

ZPRAVODAJ DOMOVA SUE RYDER

Milí čtenáři,
těsně před vydáním Zpravodaje mě potěšil Max Kašparů – teolog, psycholog a psychiatr. Tak se s Vámi o potěšení podělím. Jarní únava je prý úplně normální, podle výzkumů ji zažívají tři čtvrtiny lidí. A nejlépe na ni pomáhá odpočinek, úprava jídelníčku, prodloužený den a vitamíny C, A a D. Úpravu jídelníčku nechám na naší restauraci, den se prodlužuje sám od sebe. Na mě zbývá odpočinek a vitamíny. A důležité je, že jarní únava obvykle během dvou až tří týdnů zmizí. Buďme tedy k sobě navzájem tolerantní, podle statistiky máme kolem sebe většinu jarně unavených.

Matěj Lejsal, ředitel

JARNÍ KONCERT S NAŠIMI KLIENTY

Při každodenním pátečním zpívání jsme se připravovali na jarní koncert, který se letos uskutečnil 26. 3. a jimž jsme společně s našimi klienty a personálem Domova přivítali jaro. Sešli jsme se v hojném počtu na terase, kde na nás po celý čas svítilo sluníčko, které nás po dlouhé zimě příjemně zahřálo. Při zpívání známých lidových písniček se k nám připojila většina zúčastněných a byli jsme vždy odměněni velkým potleskem.

Koncert byl zakončen sladkou tečkou, při níž byli všichni zváni na velikonočního beránka, mazanec a osvěžující nápoje. Při hudbě Karla Gotta, která zpříjemňovala závěrečné občerstvení, jsme si společně všichni pěkně popovídali. Při odchodu dostal každý na památku malou papírovou kytičku.

Chtěli bychom poděkovat všem, kteří se jakýmkoli způsobem zúčastnili, pomohli a zpříjemnili tak celou akci. Těšíme se na další setkání!

Erika Jurgová, vedoucí rehabilitace



VAJEČNÁ MISE NEJEN V KUCHYNI

Klienti i zaměstnanci Domova se před Velikonocemi pečlivě chystali na nadcházející svátky. V Denním centru Domova jsme se s vervou pustili do ručních prací, jak si můžete přečíst na následující straně. Na všech odděleních vytvářeli velikonoční výzdobu pečovatelé společně s klienty. Ovoce této spolupráce můžete v těchto dnech vidět po celém Domově.



Poněkud atypický úkol v Domově připadl na zaměstnance kuchyně. Právě pro velikonoční výzdobu totiž bylo potřeba nachystat důležitou velikonoční surovinu – prázdná vajíčka. Po několika týdnech před velikonočními svátky tak musel personál každé použité vejce opatrně vyfouknout. Takto nachystali více než 300 vaječných skořápek na malování kraslic! Týmu kuchyně za tuto trpělivou práci děkujeme a gratulujeme jim k znovu získané svobodě vajíčka rozbít...

Josef Havlík, koordinátor PR

NOVÝ KARLOV

Náš dobročinný obchod v ulici Ke Karlovu na Praze 2 je jeden z našich nejmladších obchodů. A také jeden z nejtmaživších. Proto dostane v dubnu nový, veselejší kabátek. Za laskavé finanční i manuální pomoci dobrovolníků z GE Volunteers ELFUN (sdružení dobrovolníků z řad zaměstnanců GE Money Bank, a.s.) vymalujeme obchod na oranžovo-bílo a usijeme svěží zelené závěsy. Výloha dostane moderní polepy a přebroušená podlaha nový lesk. Z těchto důvodů musíme bohužel obchod ve dnech 23. 4. až 26. 4. uzavřít pro zákazníky. Ale již v úterý 27. 4. vás zveme na slavnostní znovuootevření nového jarního Karlova!

