duše přilákal mnoho posluchačů. Bylo to úsměvné i vážné povídání s dlouholetým rozhlasovým publicistou Františkem Novotným. Spolu s ním dorazil i zpěvák Karel Richard Marinov Kekěš, který nabídl publiku mimo jiné ukázkou alikvotního zpěvu, jím si nechávali harmonizovat duši starověcí egyptští faraoni. V jídelně zazněly i písničky populární a lidové doprovázené akordeonem.



Na snímku Jan Tischler (vlevo) a Miroslav Penc



Na snímku ředitelka domova Hana Vojtová a rozhlasový publicista František Novotný



Na snímku František Novotný (vlevo) a Karel Richard Marinov Kekěš



Pozorné posluchačky

Oslavy v domově

A oslavili jsme **narozeniny našich obyvatel**. Oslavu zpříjemnil Jan Tischler hrou na harmoniku.

Den matek je den, kdy se vzdává pocta matkám a mateřství. Ani v domově seniorů jsme nezapomněli na tuto velkou událost a společně jsme jej oslavili v jídelně domova. Akci zahájilo country vystoupení, které rytmicky rozproudilo všechny přítomné.

První letní den jsme v domově slavili udělení Ceny Ď za dobrovolnickou činnost Hance Rabenhauptové. Náplní její dobrovolnické činnosti je pravidelné společné cvičení se seniory pod názvem Cvičení šité na míru. Plakátová výstava mapuje její dlouholetou dobrovolnickou práci. Každému předala Hanka Rabenhauptová osobní dárek jako poděkování za cvičení a jak jinak byl „ušit na míru“ pro každého, aby připomínal společná, pravidelná „Cvičení šitá na míru“.



Na snímku oceněná Hanka Rabenhauptová



Na snímku Hanka Rabenhauptová při předávání dárku za účast na „Cvičení šité na míru“



Na snímku oceněná Hanka Rabenhauptová před publikem na pódiu Národního divadla



Na snímku malíř obrazu Pavel Vavrys, oceněná Hanka Rabenhauptová a ředitelka domova Hana Vojtová



Ve vestibulu byla výstava fotografií z dobrovolnické činnosti Hanky Rabenhauptové

Výlety

Zámek Kratochvíle patří mezi nejkrásnější renesanční stavby, které se nacházejí v malebné krajině mezi lesy a rybníky. Celkem třináct seniorů s dvěma aktivizačními pracovníci si udělali hezké dopoledne na Kratochvíli. Nezapomněli si prohlédnout interiér zámku, který byl slavnostně vyzdoben a provoněn živými květinami. Konala se zde výstava s názvem „Poezie květů“. Akci zajistila Hanka Rabenhauptová.

Procházku po malebné šumavské přírodě si užili naši senioři, kteří vyrazili na výlet na Jelení Vrchy ležící v údolí Jeleního potoka. Výlet Jeleními Vrchy pokračoval dál, jelo se přívozem po Lipně z Bližší Lhoty do Horní Plané, kde navštívili místní cukrárnu.

Svačiny do kabelky a už se jelo na další výlet. Ani v červnu nechyběl výlet. Tentokrát se navštívilo malebné **jihocheské městečko Frymburk**, které leží v podhůří Šumavy na břehu vodní nádrže Lipno. Výlet si zpříjemnili zastávkou v cukrárně a dále pokračovali přívozem po Lipně do Přední Výtoně.

Klášter ve Vyšším Brodě je sídlem cisterciáckého opatství. V současné době se jedná o jediný funkční mužský cisterciácký klášter v České republice. Klášter patří mezi velmi navštěvované místo, proto ani našim seniorům neunikla příležitost se jet na něj podívat. Rozlehlý areál kláštera, který leží ve vyvýšené poloze nad západním břehem řeky Vltavy, fascinoval zraky nejen našich seniorů, ale také aktivizační pracovníci, která byla jako doprovod. Výlet byl zakončen návštěvou kavárny v Horní Plané.

Návštěva kulturních akcí mimo domov seniorů

V **Muzeu loutek a cirkusu v Prachaticích** po tři dny trvala velikonoční výstava výrobků seniorů. Na této akci nechyběli ani naši senioři.

Jak jsem trávil čas s babičkou a dědou, aneb Šťastné stáří očima dětí 2019 je soutěž, kterou vyhlásila Asociace poskytovatelů sociálních služeb v České republice a město Prachatice se do ní připojilo. Obrázky do celostátní soutěže zaslaly děti z mateřských a základních škol Prachatic. V rámci mezigenerač-



Cenu převzaly tři seniorky z našeho domova seniorů

ního setkání bylo zhotoveno společné dílo od dětí a seniorů z Domova seniorů Mistra Křišťana, které taktéž bylo zasláno do soutěže. Obrázky byly vystaveny v prostorách KreBulu a akce byla zpestřena doprovodným dětským vystoupením a společným sdílením zkušeností.

