



## Tři dvanáctky, prosím...

Na poslední redakční radě, kde vznikl tento Zpravodaj, došlo k zajímavé situaci. Hodně jsem stála o to, aby se v příštím čísle objevil článek, jak vypadá den pečovatele v Domově pro seniory Sue Ryder. Vehementně jsem si svůj názor prosazovala, až se na mne obrátila pečovatelka Radka Dvořáková a klidným, vlídným hlasem mi řekla: „Tak si pojdte tu dvanáctku na oddělení vyzkoušet...“ V první chvíli mi v hlavě naskočilo několik ALE! Ale já si přece nemusím nic zkoušet. Ale já trávím v Domově spoustu dvanáctek. Ale já jako bývalý dobrovolník z Denního stacionáře tuším, jaké to je pečovat o klienty. Ale naše rodina přece několikrát stála jen malý krůček od domácí péče o těžce nemocného člověka - jen ta smrt byla vždycky nějak rychlejší. Nakonec jsem ale musela dát Radce za pravdu. Člověk si opravdu nedokáže představit, co všechno obnáší práce pečovatele. A tak jsem se rozhodla vzít v únoru 3 dvanáctky na oddělení. S radostí i s obavami, co mne čeká. Jen doufám, že o těch svých dvanáctkách budou přece jen psát moji daleko povolanejší kolegové z přímé péče, kteří se tak laskavě starají o naše klienty. A dělají to neustále. Nikoliv tři dny v roce.

(Radka Kulhánková)

## Nástěnka pomoci

V současné době sháníme potřeby na akce pro naše klienty:

**PAPÍROVÉ TÁCKY (na opékání buřtů - Loučení s létem)**  
**PLASTOVÉ KELÍMKY NA NÁPOJE**  
**KOSMETICKÉ POMŮCKY NA PROGRAM PÉČE O PLEŤ**  
**KLASICKÁ BÍLÁ PROSTĚRADLA**  
**TERMOSKY S UCHEM NA KÁVU/ČAJ**

Pokud pro nás můžete dar zajistit, kontaktujte, prosím:  
Michaelu Tichou, tel.: 244 029 161, mobil: 773 587 019,  
e-mail: michaela.ticha@sue-ryder.cz

## Změny v Denním stacionáři

Jak jste se dozvěděli v lednovém Zpravodaji, Denní stacionář Domova Sue Ryder prochází v současné době programovými i personálními změnami. Od února nabídne pobyty a aktivity dvěma skupinám seniorů - dle míry jejich soběstačnosti to budou buď pobyty s asistencí nebo tzv. kluby. Skupinové aktivity pro klienty Domova pro seniory Sue Ryder, které až dosud probíhaly v úzké spolupráci s Denním stacionářem, bude mít nově pod taktovkou ergoterapeutka Natálie Lupienská.

## Novinky v Denním stacionáři

V pondělí, ve středu a ve čtvrtek od 8.00 do 14.00 hod. nabídne stacionář denní pobyty pro seniory se sníženou soběstačností, kteří potřebují z důvodu věku či zdravotního stavu péči nebo společnost druhé osoby v době, kdy se o ně jejich blízcí nemohou postarat nebo je nechtějí nechat doma samotné. Pobyty budou i nadále zpestřené aktivitami, např. výtvarnými dílnami (viz foto výrobku klientů), trénování paměti nebo pečením. Program budeme přizpůsobovat potřebám a přáním klientů. Zaměříme se více na podporu jejich soběstačnosti. Zároveň nabídneme stacionář další aktivity – tzv. „kluby“ a to v úterý, ve čtvrtek a v pátek po obědě (cca od 13.00 do 16.00 hod.). Jejich náplní bude trénink paměti, kreativní techniky, přednášky, kulturní programy apod. Tyto aktivity budou určeny pro soběstačné seniory. Pokud máte jakékoliv dotazy ke změnám v Denním stacionáři nebo máte zájem o jeho služby, kontaktujte, prosím, jeho vedoucí Kateřinu Grušovou, tel.: 244 029 136, e-mail: katerina.grusova@sue-ryder.cz.