Radka Kulhánková, vedoucí dobročinných obchodů

FUNDRAISEROVY JARNÍ STRASTI A SLASTI

Přemyslím, jakou informaci začít dubnový Zpravodaj. Tolik témat, tolik práce před námi. Projektů, o jejichž podporu opakovaně žádáme, kde se dá, máme mnoho. Jedno nepsané fundraisingové pravidlo říká, že by člověk měl s podávanými projekty být úspěšný zhruba v poměru 1:3. Vztážno k roku 2010: dodnes jsme podali již 11 grantových žádostí a 15 žádostí o dotace z ministerstev, Magistrátu Prahy a z městské části Praha 4. Zatím přišlo 10 odpovědí a v 8 z nich jsme, zpravidla částečně, uspěli. Na 16 odpovědi teprve čekáme. Myslím, že se v tomto směru můžeme pochválit, jak jsme síkovni.

Jedním z dlouho plánovaných a nyní čerstvě „oprášených“ projektů je otevření letní zahrádky před naší restaurací, přímo ve dvoře Domova. Proč tak dlouho odkládáme její otevření, když všichni víme, že bude jednoznačným přínosem pro Domov a jeho obyvatele? Vždyť se nám počáteční investice (nyní odhadovaná na 150 tis. Kč) přeci brzy vrátí nejen prostřednictvím zvýšení tržeb restaurace! Také bychom rozšířili možnosti vzájemného prolínání světů našich klientů s hosty Domova a snad i upoutali pozornost nových podporovatelů a dárců. Úskalí je „pouze“ v tom, že jednoduše nemáme počáteční zdroje, abychom mohli toto naše přání zrealizovat. Máte jakýkoliv nápad, jak bychom to mohli udělat? Podělte se, prosím, o něj. V grantových řízeních se musíme ucházet přednostně o podporu aktivit, bez nichž by Domov nebyl Domovem.

Moc bych si přála, psát Vám na jaře roku 2011 už od stolu nové letní zahrádky restaurace Michelský dvůr, jejíž provoz nám pomůže každým dalším rokem snižovat nejistotu a obavy nad financováním provozu Domova. Každá koruna, kterou utratíte v restauraci, nám totiž pomáhá hradit náklady na kvalitní péči, kterou poskytujeme lidem, kteří ji opravdu potřebují. Nadechněte se zhluboka! Také cítíte vůni čerstvé kávy a teplých koláčků...?

Michaela Tichá, fundraiser

NÁSTĚNKA POMOCI – AKTUÁLNĚ SHÁNÍME:

TERMOVÁRNICE
s výpustí (na čaj)



BÍLÉ NÁDOBÍ (bez vzoru)
Všechny druhy – talíře, misky, hrnky, a jiné...



NÁŘADÍ NA OPRAVY
do půjčovny
kompenzačních
pomůcek

VELKÉ ZAHRADNÍ STANY
na jarmarky, benefiční akce apod.

Pokud pro nás můžete dar zajistit nebo zprostředkovat, kontaktujte, prosím, Michaelu Tichou, tel: 244 029 161, mobil 732 802 125
e-mail: michaela.ticha@sue-ryder.cz.

DĚKUJEME ZA VAŠI POMOC!

První brožovací sraz nasadil laťku vysoko!

Ve čtvrtek 25. 3. se v pozdních odpoledních hodinách poprvé sešla skupinka lidí, kteří rádi tvoří a mají chuť věnovat své umění na podporu Domova Sue Ryder. Slovo umění je v tomto případě zcela na místě, protože výsledkem setkání 21 dam a jednoho muže bylo 40 kusů krásných, originálních, ručně šitých broží. Výtěžek z jejich prodeje bude určen na financování péče o naše klienty. Brožovací sraz tak rozšířil činnost dlouhodobého charitativního projektu Korálek ke korálku, který v roce 2007 založila Drahomíra Fejtková.



Tématem příštího brožovacího srazu, který se bude konat 22. 4. od 16.00 do 20.00 hodin v restauraci Domova Sue Ryder, budou KVĚTINY & VÍNO. Květinové brože budeme šít, vínem budeme hotové brože zapíjet. Přijďte se k nám! Odpočinete si od každodenního stresu v klidném prostředí Domova, pomůžete našim seniorům a možná objevíte svůj skrytý talent! Pro účast na brožovacím srazu je nutná registrace u Radky Kulhánkové, vedoucí dobročinných obchodů Domova Sue Ryder. S sebou na sraz si přineste pinzetu a malé nůžky na nehty. Pokud máte možnost zajistit pro potřeby srazu jakékoliv množství plsti (filcu), velmi bychom uvítali Vaši pomoc.

