

Zdraví na Vysočině

DNES Komerční příloha

Sociální služby



Ilustrační foto: Archiv ČTK

Pečujete doma o nevléčitelně nemocného člena rodiny nebo se na tuto péči připravujete? Potřebujete radu nebo pomoc? Nevíte kam se obrátit?

Tyto a další související otázky řeší stále více rodin. Rodina by se chtěla o svého blízkého postarat co nejlépe, poskytnout mu maximum možného, doprovodit ho na jeho poslední cestě. Neví jak na to. Neví kam se obrátit o radu či pomoc. Je nejistá. Má obavy. Zvládneme tak náročnou péči? Jak se bude stav našeho blízkého dál vyvíjet? Co bude dál?

Počty lidí, kteří potřebují tzv. paliativní péči, stále stoupají.

Co je paliativní péče?

Specializovaná oblast zdravotní péče zaměřená na úlevu od bolesti, zmírnění tělesného a duševního strádání, zachování důstojnosti pacienta, poskytnutí podpory jeho blízkým.

Proč se počty paliativních pacientů pořád zvyšují?

Vysvětlení je zcela pragmatické – stárne. Zdravotní věda jde neustále kupředu, umí udržet při životě pacienty, kteří by před nedávnou dobou v důsledku svého zdravotního stavu zemřeli. Prodlužuje tedy lidský život. Počty lidí ve věku nad 70 let jsou stále vyšší.

Kraj Vysočina se tématem paliativní péče v Kraji Vysočina zabývá již delší dobu. V roce 2017 přijalo Zastupitelstvo Kraje Vysočina usnesení, kterým schválilo „Strategii paliativní péči v Kraji Vysočina do roku 2020“.

Jaké jsou nejdůležitější cíle přijaté Strategie?

- Podpořit vzdělávání lékařů a sester v oblasti paliativní péče
- Zapojit do vzdělávání všeobecné praktické lékaře
- Vytvořit a podporovat práci konziliárních týmů paliativní péče v nemocnicích
- Vytvořit a podporovat mobilní specializované týmy v paliativní péči pro práci v terénu
- Vytvořit a podporovat týmy paliativní péče v domovech pro seniory
- Vytvořit lůžkové zázemí paliativní péče v každé z pěti nemocnic kraje
- Předávat více informací o této péči veřejnosti

Co se od roku 2017 v rámci realizace Strategie paliativní péče podařilo?

- Průběžná realizace vzdělávání jak sester, tak lékařů (k dnešnímu dni prošlo vzdáváním téměř 150 zdravotnických pracovníků).
- V každé z nemocnic Kraje Vysočina (Ha-

vlíčkův Brod, Jihlava, Nové Město na Moravě, Pelhřimov i Třebíč) jsou funkční konziliární týmy paliativní péče. Takovýto tým se skládá z lékařů, zdravotních sester a sociálních pracovníků; spolupracuje s psychoterapeutem, duchovním, nutričním specialistou atd.; pracuje uvnitř nemocnice).

- V každém z okresů Kraje Vysočina jsou funkční mobilní specializované týmy paliativní péče pro práci v terénu. Tým zahrnuje lékaře, sestry, sociální pracovníky, psychoterapeuty, duchovní; pracuje v terénu, a to nepřetržitě 24 hodin denně/7 dní v týdnu/365 dní v roce. Jen v prvním pololetí tohoto roku naše týmy doprovázely 430 obyvatel kraje, kteří potřebovali paliativní péči.
- V každé ze zřizovaných nemocnic se pracuje na zřízení paliativních lůžek pro pacienty, kteří z jakéhokoli důvodu nemohou zůstat doma (jsou osamělí, rodina se nemůže o svého blízkého starat atp.).
- Všechny informace o paliativní péči jsou shrnuty a dostupné na stránkách www.paliatr-vysocina.cz. Jsou zde uveřejněny základní dokumenty na téma paliativní péče, kontakty na pracovní skupinu Kraje Vysočina, která realizuje kroky v rámci přijaté Strategie paliativní péče, informace o projektu „Paliatr Vysočina“ a nově zde budou uveřejněny i všechny kontakty na poskytovatele zdravotních služeb v oblasti paliativní péče i domácí zdravotní péče včetně kontaktů na poskytovatele sociálních služeb, které byste mohli potřebovat při řešení otázky: Kdo mi může pomoci při péči o svého nevléčitelně nemocného blízkého? V současné chvíli kontakty na poskytovatele paliativní péče najdete na www.kr-vysocina.cz/ zdravotnický portál/ Paliativní péče.