Dětská návštěva v domově seniorů

Moderní muzika zazněla domovem seniorů. Závěrečné vystoupení nám

předvedly **gymnastky z Domu dětí a mládeže z Prachatic**. Mladá a ohebná těla dívek nechala zrak seniorů stále ve střehu. Vystoupení vzbudilo u všech velké překvapení a obdiv. Gymnastky sklídily obrovský potlesk.

Děti ze ZŠ Vodňanská přišly potěšit naše uživatele. Děti zpívaly písně v doprovodu paní učitelky, která hrála na kytaru. Předvedly i společný tanec a na závěr si děti společně se seniory popovídaly.



Zámecká zahrada na Kratochvíli

Přehled akcí konaných v Domově seniorů Mistra Křišťana Prachatice (červenec–září)

Název akce	Termín akce	Název akce	Termín akce
Hudební terapie trochu jinak... Kristán Alexandr Šebek	1. 7. 2019 9.30 hodin	Prázdninová kavárna centra STROOM Dub o. p. s.	8. 8. 2019 13.30 hodin
Literární kavárna Zvyky, mýty a pověsti Šumavy – beseda s Růženou Váchovou ze Šumavského spolku, z. s.	4. 7. 2019 14.00 hodin	Výlet do kavárny Pod Zámekem ve Vimperku	9. 8. 2019
Prázdninová kavárna centra STROOM Dub o. p. s.	4. 7. 2019 13.30 hodin	Výlet na Hrad Nové Hradky	14. 8. 2019
Grilování	11. 7. 2019 14.00 hodin	Prázdninová kavárna centra STROOM Dub o. p. s.	15. 8. 2019 13.30 hodin
Prázdninová kavárna centra STROOM Dub o. p. s.	11. 7. 2019 13.30 hodin	Výlet do Kašperských Hor (Muzeum historických motocyklů a jízdních kol)	16. 8. 2019
Výlet do Netolic	17. 7. 2019	Výlet do Planetária České Budějovice	20. 8. 2019
Prázdninová kavárna centra STROOM Dub o. p. s.	18. 7. 2019 13.30 hodin	Canisterapie	21. 8. 2019 9.00 hodin
Výlet do Jindřichova Hradce	19. 7. 2019	Zápis na „Cvičení šité na míru“ s Hankou RH+ za poslechu francouzské hudby	21. 8. 2019 10.00 hodin
Přátelská návštěva v Domově seniorů Kúsov	23. 7. 2019	Životopisná beseda s živou hudbou	21. 8. 2019 14.00 hodin
Prázdninová kavárna centra STROOM Dub o. p. s.	25. 7. 2019 13.30 hodin	Canisterapie	22. 8. 2019 9.00 hodin
Výlet na Zámek Červená Lhota	30. 7. 2019	Prázdninová kavárna centra STROOM Dub o. p. s.	22. 8. 2019 13.30 hodin
Literární kavárna Tajemná Toulava – vyprávění pověstí a promítání se spisovatelem Hynkem Klimkem	1. 8. 2019 14.00 hodin	Canisterapie	23. 8. 2019 9.00 hodin
Prázdninová kavárna centra STROOM Dub o. p. s.	1. 8. 2019 13.30 hodin	Výlet do Netradiční tkalcovny „Na vlně“ do Bošic	27. 8. 2019 8.00 hodin
Výlet na Poutní místo – Lomec	1. 8. 2019	Prázdninová kavárna centra STROOM Dub o. p. s.	29. 8. 2019 13.30 hodin
Grilování	2. 8. 2019 14.00 hodin	Grilování	29. 8. 2019 14.00 hodin
Výlet na zámek Mitrowicz, návštěva kavárny v Týně nad Vltavou, okružní jízda kolem Temelína	7. 8. 2019	Literární kavárna Kamarádky Aghata Christie a Olga Simonová - přednáška Jana Vaněčka v doprovodu černošské folkové zpěvačky Skipty a hosta Miluše Malé	5. 9. 2019 14.00 hodin

Společný život – Historie Domova seniorů Mistra Křišťana Prachatice

... jak šel čas...

Historii můžeme datovat od roku 1806, kdy otec Jana Neumanna koupil dům s čp. 142, kde se dne 28. března 1811 narodil Jan Nepomuk Neumann, který se později stal knězem a biskupem ve Filadelfii. Po jeho smrti v roce 1860 otec dům s čp. 142 odkázal Kongregaci Milosrdných sester pro potřeby sirotčince.

Marie Karolina Neumannová, která se stala v roce 1835 řádovou sestrou řádu sv. Karla Boromejského, dům převzala a zřídila zde ústav pro výchovu děvčat. Později zde byl i penzionát a klášterní škola, které za první světové války trpěli bídou a útrapami.