Přihlásit se můžete také na: www.sue-ryder.cz/brozovani-formular.html

Radka Kulhánková, vedoucí dobročinných obchodů

VELIKONOCE V DENNÍM CENTRU

Období přicházejícího jara a blížících se Velikonoc je příležitostí k vytváření mnoha tradičních i méně tradičních velikonočních výrobků a Denní centrum rozhodně nezůstalo pozadu. Stejně jako loni jsme se s klienty odvážně pustili do pečení beránků, kteří nás v loňském roce svým urputným ulpíváním v kameninových formách notně potrápili. Letos jsme trochu pozměnili recept a využili moudrých rad našich maminek a babiček a radostný výsledek naší práce můžete spatřit v jídelnách na jednotlivých odděleních. Při výtvarných aktivitách jsme vytvořili originální kraslice, které ozdobily Denní centrum i prostor před restaurací. Naše krásné keramické si možná pamatujete již z loňska; letos k nim přibýlí i roztomilí a povedení zajci a slepice. Radostné události nás čekaly i po Velikonocích – 7. dubna Denní centrum navštívily děti z mateřské školky Sedičanská, které si pro naše klienty připravily pásmo veselých jarních písniček.

Anna Gabrielová, Denní centrum



KŘESADLO – OCENĚNÍ PRO DOBROVOLNÍKY

17. března bylo deseti dobrovolníkům působícím v Praze uděleno Křesadlo, neboli „cena pro obyčejné lidi, kteří dělají neobyčejné věci“. Křesadlo uděluje každoročně Národní dobrovolnické centrum Hestia ve spolupráci s Magistrátem hl. m. Prahy na základě nominací od organizací (či jednotlivců) pracujících s dobrovolníky. A tak se každoročně komise, rozhodující o udělení této ceny, střetává s nelehkým úkolem – vybrat z velké skupiny úžasných lidí pouze deset, kteří si Křesadlo odnesou domů. Posoudit, kteří dobrovolníci přinesli druhým lidem nejvíce užitku, pomoci a radosti, není vůbec jednoduché. Žádná pravidla, váhy ani tabulky na to zatím neexistují.

Za rok 2009 Domov Sue Ryder nominoval na cenu Křesadlo Báru Sládkovou. Vzhledem k velké „konkurenci“ Bára cenu sice nezískala, ale i tak jsme moc rádi, že tady Báru máme a vážíme si její pomoci. Posuďte sami...

Bára je studentkou dvou vysokých škol, studuje na České zemědělské univerzitě obor Hospodářská a kulturní studia a na Institutu mezioborových studií Baťovy univerzity obor Sociální pedagogika. Na studia si přivydělává vyučováním angličtiny a francouzštiny v mateřském centru Medvídek a také jako hosteska na akcích pro VIP hosty.

Jednou z nejdůležitějších věcí pro Báru je její rodina. Čas tráví nejen se svými rodiči a sestrou, ale také velmi trpělivě a s láskou pečuje o své prarodiče. Při každé možné příležitosti (často denně) navštěvuje svoji babičku v Léčebně dlouhodobě nemocných a současně pomáhá dědečkovi, trpícímu Alzheimerovou chorobou. A co dělá Bára ve svém volném čase? Pomáhá jako dobrovolnice, „kde se dá“!



Bára má mnoho dobrovolnických zkušeností z několika organizací. Pomáhala v organizaci Taria při zajištění víkendových pobytů pro děti z problémových rodin. S dětmi pracovala také dva roky v organizaci Člověk v tísni, kde se věnovala doučováním a rozvíjení sociálních dovedností u romských dětí. V současné době již druhým rokem pomáhá v Ústavu sociální péče Kociánka, kde se jako dobrovolnice podílí na organizačním zajištění táborů pro děti se zdravotním postižením (tzv. Handicampy) a také se věnuje individuální podpoře jednoho z postižených chlapců, kterého poznala v Kociánce.