Tématem paliativní péče, jak už bylo v úvodu zmíněno, se Kraj Vysočina zabývá již delší dobu. Kraj vnímá potřebu paliativní péče na svém území a podporuje kroky, které pomáhají při péči o naše blízké.

K otázce paliativní péče a přijaté Strategie paliativní péče řekli:

MUDr. Jiří Běhounek – hejtmán Kraje Vysočina

Česká republika má v péči o potřebné v terminálních fázích života mnohé dluhy. Při realistickém zhodnocení možností Kraje Vysočina, jeho rozlohy, rozložení sídel a obyvatelstva je jednoznačné, že komplexní přístup vyjádřený ve strategii je nezbytností. Materiál se snaží sebrat všechny záležitosti paliativní péče, různé směry a postupy v způsobech poskytování slu-

žeb i zapojení aktérů. Jsem velmi rád, že je mnohostranný zájem jak postupně jednotlivé části Strategie naplnit a snaha většiny zúčastněných mě naplňuje nadějí k její postupné realizaci. Registruji i mnohé protiarumenty, které však bohužel nejsou vedeny z věcných a odborných pozic, ale naopak z pozic skoro závisti. To mě přesvědčuje o potřebnosti Strategie a jejího naplňování. Přeji všem, kdož chtějí paliativní péči dále rozvíjet a posunout hodně sil a nadšení k naplnění těchto cílů.

Mgr. Pavel Franěk – náměstek hejtmána pro oblast sociálních věcí

Blížící se závěr života protknutý nevléčitelnou nemocí a důstojné umírání představují velké výzvy současné doby. Je přitom potřeba brát ohled nejen na samotné pacienty, ale také na jejich rodiny. Jde o nelehké chvíle, které lze však zvládnout. Nástrojem k tomu je domácí paliativní péče, jež nabízí pacientům i jejich blízkým komplexní podporu. Vychází důsledně z individuálních přání a potřeb pacientů, chrání jejich právo určit si, kde, jak a s kým stráví posledních chvíli. V neposlední řadě tento typ péče zdůrazňuje význam rodiny. Obrovsky cenná je v tom směru, že i když jde o vysoce odbornou péči, umožňuje starat se o nevléčitelně nemocné a umírající pacienty v jejich přirozeném sociálním prostředí, tedy doma. Není to ovšem samozřejmé a je nutné, aby paliativní péče splňovala patřičné podmínky. Jsou jimi odbornost, dostupnost a komplexnost, jejichž naplnění považuje Kraj Vysočina v této oblasti za prioritní. Z písemných poděkování i z přímé komunikace s rodinami jsem se přesvědčil, že v Kraji Vysočina už to není pouze přání, ale reálná skutečnost, kterou řada z nás v době umírání blízkých zažila.

Ing. Vladimír Novotný – náměstek hejtmána pro oblast zdravotnictví

Kraj Vysočina se zaměřil na koncepční práci v oblasti paliativní péče a pokusil se logicky spojit všechny dostupné moderní trendy poskytování péče o umírajícího pacienta. Cílem nemůže být pouze vybudování kamenného domu a soustředění se pouze na jeden typ péče. Musíme mít reálné a správné informace, podporovat odbornost a kvalitu, usilovat o širokou dostupnost. Nová strategie paliativní péče vytváří nový model multidisciplinární terénní péče doplněný paliativní péčí v nemocnicích, sociálních zařízeních a případně i v kamenném hospici. To je to, o co společně usilujeme.



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



FOKUS Vysočina pomáhá už 27 let. A stále rozšiřuje nabídku služeb

FOKUS Vysočina, z.ú. je organizace na Vysočině, která pomáhá duševně nemocným v začleňování se do společnosti. Za dobu svého působení se stal pro mnohé důležitým partnerem, svým klientům nabízí široké spektrum pomoci a v regionu je nositelem trendů v komunitních službách.