V roce 1918 zde vznikl sirotčinec pro válečné sirotky. Vedení a správa sirotčince podléhala Milosrdným sestrám sv. Karla Boromejského. Po zabrání českého pohraničí v říjnu 1938 se dostaly Prachatice do území Bayerische Ostmark.

Dnem
1. května 1939
byl sirotčinec změněn
na Zopatřovací ústav
pro neduživé a staré muže
a ženy, celkem pro 100 osob.
Od tohoto data se začala
psát historie poskytování
služby domova pro
seniory.

Po odchodu Němců se charakter ústavu nezměnil, jeho účelem zůstala péče o neschopné a přestárlé muže i ženy české národnosti, českými řeholními sestrami a českým personálem. Kongregační ústav byl v roce 1948 změněn v Charitní domov.

Prvního ledna 1960 převzaly příslušné okresy všechny ústavy, které dosud spadaly pod Ústřední České katolické Charity v Praze. Dostaly tak nové pojmenování Domov důchodců. Pokračovalo se v počatých renovacích a modernizacích

zařízení ústavu. V řeholním kolektivu sester bývaly častěji změny, stále více se nahrazovaly civilními sestrami.

V roce 1993 přešlo zařízení pod správu Okresního úřadu v Prachaticích. V tomto roce bylo dáno do provozu Víceúčelové sociální zařízení, které bylo součástí Domova důchodců. Byla zde rehabilitace, klub postižených dětí a zdravotnická prodejna.

Významným mezníkem v historii domova byl přelom století. V červenci roku 2000 byla oficiálně zahájena stavba nového Domova seniorů v Prachaticích. Koncem února roku 2003 se začali stěhovat první obyvatelé do nového domova.

V roce 2005 se konalo vysvěcení kaple domova seniorů. Obřad byl proveden vikářem Josefem Sláčkem a děkanem Jaroslavem Havrdou.

Společenský a kulturní život v domově dále pokračoval. Život obyvatel domova se nezastavil. V domově seniorů se uskutečnilo mnoho akcí a výletů. V červnu roku 2008 se začal vydávat nový občasník s názvem Křišťanoviny.

11. dubna
2003 se
uskutečnilo
slavnostní otevření
nového domova. Domov
nese nový název –
Domov seniorů
Mistra Křišťana
Prachatice.

A tak šel čas... je tomu nyní 80 let od prvního založení domova seniorů v Prachaticích. V domově se vystřídalo mnoho uživatelů, na které rádi vzpomínáme a vždy si je připomeneme prostřednictvím kronik. V domově seniorů se každý rok koná mnoho akcí s rozmanitým programem, vždy několikrát do měsíce, mezi nimiž lze pozorovat již dlouholetou tradici.

A právě 31. května 2019 jsme společně oslavili 80 let na Zahradní slavnosti v Domově seniorů Mistra Křišťana Prachatice.



Zahradní slavnost – oslava 80. výročí založení domova

Bujarý smích, živá muzika, vůně grilovaných dobrot – to vše se odehrávalo v domově. Zahradní slavnost zahájila Ing. Bc. Hana Vojtová, ředitelka domova. Slavili nejen zaměstnanci domova společně s jeho obyvateli, ale také rodinní příslušníci našich uživatelů a přátelé domova. Slavnosti se zúčastnilo více než sto osmdesát osob – všichni přišli společně s námi oslavit 80leté působení a péči o své blízké, své rodiče, prarodiče a známé. Domov seniorů navštívila i Mgr. Pavla Doubková, vedoucí odboru sociálních věcí Krajského úřadu Jihočeského kraje v Českých Budějovicích.

Připravili jsme rozmanitý program pro všechny přítomné – mažoretky z Husince, k poslechu hrála kapela Ivana Harazimová a Band. Pro děti byl připravený dětský koutek, kde si mohly zasoutěžit a také nechat si zkrášlit obličej malbou. Doprovodná výstava fotografií mapovala historii domova. Sladké pohoštění ve formě koláčků, muffinů, šátečků a lineckého cukroví bylo vyrobeno týmem naší kuchyně. O obsluhu se postarali klienti organizace Stroom Dub. Celá akce se vydařila, počasí přálo a slavnostní atmosféra vydržela až do večerních hodin.

A takhle to vypadalo na oslavě...



Oslavy se zúčastnila vedoucí odboru sociálních věcí Krajského úřadu Jihočeského kraje Mgr. Pavla Doubková (vlevo) a hosty přivítala ředitelka domova Ing. Bc. Hana Vojtová



Rozhovor s rodinnými příslušníky uživatelů

Alena Pancerová

63 let, novinářka, pracuje pro vydavatelství Vltava Labe Média a.s.

Proč jste si vybrali náš Domov seniorů Mistra Křišťana?

Navštívila jsem několik domovů v Jižních Čechách a ať se na mě odjinud nezlobí, ale to, co jsem viděla v Prachaticích, mě naprosto uchvátilo. Navíc mohu maminku mít v domově v městě, kde bydlím, což je také velká výhoda.

