ZPRAVODAJ

SeneCura SeniorCentrum Olomouc

Vydání 2/2025

Vítězslav Rychlý
Ředitel SeniorCentra Olomouc

Milí čtenáři,

jsem velmi rád, že čtvrtletní vydávání našeho Zpravodaje SeneCura SeniorCentrum Olomouc už se stalo pravidelnou záležitostí a můžeme se díky němu společně podělit o zážitky, které v našem domově společně prožíváme a také se dozvědět i něco nového.

Věřím, že už se těšíte na další, tentokrát už jarní vydání, které Vám právě přinášíme. Některé aktivity jsou spojeny s tradicemi a zvyky, které se k nim pojí, jiné jsou zase novější a některé možná zažíváte poprvé v životě až v našem domově.

Dovolte mi, abych touto cestou poděkoval všem našim zaměstnancům, kteří se starají o Vaši spokojenost, zdraví, štěstí, pohodu i zábavu. Jejich náročná práce si zaslouží obdiv a uznání. Věřím, že v tom se mnou souhlasíte.

Přeji Vám příjemné čtení

Vítězslav Rychlý

Rozhovor se staniční sestrou Veronikou Rozsypalovou

K další otázkám pro zaměstnance jsme tentokrát přizvali paní Veroniku Rozsypalovou, která je od roku 2024 staniční sestrou na budově A.

Co vás inspirovalo začít pracovat v SeneCura Olomouc?

Silné osobní přesvědčení o důležitosti péče o seniory a touha pomáhat lidem v jejich těžkých chvílích. Hledala jsem pracovní prostředí, které podporuje zodpovědnost a lidskost a SeneCura mi nabídla možnost spojit tuto vizi s profesními dovednostmi.

Jakými pracovními zkušenostmi jste prošla před příchodem do našeho domova?

Mám širokou škálu pracovních zkušeností, které mi umožnily získat cenné dovednosti v různých oblastech zdravotní péče. Začínala jsem na interním oddělení, kde jsem se seznámila s komplexními zdravotními problémy pacientů. Následně jsem pracovala na očním a traumatologickém oddělení, kde jsem pomáhala při péči o pacienty s různými druhy poranění a očními problémy. Měla jsem také příležitost pracovat v zubní ambulanci a ORL ambulanci, kde jsem se podílela na diagnostice a léčbě pacientů s problémy v těchto oblastech.
Další cennou zkušeností byla práce v domově seniorů v Chválkovicích, kde jsem se starala o starší osoby a poskytovala jim potřebnou péči. Jako terénní zdravotní sestra v Charitě Olomouc jsem získala zkušenosti v péči o pacienty

přímo v jejich domácím prostředí, což mi umožnilo ještě lépe pochopit individuální potřeby pacientů. V současnosti pracuji ve společnosti SeneCura, kde se i nadále zaměřuji na poskytování kvalitní zdravotní péče a podporu pacientů v rámci jejich každodenního života.

Rádi bychom se dozvěděli i něco málo z vašeho soukromí

Žiji v Olomouci se svou sedmnáctiletou dcerou v panelákovém bytě. Jsem rozvedená, ale mám velice dobrý vztah se svou rodinou, na kterou se mohu vždy spolehnout. V mém životě je také přítel, se kterým sdílím radosti i výzvy každodenního života. Můj domov je plný pozitivní energie a vzájemné podpory, což mi umožňuje užívat si život a věnovat se těm, které mám nejraději. Mezi mé životní hodnoty patří především rodina, láska a vzájemná podpora. Věřím, že silné vztahy a důvěra v rodinné členy jsou základem pro štěstí a spokojenost v životě. Velice si vážím upřímnosti a loajality, a to nejen v osobních vztazích, ale i v pracovním životě. Respekt k ostatním a ochota pomáhat těm, kteří to potřebují, jsou pro mě rovněž velmi důležité hodnoty. Mám také hluboký vztah k přírodě a zvířatům, což mi připomíná, jak důležité je chránit to, co nám dává život. Životní rovnováha, ať už v práci, nebo v osobním životě, je pro mě klíčová, stejně jako schopnost užívat si každodenní okamžiky a najít radost v malých věcech.

Co ve volném čase ráda děláte a u čeho si dobře odpočinete?

Moc ráda plavu, protože mi to pomáhá relaxovat a zlepšovat kondici. Plavání je skvělý způsob, jak si odpočinout a zároveň posílit celé tělo. Kromě toho si také užívám jízdu na kole, která mi dává svobodu a možnost objevovat nová místa. Procházky přírodou jsou další z mých oblíbených aktivit – nic není lepší než strávit čas venku a užívat si klid a krásu přírody. A když mám volný čas, ráda si sednu k televizi, abych si odpočinula a sledovala oblíbené pořady nebo filmy.