Organizace zahájila svoji činnost v roce 1992 v Želivě na Pelhřimovsku a postupem času svoje pole působnosti rozšířila do čtyř středisek – Havlíčkova Brodu, Pelhřimova, Chotěboře a Hlinska. V každém z nich provozuje alespoň jednu z dílen dceřiného sociálního podniku Chráněné dílny Fokus Vysočina, s.r.o.

Víte, že:

1 z 5 dospělých Čechů má závažné potíže s duševním zdravím?

Zdroj: Národní ústav duševního zdraví

V oblasti péče o duševně nemocné se snaží FOKUS Vysočina razit trendy komunitní péče ze západu Evropy a z Ameriky.

Příkladem může být vznik jednoho z pilotních Center duševního zdraví, které v Havlíčkově Brodě funguje už bezmála celý rok. Ve spolupráci s Psychiatrickou ne-

mocnicí Havlíčkův Brod byl sestaven tým sociálních a zdravotních pracovníků, kteří pracují společně pod jednou střechou a poskytují lidem s duševním onemocněním komplexní péči. Řeší tedy nejen samotné symptomy nemoci, ale také sociální vztahy a důležité životní potřeby klientů.

Ostatně propojování sociálních a zdravotních služeb je důležitým prvkem péče FOKUSu Vysočina o ty, kteří mají zkušenost s duševní nemocí. Kromě sociálních pracovníků v Komunitních týmech zaměstnává FOKUS také terénní zdravotní sestry a spolupracuje s odborníky z oblasti psychiatrie a psychologie. Všechna čtyři střediska pak ve svých řadách mají peer konzultanty, tedy lidi s osobní zkušeností s duševním onemocněním.

Další služby

FOKUS Vysočina však nabízí i další služby. Týmy podpory v zaměstnávání pomáhají svým klientům získat či udržet si stávající zaměstnání nebo při návratu potřebných sociálních a pracovních dovedností. V Havlíčkově Brodě a Pelhřimově FOKUS Vysočina poskytuje chráněné bydlení.

V chotěbořském středisku FOKUS provozuje komplex služeb pro lidi s mentálním a kombinovaným postižením, souhrnně nazývaný Bludiště. Jedná se o služby

osobní asistence, denního stacionáře a sociálně terapeutické dílny, jejich cílem je podpora klientů v samostatnosti a v zařazování do společnosti.

Důležitou součástí služeb FOKUSU Vysočina jsou i Dobrovolnická centra, která v současné době provozuje celkem čtyři. Koordinátoři dobrovolníků zde pomáhají organizovat a usnadňovat nezištnou pomoc ostatním právě tam, kde je to třeba.

FOKUS Vysočina založil také sociální podnik – Chráněné dílny Fokus Vysočina s.r.o. V sedmi provoznách ve čtyřech městech na Vysočině nabízí širokou paletu pracovního uplatnění pro lidi se zdravotním postižením. Nejen ve výrobě a kompletačních pracích, ale třeba i ve třech gastroprovozech pod názvem Čistá duše.

Další informace:

www.fokusvysočina.cz

www.dilnyfokussysočina.cz

<https://www.facebook.com/fokusvysočina>



Týdny pro duševní zdraví FOKUSu Vysočina: skvělé koncerty, divadlo, zajímavé besedy i workshopy

Největší multižánrovou osvětovou kampaní o duševním zdraví v České republice jsou bezesporu Týdny pro duševní zdraví. FOKUS Vysočina se do nich zapojuje již více jak 20 let a nejinak tomu bude i letos!

„Téma duševního zdraví je v naší společnosti stále na okraji zájmu společnosti. Akce, které v rámci Týdnů pro duševní zdraví ve FOKUSu Vysočina pořádáme, by ji měly lidem přiblížit. Chceme tak na ni nejen upozorňovat, ale i bořit některé mýty a předsudky, případně představit veřejnosti i naši činnost,“ uvedla Michaela Urbánková, která ve FOKUSu působí jako odborný garant služeb.