(Kateřina Grušová, vedoucí Denního stacionáře)

## Novinky ve skupinových aktivitách v Domově pro seniory

Domov pro seniory Sue Ryder bude i nadále pro své klienty nabízet skupinové aktivity, jako je trénink paměti, kavárna, výtvarné techniky, apod. Klienti budou při programech potkávat známé i nové tváře. Na hladký průběh a kvalitu skupinových aktivit bude dohlížet ergoterapeutka Natálie Lupienská, která bude zastávat pozici koordinátorky aktivizačních programů pro klienty Domova pro seniory Sue Ryder. Aktivity se budou konat částečně v prostorách Denního centra, ale také v dalších prostorách Michelského dvora.

(Natálie Lupienská, ergoterapeutka)

Další podrobnosti o vývoji v Denním stacionáři Vám přineseme v dalším Zpravodaji.

## Ernst & Young pomáhá



V Ernst & Young se snažíme, aby naše jednání a aktivity měly pozitivní dopad nejen na klienty a jejich podnikání, ale i na naše zaměstnance a komunitu, v níž žijeme. Domov Sue Ryder byl jednou z organizací, kterou jsme v Ernst & Young zařadili do nabídky míst pomoci pro naše zaměstnance v rámci prvního firemního dobrovolnického dne Community Day. Doporučilo nám jej Fórum dárců. Důvodem této volby byl fakt, že se jedná o jednu z mála organizací, jež se cíleně, profesionálně a dobře stará o seniory.

Spolupráce s Domovem trvá již čtyři roky a naše pomoc je především materiální a konkrétní. Domov podporujeme prostřednictvím našich dobrovolníků, kteří pomáhají s tím, co je právě třeba, nebo formou charitativních sbírek předmětů pro dobročinné obchody či účasti na fotbalovém turnaji Sue Ryder Charity Cup apod.

Naši zaměstnanci také pravidelně v předvánočním čase přispívají tím, že darují věci, které Domov zrovna potřebuje. Během prosince 2011 jsme poprvé mezi zaměstnanci uspořádali vánoční finanční sbírku, ve které se nám podařilo vybrat více než 32 000 Kč. Těší nás, že celková vybraná částka umožní poskytnout 15 dní individuální ergoterapie 52 klientům v Domově. Přejeme klientům i zaměstnancům Domova Sue Ryder vše dobré v roce 2012 a těšíme se na další spolupráci.

(Lenka Čermáková, Ernst & Young)

## Balte kufry



Slyšíte správně. Balte kufry! Pokud se Vám na tváři rozlévá úsměv a začínáte přemýšlet o letní dovolené, kufru plném plavek, opalovacích krémů a potápěčských brýlí, zastavte! S balením kufru, o kterém je zde řeč, nemusíte čekat na léto. Od tohoto měsíce totiž rozjždíme charitativní akci s názvem Kufr pro Domov Sue Ryder.

Co je jejím smyslem? Asi znáte naše dobročinné obchody nebo jste navštívili bazar Módní svět Lady Sue Ryder či uměleckou výstavu Art for Sue Ryder. Obchody i obě dvě akce mají jednu věc společnou. Prodávají darované věci a z výtěžku pomáhají financovat péči o naše klienty. A zde se dostáváme tzv. dovnitř kufru. Po celý rok potřebujeme příliv darů k prodeji - pěkných věcí, do kterých se jejich majitelé nevejdu nebo se do nich vejdu několikrát nebo je zkrátka nepotřebují. Proč tedy neuspořádat sbírku takových věcí mezi přáteli, ve firmě či zájmovém spolku? Na stránkách [www.sue-ryder.cz](http://www.sue-ryder.cz) najdete vše, co k realizaci sbírky potřebujete. Podrobné instrukce, jak ve věci Kufr postupovat, kontakt na Jardu Pšeničku, který Vám s balením ochotně poradí, letáček k propagaci a hlavně – před zahájením sbírky Vám doručíme krásný, starodávný kufr. Je putovním symbolem této akce a účastníkům představí Domov Sue Ryder i roky dávno minulé. Roky, do kterých spadají data narození našich klientů.

(Radka Kulháňková)

## Nejefektivnější pomoc je pomoc pravidelná

Na konci roku jsme Vás ve Zpravodaji pravidelně informovali o dění v Osobní asistenci, kde se událo mnoho zajímavého. Například jsme zahájili spolupráci s fyzioterapeutem, zavedli jsme nutriční poradenství pro seniory žijící ve vlastní domácnosti. Tyto inovace jsme mohli zrealizovat bez obav a s klidnou myslí - předem jsme věděli, že budeme mít dostatek finančních prostředků!