Odpovídá poskytovaná péče potřebám Vaší maminky?

Naprosto. Je o ní nejen postaráno po stránce pečovatelské pomoci, ale může si tady jistě připadat jako v centru zájmu o sebe.

Splňuje poskytovaná péče Vaše očekávání?

Na tisíc procent.

Je v zařízení zajištěné vše, co ke svému životu a spokojenosti uživatelé domova potřebují?

Určitě. Maminka je tady náramně spokojená.

Zhodnoťte přístup personálu k Vašemu blízkému.

Pracují tady milionoví lidé, i když bych měla správně říct především milionové ženy a dívky. Jsou všichni velmi přátelští, přijali nejen moji maminku, ale i mě za svou. Navštěvuji maminku denně, výjimečně mám absenci, ale mohu pracovat s jistotou, že je o ni perfektně postaráno.

Podporuje personál uživatele dostatečně k soběstačnosti a nezávislosti?

Někdy mám pocit, že se o moji maminku starají víc, než se starala ona sama o sebe. Užívá si to.

Cítíte, že je o Vašeho blízkého pečováno s úctou, láskou a respektem?

Určitě a je to vidět každý den a na každém kroku.

Naslouchá personál potřebám Vašeho blízkého?

Kdyby ne, neplatila by ani jedna odpověď z předchozích otázek.

Co oceňujete na péči domova nejvíce?

Komplexnost péče, a hlavně děvčatům není za těžko pracovat s lidmi trpící demencí či ztrátou paměti tak, jako kdyby klienti byli bez těchto handicapů. Dále oceňuji nabídku výborné stravy.

Pestrost programu Smyslové aktivizace a činností v nabídce pro klienty, možnost výletů, besed, přednášek, ale i tvůrčí činnosti. Domov je plně otevřený svému okolí. Je součástí života našeho města.

Mají uživatelé možnost žít v domově aktivně?

Zcela jistě.

Co se za poslední dobu podle Vás v Domově zlepšilo?

Když jsem navštívila domov krátce po jeho otevření,

nezanechal ve mně dobrý pocit, abych do budoucna měla o něm představu jako o domovu pro moji matku. Zkrátka nelíbilo se mi tady.

Nyní i po necelém roce pobytu moji maminky tady vidím zlepšení v mnoha ohledech. Například jídelna domova připomíná spíše restauraci vyšší kvality než jídelnu společného stravování. Od kuchařek v místní kuchyni by se měli nejen prachatičtí kuchaři učit. Nabídka výletů se enormně zlepšila po zakoupení nového vozila.

Už bych nerada domov měnila.

Milada Havelková

72 let, aktivní seniorka

Odpovídá poskytovaná péče potřebám Vašeho blízkého?

Odpovídá, protože starší lidé nejsou tolik nároční, ale tohle je poskytovaná péče, která úplně přesahuje to, co by babička mohla potřebovat. Do domova chodím na návštěvu každý den a za dobu mé návštěvy tam přijde dvakrát personál se zeptat, zdali někdo něco nepotřebujeme.

Myslím si, že je péče splňována na nejvyšší míru. Nemluvě o tom, že je tam vždy perfektně uklizeno, a to každý den. Všechno je tak, jak má být.

Splňuje poskytovaná péče Vaše očekávání?

Tak moje očekávání splňuje úplně a nejradši bych tady už sama byla uživatelkou domova (smích). Velmi se těším k Vám do domova.

Je v zařízení zajištěné vše, co ke svému životu a spokojenosti uživatelé domova potřebují?

Ano, úplně vše. Myslím si, že i při požadavcích babičky, kdy ona něco výrazně potřebuje a neřekne to třeba mně, takže vy jí to okamžitě poskytnete.

Zhodnoťte přístup personálu k Vašemu blízkému.

Není k tomu co dodat, všechno je perfektní. Excelentní péče.



Podporuje personál uživatele dostatečně k soběstačnosti a nezávislosti?

Ano, podporuje. Vždy je soběstačnost a nezávislost zajištěna vzhledem k individuálním možnostem toho člověka. To znamená, že když člověk bude chtít sám chodit, tak bude sám chodit, ale když se na to člověk nebude cítit, zavolá si k sobě pracovníci, která ho doprovodí a zajistí mu podporu.

Cítíte, že je o Vaše blízkého pečováno s úctou, láskou a respektem? Jednoznačně.

Naslouchá personál potřebám Vašeho blízkého?

To už jsem řekla... cokoliv babička chce, tak to má. Akorát jí nosím pivo, to jí personál nenosí (smích). Ale jak říkám, cokoliv je potřeba, tak se to personál snaží okamžitě splnit. Babička má opravdu všechno, co si přeje.

Co oceňujete na péči domova nejvíce?