A na co se můžeme během Týdnů pro duševní zdraví těšit?

Pelhřimov:

Hned první školní den, tedy v **pondělí 2.září** proběhne na pelhřimovském náměstí velký festival, nazvaný stylově – Na vlastní duši. Pro návštěvníky bude už od deseti hodin dopoledne připraveno několik workshopů. Vyzkoušet si mohou například Psychomat na Budku, Jógu smíchu, Parkour, Zeď bláznovství nebo třeba Mozkovou posilovnu. Na pódiu vystoupí také skvělí hudební hosté, kteří budou nejen zpívat, ale také hovořit do mikrofonu: **Jakub Děkan se svojí kapelou (14.30), známý písničkář Pokáč (12.30) nebo skupina Lake Malawi (16.45)**, která letos v Tel – Avivu reprezentovala Českou republiku v hudební soutěži Eurovision Song Contest. Dovedete si představit lepší zpestření prvního školního dne v Pelhřimově?

Havlíčkův Brod:

Bohatý program nabídneme každému, kdo půjde ve **čtvrtek 12. září v 16 hodin po náměstí v Havlíčkově Brodě**. Den pro duševní zdraví s podtitulem Co dělat KDYŽ NEJDE JÍT DÁL, se zaměří na prevenci sebevražd, která je pro letošní rok také tématem Světového dne duševní zdraví. „Chceme mluvit o tématu, které je často tabuizováno. Čekají Vás zajímavé rozhovory s lidmi, kteří se ve své práci potkávají se sebevraždami. Po-



FOKUS Vysočina, z.ú. každoročně připravuje na Vysočině zajímavý program pro celorepublikovou osvětovou kampaň Týdny pro duševní zdraví. Bohatý kulturní program láká diváky také na kvalitní hudební interprety. V Havlíčkově Brodě vloni například vystoupil zpěvák Voxel. Foto: FOKUS Vysočina, z.ú.

radí nám, jak mluvit s člověkem, který chce spáchat sebevraždu nebo o tom uvažuje, co dělat, jak pomoci,“ říká vedoucí havlíčkovského střediska FOKUSu Vysočina Eva Teclová. V 17 hodin zahraje uskupení tří kapel, které se rozhodlo svou hudbou pomáhat – **Show Your Help**. Od 19 hodin vystoupí vynikající kapela **Jananas**.

Chotěboř:

Hned tři akce pro širokou veřejnost můžete navštívit v Chotěboři. **17.září v prostorách FOKUSu Vysočina v ulici Na Valech od 14 hodin** proběhne zahájení zdejších Týdnů pro duševní zdraví s výstavou obrazů, koncertem skupiny BeneBend, workshopy a prohlídkou nově budované uživatelské terapeutické zahrady. **V pondělí 23.9. si můžete v knihovně Ignáta Herrmanna od 17 hodin** poslechnout besedu s divadelní a filmovou herečkou Sabinou Královou. Ta má vlastní

zkušenost s duševním onemocněním, konkrétně s depresí a panickými atakami, léčila se se závislostí na alkoholu. **V knihovně Ignáta Herrmanna pak budou ještě 7.října od 17 hodin připraveny** Zvukové lázně – relaxační a meditační workshop.

Hlinsko:

Léčivé divadlo Gabriely Filippi přijede v pondělí **16.9. do Multifunkčního centra v Hlinsku, kde v 19 hodin vystoupí herečka se svým představením Anastasia**. Ve světově známém příběhu lásky vystoupí společně s hercem Mario Kubcem.

V rámci Týdnů pro duševní zdraví se hlinecký FOKUS Vysočina **představí 24.9 od 10 – 16 hodin na akci Tady neziskovky – Vítejte!** Na ni se pravidelně scházejí neziskové společnosti z regionu, aby veřejnosti představily svoji činnost.

Zdraví na Vysočině

Náhradní dědečkové a babičky si s dětmi čtou, hrají i povídají

Čím dál víc organizací v Česku se snaží o propojení nejmladší a nejstarší generace. Funguje seznamka i skupiny „pohádkových“ prarodičů.