Stalo se totiž něco neobvyklého. Nadace Taťány Kuchařové Krása pomoci podpořila opakovaně naši službu, a tak se její tým mohl plně věnovat práci s klienty.

V únoru 2011 bylo také možné shlédnout reportáž o Osobní asistenci Domova na ČT1 během benefičního koncertu Dům pro život. Rádi bychom proto poděkovali Nadaci Taťány Kuchařové nejen za finanční podporu Osobní asistence prostřednictvím účelového grantu, ale především za důvěru v naši práci a pomoc zajišťující životaschopnost potřebné a již osvědčené terénní služby. Takovou spolupráci považujeme za příkladný vzor a zároveň inspiraci. Je důkazem, že nejefektivnější pomoc je pomoc pravidelná či navazující, chcete-li. A s tímto výhledem můžeme už nyní, v lednu, říct, že na rozdíl od dalších dvou sociálních služeb provozovaných Domovem víme, z čeho Osobní asistenci v roce 2012 zaplatíme. Novinkou, ze které máme v Domově radost, je totiž příslib tolik potřebné finanční podpory i v roce 2012. Děkujeme!

(Michaela Tichá, fundraiser)

## Narozeniny Ivy Kovandové



V polovině ledna oslavila úctyhodných devadesát let Ivy Kovandová. Ti, kteří znají Domov Sue Ryder déle, si ji určitě dobře pamatují. Patřila do skupiny anglických dobrovolnic, které stály po boku Domova od samého počátku.

Ivy neúnavně pracovala v dobročinném obchodě, pomáhala na bazarech, ve volných chvílích ještě vyučovala angličtinu. O dění v Domově se Ivy zajímá stále. Donedávna se alespoň dvakrát do měsíce chodila podívat do obchůdku, popovídat si se svými kolegyněmi dobrovolnicemi. Vždy jsem se na tyto chvíle moc těšila, její postřehy byly pro mě velmi inspirativní. Ivy stále sleduje politické a kulturní dění, má mladistvé a svěží vnímání.

Dobrovolnice z obchůdků v čele s Boženkou Urbanovou připravily pro Ivy překvapení - narozeninovou oslavu. Upekly úžasné lahůdky, prostřely slavnostní tabuli, gratulanti přicházeli s květinami a dárky. Slavnostní odpoledne mělo krásnou atmosféru - zpočátku velmi dojemnou, pak veselou, se spoustou vyprávění. Na oslavu přišla i paní Rut Moučková, která nám všem svými zážitky a vyprávěním připomněla úplné začátky dobročinného obchodu v Ohradní ulici. Co na závěr? Přejeme Ivy mnoho zdraví, protože radosti, pochopení a optimismu má na rozdávání. NA ZDRAVÍ IVY!!!

*(Eva Hubeňáková, provozní dobročinných obchodů)*

## Dobrovolnictví pro všechny

Ve druhém pololetí roku 2011 se nám dařilo rozvíjet spolupráci s dobrovolníky, kteří pomáhají Domovu nárazově, např. jedenkrát měsíčně. Bylo to hlavně díky uskutečněnému projektu „Dobrovolnictví pro všechny“, který byl podpořen Národním dobrovolnickým centrem Hestia. Cílem bylo ukázat, že člověk může něco udělat pro své okolí, i když má málo volného času. Vyvrcholením celého projektu se pak stala výstava Dvě tváře dobrovolnictví, která proběhla v lednu 2012 v Galerii Domova Sue Ryder.

Krátkodobí dobrovolníci nám v Domově pomáhali při různých benefičních akcích, díky nimž získáváme část finančních prostředků na péči o seniory, ale i při akcích pro klienty (např. jako doprovod na výlety). Také korálkovací a brožovací srazy by se bez pomoci mnoha dobrovolnic vůbec nekonaly. Tyto dámy se scházejí každý měsíc a vytvářejí výrobky, které se pak prodávají v dobročinných obchodech. Výjimkou nejsou ani další akce na podporu dobročinných obchodů jako tradiční bazary oblečení, velké literární bazary, supermodní bazary v Mamma Coffee ad. Do jejich organizace se zapojují převážně dlouhodobé dobrovolnice

dobročinných obchodů, které si tak rozšiřují své zkušenosti z běžného chodu obchodů.