Bára také patří mezi nejzkušenější a nejzdatnější pomocníky na našich beneficích. Jako dobrovolnice je ve všech svých rolích velice spolehlivá, zodpovědná a samostatná.

Do Domova Sue Ryder Bára dochází již třetím rokem. Kromě zmíněné účasti na nárázových akcích a beneficích Domova pravidelně dochází za svou oblíbenou klientkou, se kterou si při schůzkách především povídá. Ale nemluví spolu pouze česky, jejich nejoblíbenějším společným jazykem je francouzština. Při setkáních však mluví také anglicky a německy. Bára dokáže velmi citlivě naslouchat, snad právě proto v ní našla klientka tak blízkou, spřízněnou duši. Klientka o Báře říká:

„Je to moje nejlepší mladá kamarádka... Je moc hodná, velice inteligentní, dobře vychovaná, je to opravdu vzácný člověk. A mé setkání s ní – to byl dar osudu.“ Bára vztah s klientkou vnímá jako přátelský, plný porozumění a důvěry. „Vím, že mi řekla věci, které nepověděla nikomu jinému“, říká Bára a dodává, že také pro ni má jejich vztah velký význam. „Posouvá mě to dopředu. Každé setkání přináší něco nového – nové zážitky, nové hodnoty i nové závazky“.

Renata Kolářová, koordinátorka dobrovolníků

ZAVÁDĚNÍ NUTRIČNÍHO STANDARDU

Dietní systém a důraz na správnou výživu jsou pro seniory nesmírně důležité, a proto jsou dlouhodobě jednou z priorit péče v Domově. Tuto oblast péče o klienty bychom rádi neustále zdokonalovali, a proto u nás v současné době probíhá zavádění tzv. nutričního standardu. Jedná se o soubor pravidel pro správné stravování a sledování výživy, přičemž splňování nutričního standardu je ukazatelem vysoké úrovně daného zařízení.

Semináře a školení, potřebná k dosažení nutričního standardu, budou trvat rok a půl a jsou realizovány ve spolupráci s Mgr. Annou Janákovou ze společnosti Nutricie a Tamarou Starnovskou, vrchní nutriční terapeutkou oddělení klinické výživy v Thomayerově nemocnici. V teoretickém i praktickém školení se vzdělává nejen nutriční terapeutka a zdravotní sestry Domova, ale také další dva zaměstnanci Domova (ředitel Matěj Lejsal a manažerka sociálních a zdravotních služeb Jana Linhartová).

V současné době již byl uzavřen první blok výuky, který bude ještě následován malým auditem v průběhu května. Musíme se pochlubit, že Domov byl během školení díky dlouhodobému náskoku v oblasti výživy dáván za příklad ostatním zařízením!

V souvislosti se zaváděním nutričního standardu je také na místě představit novou nutriční terapeutku Domova, Kamilu Hanáčkovou, která bude mimo jiné na starosti právě koordinaci zavádění standardu. Sama Kamila k tomu dodává: „Už při první části školení jsem si uvědomila, kolik práce nás ještě čeká, a kolik se toho ještě naučím...“ Nezbývá, než Kamile a celému Domovu držet palce.

(JH)



VEČER INDICKÉ KUCHYNĚ

24. března se v restauraci Michelský dvůr v Domově konal další z tradičních Večerních národních kuchyní, tentokrát s indickou příchutí. Účastníci večera mohli v utěšeně zaplněném sálu restaurace ochutnat řadu indických specialit, které doprovázel tématický program v podobě ukázky indických tanců a přehlídky sárí. Někteří hosté večera si tento tradiční indický oděv mohli sami vyzkoušet.



Připomínáme, že večer francouzské kuchyně je naplánovaný na 28. 4. Kromě kulinárních kousků se můžete těšit také na francouzský šanson a ukázkou bretaňských tanců. Stoly v restauraci se vždy velmi rychle zaplní rezervacemi, ale pokud se Vám nepodaří si včas zamluvit stůl, nezoufejte! Všechny dobroty z naší restaurace Vám (nejen během večerů národních kuchyní) rádi zabalíme s sebou.