Kdybyste chytla zlatou rybku a měla jen tři přání, jaká by to byla?

Štěstí a zdraví pro sebe a své blízké. Všichni chceme být zdraví a šťastní, a to nejen pro sebe, ale i pro naše přátele a rodinu. Nekonečné možnosti pro růst a učení, abychom stále objevovali nové věci, zlepšovali se a rozvíjeli svůj potenciál. Svět bez problémů a konfliktů. Mír, porozumění a harmonie ve světě by bylo opravdu úžasné přání.

Děkujeme za odpovědi.

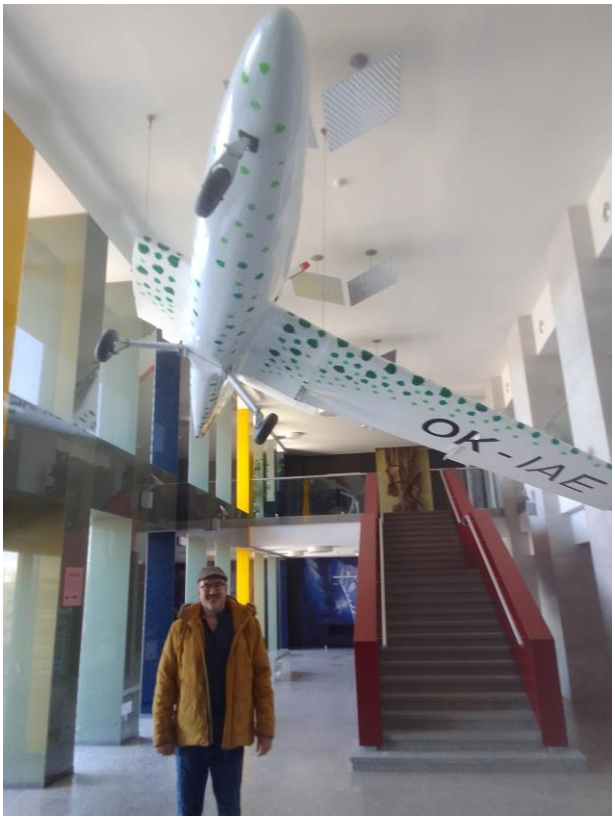
Rozloučení se staniční sestrou Jaroslavou Chroustovou

Od března jsme se rozloučili se staniční sestrou z budovy B, paní Jaruškou Chroustovou, která odešla do zaslouženého důchodu. V našem domově pracovala od původního otevření v roce 2015, kdy byl ještě pod názvem Anavita. Paní staniční Jarušku měli klienti moc rádi a bude nám tu chybět. Za těch skoro 10 let tu prožila s hodně klienty spoustu životních příběhů.
Moc jí za to děkujeme. A přejeme ji poklidné dny v nové etapě života.

Splněné přání

V rámci splněného přání se náš klient pan Frébort mohl v březnu podívat do Brna na Vysoké učení technické, které vystudoval. Mohl tak zavzpomínat na doby svých studií a podívat se, kolik věcí se tam od té doby změnilo.

Tento výlet zprostředkoval pracovník z Maltézské pomoci, který pravidelně pana Fréborta v domově navštěvuje. Tak mu za tento nápad děkujeme.



LEDEN

Zimní tvoření

V lednu jsme si zpestřili program tvořením se zimní tématikou. Při této aktivitě nám pomohli i studenti, kteří k nám chodí na praxi. Takže to bylo vydařené dopoledne a výrobky nám ozdobily chodbu k jídelně.

SeneCura SeniorCentrum Olomouc

ÚNOR

Netradiční tvoření

V únoru nás navštívil s netradičním tvořením pan Janeček, který k nám chodívá hrát na flašinet. Ale tentokrát přinesl nafukování balónků, ze kterých jde potom vytvořit kytička nebo zvířátko. Byla to zajímavá nová aktivita a klienti si mohli odnést malý balónkový dáreček na dekoraci.

Mezigenerační setkání s dětmi MŠ Střední Novosadská

Opět nás navštívily děti z mateřské školky, na které se klienti vždy těší. A tyto mezigenerační aktivity jsou obohacující pro všechny.

Na uvítanou si děti přichystaly několik písniček a básniček na téma zima, masopust a výběr povolání. Poté jsme se společně pustili do tvoření karnevalových masek, kterými děti naše klienty obdarovaly.