Já nevím, co bych řekla, protože tady je mnoho aktivit a nabídek pro uživatele, že to nelze všechno ani vyjmenovat.

Mají uživatelé možnost žít aktivně?

Jednoznačně. Tady bych chtěla hlavně zdůraznit množství nabízených činností pro uživatele domova. Kdybych babičku měla doma, tak jí v životě

nezajistím takové činnosti, které tady má. Tady je to samá kultura. Skoro každý týden v domově zaznívá hudba. Jsou zde pořádané přednášky, besedy, ale také milovníci zvířat si přijdou na své díky canisterapii. Babička dochází do skupinek Smyslové aktivizace, kde společně s dalšími uživateli domova něco vaří nebo tvoří. Nesmím zapomenout zmínit skupinky na trénování paměti, kde babička dostává úkoly, to ji moc baví.

Co se za poslední dobu podle Vás zlepšilo?

Zlepšilo se jídlo. Babička si ho nemůže vynachválit.

Radek Hoda

z Prachatic

Odpovídá poskytovaná péče potřebám Vašeho blízkého?

Myslím si, že poskytovaná péče je na vysoké úrovni. Poskytovaná péče splňuje moje očekávání. Jsem velice rád, že moje babička může pobývat v tomto domově. Navštěvuji ji dvakrát až třikrát týdně, jak mi dovolí pracovní vytíženost.

Je v zařízení zajištěné vše, co ke svému životu a spokojenosti uživatelé domova potřebují?

V domově seniorů je množství aktivit, které může klient využít, a tím aktivně zpestřit svůj volný čas. Klienti žijí v čistotě, mají na výběr z více jídel, prádelna zajišťuje čisté prádlo a je plně zajištěna lékařská péče. Proto si myslím, že mají vše, co potřebují.

Zhodnoťte přístup personálu k Vašemu blízkému.

Personál přistupuje k péči zodpovědně, zejména práce ošetřovatelek je v tomto nezastupitelná a spolehlivá. S personálem je vždy dobrá domluva. Myslím si, že i personál se snaží dostatečně zajistit uživatelům jejich soběstačnost a nezávislost.

Cítíte, že je o Vašeho blízkého pečováno s úctou, láskou a respektem?

Nikdy jsem se nesetkal s negativním přístupem, naopak, ošetřující personál byl vždy vstřícný, usměvavý a milý. Díky jejich péči je tu babička stále s námi.

Naslouchá personál potřebám Vašeho blízkého?

Všichni se dle mého názoru snaží vytvořit pro klienta příjemné a pohodlné prostředí. Ošetřovatelský personál babičce provádí bazální stimulaci, která jí ulevuje od obtíží.

Co oceňujete na péči domova nejvíce?

Oceňuji především náročnou práci ošetřovatelek, výbornou kuchyni, čisté a příjemné prostředí a dále dostatek aktivit.

Mají uživatelé možnost žít v domově aktivně?

Myslím, že ano. Ať už se jedná o Smyslovou aktivizaci, zahradní terapii, kulturní akce, výlety, cvičení a mnoho dalšího.

Co se za poslední dobu podle Vás v Domově zlepšilo?

Zejména musím ocenit klimatizaci v celé budově, ta pomáhá zejména klientům, kteří tráví více času na pokoji, trávit zvláště horké měsíce v příjemnějším prostředí. Taktéž i obměna zdravotních pomůcek jako je například antidekubitní matrace – která je pro babičku zcela zásadní pro její zdravotní strav. Babička nyní používá nové pojízdné křeslo, které je pohodlnější než to předchozí.



Novinky v péči

Návštěvní hodiny: konzultace u vrchní sestry

V našem domově mohou rodinní příslušníci využít konzultační hodiny o zdravotním stavu svých blízkých.

Konzultační hodiny: čtvrtek 13:30 – 15:30 hod., v kanceláři vrchní sestry č. 3.55

Vrchní sestra informuje rodinné příslušníky o aktuálním zdravotním stavu jejich blízkých. Informace lze podat pouze osobám, které uživatel sám určí.

Profesionalita a včasné zajištění ošetrovatelské péče uživatele je pro nás prioritou.

Domov seniorů má svůj Facebook

Najdete nás pod názvem „Domov seniorů Mistra Křišťana Prachatice“.



Domov seniorů Mistra Křišťana Prachatice
Místní firma



[Zpráva](#)

Titulní strana Facebooku

Na facebookových stránkách můžete sledovat aktuální dění domova.

Přijďte sledovat náš Facebook. Nejenže se dozvíte o tom, jak to u nás funguje, budete v centru dění, ale také s námi můžete bořit předsudky a stereotypy o stáří a domovech seniorů.

Nová jídelna

Proměnili jsme stolování a prostírání. Máme nové židle, stoly nově zdobí květiny. Na léto jsou připraveny chlazené nápoje ve vaříčcích. A protože jíme i očima snažíme se, aby barevnost a pestrost byla na talíři.