Dovolili jsme se zeptat jedné z pravidelných účastnic večerů národních kuchyní, PhDr. Jany Rennerové, proč se k nám do Domova vrací:

„Večery národních kuchyní v Domově navštěvuji pravidelně a ráda, protože je to vhodná příležitost setkat se s přáteli u dobrého jídla, které si užijeme v příjemném nekuřáckém prostředí restaurace Domova. Těší mě, že díky své účasti na večerech národních kuchyní zároveň alespoň trochu pomáhám Domovu Sue Ryder a přispívám na jeho provoz.“

(JH)

BENEFIČNÍ OPERNÍ RECITÁL PRO DOMOV

V úterý 8. června se v Národním domě na Smíchově uskutečnil slavnostní benefiční večer, na kterém vystoupí sopranistka Adéla Váňová Mičková a tenorista Václav Barth. Za doprovodu Orchestru Severočeského divadla opery a baletu Ústí nad Labem pod vedením dirigenta Ondřeje Šedivého zazní árie z českých a italských oper.



Tento koncert je pro Domov Sue Ryder dalším projektem tzv. komunitního fundraisingu. Domov se sice organizačně na koncertě podílí, ale hlavní iniciativa na uspořádání vzešla od samotné interpretky Adély Váňové Mičkové. Ta přišla do Domova s nápadem uspořádat operní recitál, jehož výtěžek bude věnován na péči o klienty Domova. Sama si sehnala si partnery, kteří pokryjí náklady, sama koncert organizačně zaštití.

Na otázku, proč se svým uměním (nejen pěveckým, ale také organizačním) rozhodla podpořit Domov, odpověděla Adéla takto:

„K hlubší spolupráci s Domovem Sue Ryder mě asi přivedla ztráta mojí pratetičky, která zemřela v loňském roce ve věku nedožitých 92 let. V té době jsem začala více docházet do Domova Sue Ryder a musím říci, že některé klientky mi pratetičku hodně připomínaly. Uvědomila jsem si, jak jsou někteří senioři odkázáni na pomoc druhých a opomíjeni příbuznými v domnění, že nic nepotřebují. Postupně jsem začala přemýšlet o tom, jak svým přispěním Domov podpořit, a začaly se rodit první malé společné projekty ve formě benefičních koncertů. Domov Sue Ryder jsem začala poznávat i z druhé strany a zjistila jsem, že za tím vším stojí skvělý tým lidí, kteří se snaží o dobrou věc. I to mě přesvědčilo k intenzivnější spolupráci. Věřím, že naše vzájemná spolupráce Domovu pomůže, a třeba mu zajistí další bezpečné a pohodové fungování.“

My v Domově jsme za tuto iniciativu velice vděční a nyní můžeme jen přemýšlet, jak ji co nejlépe využít. V současné době jsme podali žádost o grant Nadaci Divoké husy, která by mohla výtěžek koncertu zdvojnásobit až do výše 60 tisíc. Výsledek grantového řízení se dozvíme 15. dubna. Také pracujeme na novém prodejním systému vstupenek na našich webových stránkách, který bude umožňovat nejen koupi a rezervaci, ale i zakoupení tzv. virtuálních sedadel. Sledujte naše webové stránky, kde se brzy dozvíte víc. Doufáme, že tento příklad dobré praxe bude inspirací i pro ostatní dárcy. Nadšení je totiž ten největší dar.

Eliška Froschová Stehlíková, vedoucí komunikace

DĚKUJEME ZA BAZAR!

Poděkování patří našim dobrovolnicím a dámám z michelského obchodu, které pod vedením Františka Dubského úspěšně zrealizovaly další bazar oblečení. Jejich dobrá práce přinesla Domovu 13 544 Kč.

Radka Kulhánková, vedoucí dobročinných obchodů

VYZNAMENÁNÍ PRO PANÍ PERINCOVOU

Paní Perincová, klientka Domova, byla 11. března na ruském velvyslanectví oceněna památeční medailí za statečnost a zásluhu během druhé světové války. Tato ocenění byla udělována při příležitosti 65. výročí konce války. Za celý Domov blahopřejeme!