Seniori míří do školek jako náhradní babičky a dědečkové. Děti zase do domova důchodců, kde starším lidem vynahrazují vnoučata. Organizace se takto snaží opět spojit ty nejstarší s nejmladšími. Podle sociologů si totiž tyto dvě generace přestávají rozumět.

S tím souhlasí i ředitelka organizace Mezi námi Kateřina Jirglová, která podporuje setkávání všech věkových generací. „Vztahy mezi seniory a těmi nejmenšími se postupně vytrácejí. Je to dáno migrací, spousta rodin s dětmi se stěhuje do měst a prarodiče zůstávají na vesnicích, tím pádem kontakt mezi nimi už nemůže být tak častý. Někteří senioři zůstanou sami a odloučení od rodin, protože jim třeba syn nebo dcera odjedou do zahraničí studovat a už tam zůstanou,“ potvrzuje.

Děti se tak přestávají se svými prarodiči vidat, starší lidé zase ztrácejí kontakt s nejmladší generací, která jim mnohdy dodá potřebnou chuť do života. Organizace Mezi námi chce podpořit pravidelné kontakty mezi nejstarší a nejmladší generací.

„Pomáháme organizovat více programů, kdy se snažíme vyplnit chybějící kontakt seniorů s dětmi s cílem, aby se



Vzácné chvíle Mezigenerační setkání přináší unikátní a emotivní zážitky. Bezprostřední jsou při nich děti i senioři. Foto: Archiv organizace Mezi námi

děti od starších něco naučily a vzájemně se obohacovali,“ přibližuje Jirglová. A dodává, že bezprostřednost obou skupin dělá z mezigeneračních setkání vždy unikátní a emotivní zážitek.

Hlavními aktivitami neziskové organizace jsou programy Povídej a Přečti. V programu Povídej organizace pořádá pravidelná setkání. Děti z mateřských škol chodí do domovů seniorů a společně s babičkami a dědečky se navzájem inspiřují a mají spoustu témat, která spolu probírají.

„Povídají si třeba, jak to bylo dříve a jak je to dnes. Vtipný byl nedávný rozhovor téměř devadesátileté babičky s pětiletou slečnou o tom, které už vypadalo více zubů,“ líčí Jirglová.

Dalším programem je Klub pohádkových čtecích babiček a dědečků. V tomto programu senioři naopak chodí do školek číst dětem pohádky.

„Často jde o to se společně zastavit, najít si čas a klid. U knížky je pohodová chvíle, obě skupiny si mohou vychutnat okamžik, kdy jsou spolu,“ popisuje ředitelka organizace Mezi námi.

V současné době už organizace sdružuje 99 mezigeneračních skupin, jubilejní stá je doplní v září. Na Vysočině zatím působí jedna skupina v Jaroměřicích nad Rokytnou a pět v Třebíči. Do programu jsou zde zapojeny tři mateřské školy, jedna základní a jeden dětský klub.

Jsou však i další organizace sdružující

ci seniory předčítající dětem v mateřských školách. Jedním z projektů kampaně Celé Česko čte dětem je také Babička a dědeček do školky. Senioři docházejí do mateřských škol a před spaním dětem čtou v pohádkovém pláští. Později si s nimi třeba i povídají. A zároveň si tak předávají hodnoty.

Unikátní mezigenerační seznamka

O kontakt s dětmi mají zájem i seniorské organizace. Důchodcům, kteří se nemohou z různých důvodů pravidelně setkávat s vnoučaty, totiž kontakt s nejmenšími chybí.

„Loni jsme vyráběli dřevěné kolébky a chodili jsme je spolu s bonbony rozdávat dětem. Děti ze školek mají na našich akcích často nějaké pásmo, třeba tam zpívají nebo tancují,“ vyjmenovává předsedkyně krajské organizace Senioři ČR Pavla Radová.

Unikátním projektem je i mezigenerační seznamka, kde si osamělí senioři mohou najít třeba náhradní rodinu s vnoučaty, rodina naopak babičku na výpomoc. Neúplné rodiny jsou totiž podle šéfa Spolku 90 Jana Lormana, který webovou službu seniorium.cz provozuje, na obou koncích – ve věku kolem třiceti let i ve stáří.