V rámci projektu probíhají také dny firemního dobrovolnictví, které jeho název - Dobrovolnictví pro všechny - naplňují téměř dokonale. V Domově se totiž často sejdou lidé, kteří se chtěli již dříve zapojit do pomoci druhým, jen nevěděli jak. A právě zkušenost z firemního dobrovolnictví se pro ně může stát podnětem, jak své působení dobrovolníka rozvíjet.

Naše krátkodobé i dlouhodobé dobrovolníky čeká od února nový Informační portál na našich webových stránkách. Měl by usnadnit rychlé informování dobrovolníků o možnostech zapojení do pomoci Domovu.

*(Petra Milsimerová, koordinátorka dobrovolníků)*

## „Z vařečky pana šéfkuchaře“



Pokud jste nestihli navštívit naši restauraci ve dnech „Zvěřinových hodů“, rádi bychom Vám představili alespoň jeden recept na divočinu: Kančí kýta se šípkovou omáčkou.

Kýta z divokého prasete se čistě vypere a osolí. Kořenovou zeleninu – mrkev, celer, petržel a cibuli, vše nahrubo nakrájené, dáme do kastrolu. Přidáme několik kuliček pepře, nového koření a bobkový list. Na zeleninu a koření vložíme kýtu, zalijeme vodou, přidáme trochu octa a necháme pod poklicí dusit do měkka. Mezitím si připravíme světlou jíšku z másla a mouky. Zalijeme ji vývarem z kýty, přidáme šípková povidla, trochu tlučené skořice a hřebíčku, citrónovou kůru i šťávu, trochu červeného vína a cukru, dle potřeby přisolíme a povaříme, až je omáčka hladká.

Při podávání kýtu nakrájíme na plátky, ozdobíme dušenou, na nudličky pokrájenou zeleninou a přidáme šípkovou omáčku. Jako přílohu podáváme houskový knedlík. Dobrou chuť!

## Večer arabské kuchyně

Srdečně Vás zveme na Večer arabské kuchyně, který se bude konat poslední den v měsíci únoru – 29. 2. 2012 od 18.00 hodin v restauraci Michelský dvůr.

Arabská kuchyně patří k nejpěstřejším, nejvoňavějším a nejchutnějším na světě, proto neváhejte a přijďte ochutnat její netradiční pokrmy. Naši kuchaři pro Vás připraví ukázkou vybraných jídel ze zemí Blízkého a Středního východu. Zarezervujte si včas svá místa na e-mailu: velena.obstova@sue-ryder.cz nebo na tel.: 244 029 155 či na www.sue-ryder.cz přes objednávkový formulář naší restaurace. Těšíme se na Vás!

*(Velena Obstová, vedoucí restaurace Michelský dvůr)*

## Pohled do historie Domova s Markétou Bowe - 3. část: O trosce a naději



...Když jsem v roce 1995 do Michelského dvora vstoupila poprvé, opravdu jsem nevěřila svým očím, jak mi ostatně Tom Noel sliboval. Ten zvláštní pocit mě přepadl už na silnici, když jsem tu trosku zarostlou bujným křovím uviděla.

V objektu jsem měla mít schůzku s architektky, byla jsem vybavená velkým klíčem a plánem půdorysu. Obrovská vstupní vrata zaskřípala a s bouchnutím se za mnou zavřela. Předě mnou se objevil obraz zkázy, zmaru a následků socialistického hospodaření. Uprostřed dvora stál obrovský kovový přístřešek. Tam, kde je dnes restaurace a divadelní sál, byla dlouhá temná chodba plná starých pneumatik. Celý objekt bouchal, vrzal a skřípal. Úplně mne to přemohlo. Ten pohled byl k pláči. Pořád mám před očima do detailů původní stav, kde jsem se postupně naučila znát každé tajemné schodiště, vybydlené byty, původní chlívký, něco, co vypadalo jako hladomorna (dnes je to kancelář sociálních pracovníků).