Paní Perincová také brzy oslaví 10 let, které s námi prožila v Domově. Při této příležitosti si s ní 3. 5. dáme v naší restauraci kávu s něčím sladkým a budeme společně vzpomínat...

(JH)

DOBROČINNÉ OBCHODY PŘIPRAVUJÍ...

Kalendář akcí dobročinných obchodů Domova Sue Ryder se pomalu plní a my vás chceme o připravovaných lahůdkách informovat již nyní, abyste si mohli udělat čas a strávit s námi pár hezkých dní:

Přednáška o čínské medicíně paní Ing. Evy Marie Šámalové

- tradiční čínská medicína v domácím ošetřování a péči o zdraví v rodině

15. 4. od 17.30 do 19.00 hod. / Dobročinný obchod Domova Sue Ryder, Prokopovo nám. 5, Praha 3

Velký literární bazar

- široká nabídka české i zahraniční literatury za ceny od 1 Kč do 50 Kč
19. 4. - 23. 4., každý den od 10.00 do 17.30 hod. / Divadelní sál Domova Sue Ryder, Michelská 1/7, Praha 4

Tradiční bazar oblečení v Michli

16. až 18. 6., st - čt 10 - 17.30 hod., pá 9 - 12 hod.
Divadelní sál Domova Sue Ryder, Michelská 1/7, Praha 4

Módní svět lady Sue Ryder

- den, kdy vám nabídneme luxusní oblečení i netradičních doplňky za lákavé ceny

22. 6. od 9.00 do 18.00 hod.

Kavárna Mama Coffee, Vodičkova 6, Praha 1



NAROZENINY PANA STRAKY

Pan Straka, náš dlouholetý klient, oslaví v pátek 9. 4. své devadesáté šesté narozeniny. Gratulujeme a přejeme mnoho štěstí a pevně zdraví do dalších let!



PROJEKT OPPA PROFÍK

Jmenuji se Hana Netušilová a od března pracuji v Domově jako manažerka vzdělávacích aktivit v rámci projektu OPPA Profík. V příštích dvou a půl letech budu prakticky zajišťovat bohatý vzdělávací program určený všem zaměstnancům. Vedle organizační stránky bude mým důležitým úkolem setkávat se s účastníky projektu, naslouchat tomu, co potřebují ke své náročné práci a pomoci jim pro ni vytvářet co nejlepší podmínky.

Ačkoliv jsem vystudovala chemii a po vysoké škole jsem pracovala ve farmaceutickém výzkumu, zhruba před pěti lety jsem se rozhodla změnit pole působnosti. Lákal mne neziskový sektor. Dostala jsem tehdy příležitost pracovat na evropských grantech pro jedno občanské sdružení, a jsem ráda, že v Domově mohu své zkušenosti zúročit. Zatímco v předchozích projektech jsem měla na starosti spíše jejich formu, těším se, že se nyní budu více spolupodílet na tvorbě obsahu.

Mimo práci se zajímám o psychologii a psychoterapii, východní filozofie, ráda cvičím jógu, rýpu se v zahradě, jezdím na kole nebo na běžkách.



PŘEDSTAVUJEME SE...



Od začátku dubna je staronovou vrchní sestrou v Domově
Václava Hertlová...



... a novou zástupkyní staniční sestry na oddělení B a C se stala Katarína Slivková.

Začátkem jara jsme se také loučili s koordinátorkou Kulturního komunitního centra Míšou Stránskou. Na její místo do týmu Domova přišla Šárka Augustinová (vlevo).



Zpravodaj vychází ve spolupráci s Klubem přátel Domova Sue Ryder – Sdružení Sue Ryder. Pro členy Sdružení jsou tištěné Zpravodaje k dispozici na recepci v Domově (galerii). Na vyžádání Vás rádi zařadíme do databáze k elektronické rozesílce. Zpravodaj najdete také na našich webových stránkách: www.sue-ryder.cz

Kontakt: josef.havlik@sue-ryder.cz, Tel: 244 029 146, 775 977 377

Uzávěrka příštího čísla: 26. 4., vydání: 3. 5.