Snídaně



Na snímku kuchařka Věra Rejžková

Projekt Mezi námi

Ve spolupráci s organizací Mezi námi se domov zapojil do projektu s názvem **Mezigenerační setkání**. Díky těmto programům se setkávají ti, mezi nimiž je věkový rozdíl třeba více než 80 let života. Do Domova celé jaro docházely děti z MŠ Česká a MŠ Skalka a společně se seniory zpívali písničky, vyprávěli si pohádky, tvořili a společně se smáli. Díky tomu se při těchto setkávání poznávají a objevují své zdánlivě rozdílné světy. Každé dítě si našlo „svou“ babičku a dědečka, aby se vzájemně obdařili dobrou náladou.

Na setkání se těšíme již brzy po prázdninách.





A o tom, jak z obyčejných setkání vzniknou neobyčejné vztahy:

Pětiletá Nikolka vypráví: „V domově seniorů se mi líbilo. S babičkami jsme tam kreslili, lepili obrázky, hráli hry a vyprávěli jsme si pohádky. Měla jsem tam „svoji“ babičku, která byla upravená. Byla hezky namalovaná, vlasy měla šedivé a na krátko střižené. Byla moc hodná. Pomáhala mi s lepením obrázků, s malováním na papír a také psát její jméno. Chtěla bych „svou“ babičku navštívit i s mojí maminkou a sestřičkami.“

Malá Nikolka z mateřské školy přišla společně s její maminkou a mladší sestřičkou navštívit „svou“ babičku do domova.

Co nám napsala uživatelka našeho domova o setkání s dětmi...

„Před několika měsíci začalo společné setkávání s dětmi z mateřské školy. Byli jsme zvědavé a také jsme měli obavy z toho, jaké to bude. Nakonec byl zájem takový, že jsme se rozdělili na dvě skupiny. Každou středu měla setkání jedna skupina.

Přátelství mezi babičkami a dětmi ovšem neskončilo.

Děti přišly pěkné, veselé a kamarádké. Jsou to asi pětileté děti, které teď půjdou do školy. Jejich vedoucí je dobře vedli, takže jsme se s nimi rychle skamarádili. Také nám zazpívaly a zatancovaly. Nejraději tancovaly tanec zvaný Ptáček. Vždycky si mezi nás sedly a představili jsme se.

Při prvním sezení jsme kreslili jedna druhou – čili moje holčička Kačenka mě a já zase ji. Obrázky jsme si vyměnily. Pak jsme také navlíkali korálky na náhrdelník a ten jsme také od nich dostaly. Pak jsme také postupně rozmotávali klubko vlny a každý řekl něco z pohádky O perníkové chaloupce. Zkoušeli jsme hrát i pexeso, ale to mi moc nešlo. Už nemám tu paměť... Také jsme se učili poznávat léčivé byliny a říkali jsme se na co, která bylina je. Bylo jich asi osm. A bylinku meduňku jsme dostali v ozdobné skleničce, abychom si z ní udělali čaj na klidný spánek.

Každá skupinka se schází každých čtrnáct dní. Je to zajímavé a také předešlým dnešní děti jsou jiné, než jsme byli my. Jsou chytré a přitom slušné, správně sebevědomé, pěkně ustrojené a chovají se slušně. Na rozloučenou podají babičkám ruku s tím, že přijdou zas.

My jsme měli úplně jiné dětství, i když také hezké... Že nebyly školky (aspoň u nás ne), byli jsme více s rodiči a prarodiči. A tak si také na svoji babičku vzpomenu. Snad i tyto děti si jednou vzpomenu, jak chodily za babičkami do domova seniorů.

Přeji všem dětem, i svým vnoučatům a pravnoučatům šťastný život a mít.“



Příběh TI, KDO NÁS DNES POTKÁVAJÍ

Z knihy *Kniha radosti* od Eduarda Martina

Od dětství jsem toho podivuhodného muže potkávala na vesnici, kam jsem jezdila na léto za dědečkem a babičkou.

A vždycky mi připadal velice starý.

A přitom nebyl starý, když jsem ho poprvé viděla, bylo mu asi třicet let, jenomže malým dětem se třicetiletí lidé zdávají přímo prastarí.

Jak velcí mi připadali v první třídě třeba takoví třeřáci, jak chytří a zkušenější mi připadali, natož ten, který byl, jako tehle podivuhodný pán, ještě o tolik starší – a byl učitelem.

Bydlel v sousedství se svou ženou a malými dětmi. Usměvavý, veselý – vždycky jsem se s ním ráda setkala a záviděla jsem jeho dětem, že mají takového tatínka. Moje matka byla, jak o sobě říkala, „moderní žena, která se chce realizovat“, jenomže tahle slova užívala jako výmluvu pro to, že odešla ode mne a od mého otce k jinému pánovi. U našeho souseda bylo jasné, že se také chce realizovat, ale v první řadě – jak mi připadalo – se „realizovat“ v tom, že se snažil svým dětem udělat krásné dětství.