Valentýnské tvoření

V únoru jsme nemohli opomenout tematické tvoření a to k Valentýnu.

Klienti vytvářeli srdíčka pomocí různých technik, čímž si nejen procvičili jemnou motoriku, ale také vyjádřili svou kreativitu. Někteří své výtvory darovali blízkým, jiné pak hrdě zdobí domov.

Canisterapie

I v letošním roce probíhá nadále každý měsíc canisterapie, kdy nás navštěvuje paní Neckářová s našimi psími kamarády. Canisterapie bývá skupinová na jídelně a částečně individuální na pokojích. Je to vždy radostný čas, který naše klienty potěší.

Gurmánský týden- Masopust

Konec února byl v našem domově ve znamení dobrého jídla a pití. Jelikož bylo období masopustu a zabíjaček, tak celý týden měli klienti hody. Jedno dopoledne jsme ochutnávku spojili s povídáním o tomto období. Klienti si pochutnali například na jitrnicovém a jelítkovém prejtu, tlačence, škvarcích, klobáskách nebo uzeném. To vše se zapilo pivem. Většina klientů byla spokojena, neboť jim to připomínalo časy minulé, kdy se také sami účastnili zabíjaček.

Večeře při svíčkách

V rámci února také v našem domově proběhly dva termíny Večeře při svíčkách. Je to výjimečný zážitek, kdy si klienti mohou užít večeři se svými příbuznými.

BŘEZEN

Mezinárodní den žen

K začátku března neodmyslitelně patří MDŽ. I když se názory na tento svátek různí a jsou tu i příznivci i „odpůrci“, tak je to přesto krásná příležitost obdarovat ženy květinou pro radost. Takže našim klientkám udělaly radost kytičky karafiátků. A odpoledne udělalo radost také mužům společné posezení na jídelně, kde si kromě dezertu a kávy se šlehačkou mohli pochutnat na přípitku s vaječným likérem.

Prima vařečka – pečení šneků

V březnu to na naší jídelně zavonělo pečením. Někteří klienti se vrhli s radostí do přípravy slaných šneků a byla z toho pěkná týmová spolupráce. Co si napekli, na tom si pochutnali při odpoledním posezení u kávy.

Radost s dětmi a studenty

V březnu nám opět radost udělaly děti a studenti. S dětmi z MŠ Střední Novosadská jsme prožili společné dopoledne při hraní oblíbené hry Holandský biliard.

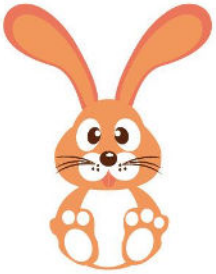
A studenti ze SŠ logistiky a chemie nám přišli zazpívat a u některých se ke společnému zpěvu s radostí přidali i někteří klienti.

Jaro přichází- kytky pro radost

Jaro jsme také přivítali novými jarními kytičkami, které jsme s pomocí klientek zasázeli do vyvýšených záhonů a u vchodových dveří. Takže nám nyní svými rozmanitými barvami budou dělat radost.

Narozeninové oslavy

I v letošním roce pokračujeme každý měsíc se společnými oslavami narozenin klientů. Oslava se koná vždy poslední středu v daném měsíci. K poslechu a dobré náladě nám teď nově při posledních 2 oslavách hráli z Karamel music Band Olomouc.



At' Velikonoce...