Do prvních Vánoc v Nadaci Sue Ryder v roce 1995 se Tom Noel naučil natolik česky a Daniela anglicky, abychom obě pochopily, že trosku Michelského dvora určitě změníme v krásné zařízení pro potřebné, a že i přes značnou finanční pomoc anglické Nadace Sue Ryder stále chybí poměrně velká částka na rekonstrukci. Podle Toma ale neměl být problém sehnat chybějící obnos od drobných dárců a velkých sponzorů. Dále jsme vyrozuměly, že s provozem si nemusíme dělat velké starosti, protože nám budou pomáhat dobrovolníci, a že není na naše výplaty, které byly nižší než současná minimální mzda. Tom byl ovšem mužem činu, dostal od někoho historický betlém, který prodal, a rázem jsme měli alespoň na 2 - 3 měsíce provozu. Cesta k otevření byla delší, klopotavá a často nervy drásající. A také

nesmírně dobrodružná. Jen získat všechna razítka na stavební povolení trvalo přes 2 roky intenzivní práce. Během rekonstrukce docházely peníze, stavební firmy vyhrožovaly odchodem, proti proměně Michelského dvora se stavělo hodně úředníků. Ale také jsme nacházeli lidi spřízněné, věřící, že je potřeba změnit systém péče, ve kterém byli chronicky nemocní a postižení lidé ukliženi z pohledu veřejnosti a kdy mnozí z nich živořili v zoufalých podmínkách doma či v instituci. Nebudoval se jen Domov, ale i přesvědčení v myslích lidí, že stáří a choroba neznamená nižší hodnotu člověka. I nadále má člověk právo na úctu a přání žít v důstojných podmínkách a bezpečné atmosféře, kde je respektován jako jedinečná lidská bytost. Někdy to bylo jako bitva na dvou frontách, nakonec ovšem se šťastným koncem. První část Domova, tj. celé přízemí, jsme otevřeli před Vánoce 1998 a v lednu pak přijali první klienty.

*(Markéta Bowe, rozená Nováková, je jednou ze zakladatelek Domova Sue Ryder a v letech 1998 - 2007 pracovala na pozici vedoucí zdravotních a sociálních služeb).*

## Lidé z přímé péče



Vlasta Paulínová nastoupila do Domova Sue Ryder hned po jeho otevření v roce 1998. Začínala na lůžkovém oddělení v přízemí jako staniční sestra. Bylo to v době, kdy se 1. patro Domova teprve dostavovalo. Tehdy byli pečovatelé nejen pečovateli, ale i cennými rádci stavařů a řemeslníků, především v oblasti vhodného umístění sprch, umyvadel a dalšího vybavení, aby měli klienti Domova co největší pohodlí. V roce 2003 přešla paní Vlasta pečovat o klienty na oddělení v 1. patře, kde pracuje dodnes. I když už je v důchodu a má jen zkrácený úvazek, tak sama říká: „Práce mě stále těší a naplňuje“. Jenom času už má méně. Musí ho totiž dělit mezi práci a vnučka Marečka, protože je už pár let hlídací a pyšnou babičkou.

*(Radka Dvořáková, pečovatelka)*

## Domov Sue Ryder

pečuje od roku 1998 o seniory, kteří potřebují v důsledku věku či zdravotního stavu pomoc druhých. Domov usiluje o to, aby jeho klienti a jejich blízcí prožívali důstojné stáří, zůstávali součástí přirozeného společenství a objevovali drobné radosti života.

I Vy můžete přispět na péči o klienty Domova finančním darem: Bankovní spojení: KB č.ú.: 51-1386970257/0100  
Za Vaše příspěvky děkujeme!

## Tiráž

Na vyžádání Vás rádi zařadíme do databáze k elektronické rozesílce. Zpravodaj najdete také na našich webových stránkách: [www.sue-ryder.cz](http://www.sue-ryder.cz).

Redakční rada: Radka Kulhánková, Pavla Bajerová, Helena Vojtášková, Petr Krbec, Jana Linhartová, Radka Dvořáková, Jaruška Kadeřávková  
Kontakt: [pavla.bajerova@sue-ryder.cz](mailto:pavla.bajerova@sue-ryder.cz); tel: 724 238 184  
Uzávěrka příštího čísla: 24. 2., vydání: 2. 3.