Když se teď – v šedesáti letech – ohlédnu nazpátek, vidím ho vždy takového, jako jsem ho vídala tentokrát: zalitého vděčným světlem, vždy připraveného poradit, potěšit, povzbudit. Dospělí často nechápou, jak často děti potřebují povzbuzení, jak povzbuzení dokáže uzdravovat a – vychovávat...

Vždycky si na mne uměl udělat čas, stejně jako na každého, kdo ho navštívil, a chodívali za ním lidé z celé vesnice, byl „zpovědníkem“ svých přátel a jejich dětí – a jak stárl, později i jejich vnuků.

Letos jsem byla v létě na naší staré rodinné chalupě – navštívit vnuka, který se na venkov přestěhoval – a potkala jsem zase souseda, pana učitele. Už překročil osmdesátku, ale jeho úsměv je stále stejně mladý a stále stejně hřeje ty, s nimiž se setkává.

Pozvala jsem ho k nám na kávu a na nedělní mámovku, jak jsme jeho děti i já tehdy dávno říkali bábovce. (Nejlepší bábovky vždy pekla jeho žena

– maminka jeho dětí –, a tak se u nich říkalo místo bábovka mámovka. Pro mě v tom slově byl vždycky příděch stesku, protože moje matka mi žádné mámovky nepekla... Ani k nám nejezdila a netelefonovala mi, odstříhla si nás.)

Seděl proti mně, rovný jako svíce, vlídný, rozsvícený úsměvem, každá chvíle z těch, jež mi podával, byla sladká – jako by do nálady přihodil kostku cukru.

Jsou takoví lidé: jenom se s nimi sejdete – a mizí hořkost, dokážou svou blízkostí oslazovat čas...

Řekla jsem mu, co pro mě znamenal už více než před půlstoletím, když jsem jej a jeho rodinu poznala.

„Ráda bych znala váš recept na to, že jste měl tak hezký život a že jste tak hezký život dělal svým blízkým,“ řekla jsem, i když jsem věděla, že mi odpoví, že na to žádný recept není, nebo řekne nějakou frázi, jakou bych uměla i já.

„Existuje takový recept,“ odvětil po chvíli. A pohlédl mi laskavě do očí.

„Opravdu?“ vydechla jsem.

„Vždycky se snažím,“ řekl, „aby ten, kdo ode mne odchází, měl v sobě víc radosti, než když mě potkal.“

mlčela jsem.

„Zkusil jsem to už v mládí – snažím se to dělat tolik let – a je to znamenité. Když si TOHLE navyknete, uvidíte, jak se vám promění celý život,“ pokývl.

Představila jsem si, s kým jsem ten den mluvila.

A začervenala jsem se. Nebyl to dobrý den – vstala jsem ráno z postele levou nohou –, měla jsem zase „jednu ze svých nálad“. Musela jsem uznat, že lidé, s nimiž jsem ten den mluvila, odcházeli ne veselejší, než když mě potkali, několik jich odešlo dokonce pěkně dopálených...

Když „NÁŠ PAN UČITEL“, jak se mu na vesnici stále říká, protože učil tři generace (zní to jako z povídky Boženy Němcové, že?) odešel, bylo mi hezky.



Prosvítíl svou návštěvou zbytek dne, poradil mi v několika záležitostech, nenásilně: uměl radit tak, že jenom pojmenovával – pojmenovával těžkosti z odvrácené strany a člověk je sám pak začal chápat jinak. Ale hlavně, předal mi svůj recept. Uvědomila jsem si, jak toužím po tom, aby mě moji bližní brali tak, jako mne bere on – jako někoho, kdo potřebuje něco hezkého slyšet, kdo potřebuje trochu radosti.

A že oni ji potřebují...

Ode mne...

Představila jsem si, s kým jsem se měla ten den setkat.

A co jsem jim chtěla říct – a jakým způsobem.

Bylo mi hned jasné, že by ode mne neodcházeli radostnější, než ke mně přišli.

A stačilo lehce změnit slova.

Uvažovala jsem.

Kdyby se zítra všichni u nás na vesnici rozhodli, že každý, koho potkají, má mít po setkání víc dobré nálady, než jí měl předtím...

Jak by se naše vesnice proměnila.

Jak by se proměnilo každé místo na tomhle světě, kdyby na něm žili lidé zvyklí jednat moudře, vlídně, kdyby na světě žili lidé, kteří by si zvykli procházet svými dny tak, jako svým životem procházel – a prochází – náš podivuhodný soused...

Jak hezké by bylo se zítra probudit – vyjít mezi lidi – vyjít do radosti.

Ale to bych musela podávat radost už od rána i já.