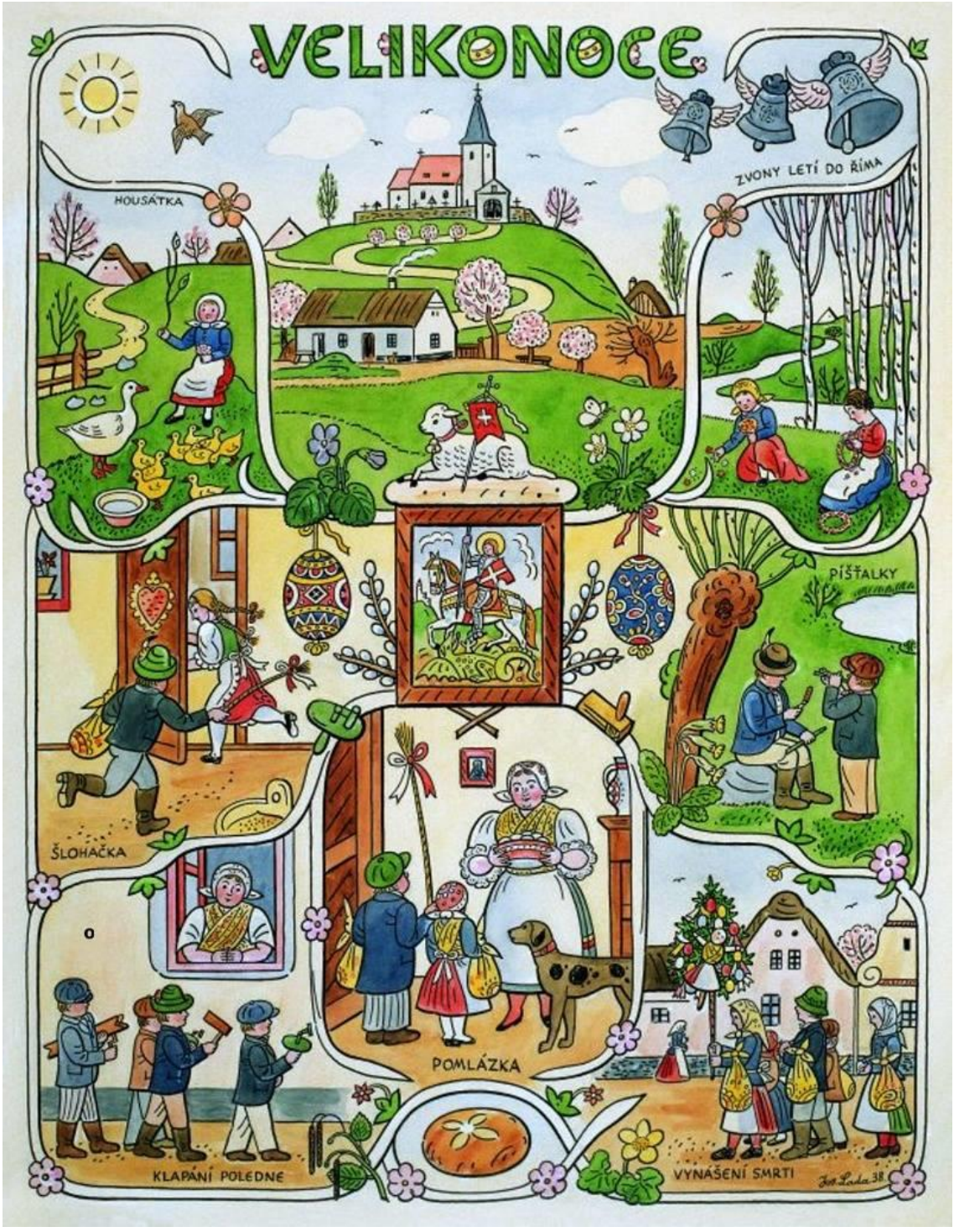
Z	V	A	J	Í	Č	K	A	K	R	A	S
A	Á	O	S	Ě	T	N	P	Z	B	K	L
J	É	T	N	M	R	U	C	E	Í	O	U
Í	Á	S	U	T	A	E	L	L	T	V	N
C	Í	S	L	L	V	CH	O	E	U	O	C
P	U	V	E	L	I	K	O	N	O	C	E
S	Ř	N	Í	K	Č	P	Č	Á	G	E	Y
A	D	E	L	O	K	Č	Á	P	Y	D	K
A	S	V	O	D	A	I	Y	N	O	V	Z
Ř	E	H	T	A	Č	K	A	H	Y	U	Ž
K	E	N	Á	R	E	B	Í	H	V	Á	T
E	Č	E	R	V	E	N	Á	J	A	R	O

JARO
VELIKONOCE
SLUNCE
TULIPÁNY
TRAVIČKA
ZELENÁ
ČERVENÁ
ZAJÍC
RUCE

KOLEDA
OVOCE
BERÁNEK
ČÁP
VAJÍČKA
ZVONY
ŘEHTAČKA
HODY
VODA

KOLÍK
PÍSNĚ
OGY
PŘE
DOK
CHLEBA
AHA
STO
OTEP

Přejeme krásný velikonoční čas…



SeneCura SeniorCentrum Olomouc

Jižní 580/32
783 01, Olomouc
e-mail: olomouc@senecura.cz

Vydává:
SeneCura Senior Centrum Olomouc
Štefánikova 248/32, 150 00 Praha 5

Náměty a připomínky lze posílat na:
olomouc@senecura.cz

Cena: zdarma

Redakce: Iveta Hromková, DiS.

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

SeneCura
SENIORCENTRUM OLOMOUC