Babiččina ovocná bublanina

- 1 hrnek – cukr krupice
- 1 hrnek – mléka
- 1 ks – vanilkový cukr
- ½ hrnku – olej
- 1 ks – prášek do pečiva
- 2 hrnky – polohrubá mouka
- 2 ks – vejce

+ ovoce, podle toho, které právě sklízíte

Při zadělávání těsta na bublaninu lze použít místo mléka ovocnou kompotovou šťávu. Moučník bude mít hned lepší příchuť.

Postup: Do mouky přidáme vejčka, prášek do pečiva, vanilkový cukr, hrnek mléka, hrnek cukru a olej. Vše promícháme. Plech vymažeme olejem nebo máslem a vysypeme moukou. Na plech vylijeme těsto a poklademe jahody. Bublaninu vložíme do předehřáté trouby na 170 až 180 °C a pečeme dozlatova. Po upečení bublaniny ji lze ozdobit šlehačkou.

Léčivé účinky jahod

Jahody pomáhají při chudokrevnosti, cukrovce, překyselení žaludku, revmatismu, dně, proti žlučovým, ledvinovým a močovým kaménkům. Jahody jsou bohaté na rozpustnou rostlinnou vlákninu a ulehčují pohyb stolice střevy. Dále jsou dobré na posílení srdce a nervů. Rovněž mohou mít pozitivní účinky na tvorbu testosteronu a podporu krevního oběhu v pohlavních orgánech. Jahody jsou díky vysokému obsahu vitamínu C účinné také při nachlazení. Hlavní význam jahod spočívá v tom, že zlepšují proudění krve v arteriích. Povzbuzují činnost štítné žlázy a dodávají energii.

Šest zajímavostí, které možná o jahodách nevíte...

Jahody znali už ve starověkém Římě. Tohle královské ovoce se na našem

území začalo více pěstovat v 19. století v okolí Neveklova na Benešovsku. O rozšíření jahod v Čechách se postaral Rudolf Strimpl. V roce 1896 si nechal od přítele z Ameriky poslat první sadbu polních jahod.

Dle amerického výzkumu mají jahody největší antioxidační účinek z veškerého ovoce.

V jahodách je oproti ostatnímu ovoci méně přírodních cukrů, zato jsou výrazným zdrojem tekutin, které tvoří až 87 % objemu.

Průměrná jahoda má na svém povrchu kolem 200 semínek.

Jahody fungují jako afrodiziakum pro muže i ženy. Jejich semínka totiž obsahují zinek, nejdůležitější minerál ovlivňující sexuální výkonnost.

Jahodám nesvědčí mytí pod tekoucí vodou. Přicházejí tak totiž až o 50 % vůně.

POMŮCKA: ASH, EIS, EON, IKE	CHEM. ZN. BARYA	NÁZEV HLÁSKY N	NEOHEBNÁ	OLEJ ANGLICKÝ	SPZ HODONINA	ZNAČKA LUXU	LED NĚMECKÝ	PRÁŠEK PROTI HMYZU	NAROZEN ZKR.	O CO	NOČNÍ VIDINY	SEKNOUT	RAKOUSKÉ MĚSTO	ROMÁN S OSUDY RODŮ
KRUTOST													INFORMAČNÍ SYSTÉM ZKR.	
1. DÍL TAJENKY													POPĚVEK ORGÁNY ZRÁKU ZDROB.	
DRUH JEMNÉ LÁTKY		SPZ ÚSTÍ NAD LABEM				STRANA ZKR.				LEHKÝ BETON				
POPEL ANGLICKÝ		JMÉNO HVĚZDY												
SLONÍ ZUB														
PŘÍVLAST- NOVACÍ ZÁJIMENO ŽEN. ROD														
INICIÁLY FYZIKA EINSTEINA			POTÁPĚČ- SKÉ ZVONY											
POHYB OČNÍHO VÍČKA														
PŘEZDÍVKA PREZIDENTA EISEN- HOWERA														
VÝZVA K ZAHÁJENÍ SOUBOJE				TĚLOCVICHÝ PRVEK	SPOJE VZNI- KLÉ ŠITÍM	INICIÁLY ATLETA ZATOPKA	ŘÍMSKÝCH 1505	BRUTTO REGISTRO- VANÁ TUNA ZKR.	ODLIŠNÁ NÁREČNĚ	CHEM. ZN. LITHIA			TITUL KANDIDÁTA VĚD ZKR.	DLOUHÁ ČASOVÁ JEDNOTKA
OZNAČENÍ NAŠICH LETADEL		ZAJISTĚ						ÚČETNÍ ROZVAHA						
NEHOŘLAVÁ		INICIÁLY HEREČKY RŮŽIČKOVÉ						OPERAČNÍ SYSTÉM						
HLODAVCI						POSTAVIT SE						VYSOKÁ KARTA		
												KYANID DRASELNÝ		



Tajenka Z veškerého ovoce mají jahody největší