„Mnohem větší problém než nedostatek peněz, který trápí mnohé staré lidi, je samota a opuštěnost,“ přibližuje Lorman s tím, že sice fungovala seznamka pro vrstevníky, ale stále vznikala výjimečná poptávka po mezigeneračním seznamování.

V současné době na portálu hledají náhradní babičku nebo dědečka stovky rodin.

Nový domov seniorů má mít 126 lůžek

Populace stárne, prodlužuje se věk dožití, a tak stále více lidí řeší otázku, jak se postarat o své nejbližší, kteří vyžadují neustálou péči. Jednou z voleb je umístění v domově seniorů.

Jenže počty lůžek jsou nedostačující. „Zvláště na Jihlavsku jsou absolutně poddimenzované. My nyní v našem zařízení evidujeme 300 žádostí o umístění. A dostávají se k nám vlastně už jenom akutní případy, tedy lidé velmi nemocní. I tak na umístění čekají mini-

málně půl roku,“ říká Martina Matějková, ředitelka Domova Ždírec.

Situaci by mohl vylepšit nový domov pro seniory, který chce postavit v areálu jihlavské nemocnice Kraj Vysočina. Už v roce 2022 by mohl nabídnout 126 lůžek pro seniory především s Alzheimerovou chorobou.

„V tuto chvíli doplňujeme požadované dokumenty pro vydání stavebního povolení objektu za heliportem záchranné služby mezi ulicemi Rantířovská a Vrchlického v Jihlavě. Ještě v le-

tošním roce bychom rádi vysoutěžili dodavatele stavby a příští rok zahájili stavební práce,“ informuje hejtmánův náměstek pro oblast ekonomiky a majetku Martin Kukla.

Kraj Vysočina má na stavbu příslibnou 50milionovou dotaci z ministerstva práce a sociálních věcí. Prověřují se i další zdroje, které by mohly s realizací výrazně pomoci.

Nový objekt bude mít dvě křídla se třemi nadzemními podlažními, jedno z nich pak navíc i podlaží podzemní

pro napojení na spojovací chodbu s kuchyní nemocnice.

Kromě lůžek pro domov se zvláštním režimem se počítá také s nabídkou odlehčovacích služeb.

Kraj navíc zahajuje generální opravu nemocničního gastroprovozu, jehož budoucí kapacita počítá s celodenním obsluhovaním nového sociálního zařízení.

Nový domov pro seniory v Jihlavě je prozatím zařazen pod správu Domova Ždírec.



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Centrum pro neslyšící a nedoslýchavé kraje Vysočina, o.p.s.

„Jsme tu pro Vás, aneb pomáháme lidem slyšet“, je hlavním mottem Centra pro neslyšící a nedoslýchavé kraje Vysočina, o.p.s., které jako jediné zajišťuje poskytování rozsáhlého komplexu sociálních služeb pro osoby se sluchovým postižením v celém Kraji Vysočina.

Posláním Centra je pomoc osobám se sluchovým postižením, které jsou ohroženy komunikační a informační bariérou, při jejich integraci do společnosti. Všem uživatelům jsou tak zajišťovány sociální služby s ohledem na jejich potřeby a přirozený komunikační prostředek – znakový jazyk, odezírání a další.

V Centru jsou nabízeny tlumočnické služby, služby sociální rehabilitace, sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením, odborné sociální poradenství a v neposlední řadě i doplňkové služby a fakultativní činnost, v nichž se pracovníci specializují na údržbu a distribuci příslušenství ke kompenzačním pomůckám, zejména sluchadlům – zajišťovány jsou například výměny hadiček, včetně jejich prodeje, čištění ušních tvarovek, prodej baterií, čistících nástrojů a další.

Aby bylo maximálně využito všech možností sociálních služeb, je jejich poskytování zajištěno nejen na jednotlivých poradnách všech okresních měst Kraje Vysočina, telefonicky či prostřednictvím online služeb, ale také Centrum nabízí možnost osobní návštěvy pracovníka přímo v místě bydliště.

Tlumočnické služby zabezpečují zprostředkování kontaktu s důrazem

na plynulé porozumění mluvčímu prostřednictvím tlumočnicka znakového jazyka nebo jiného komunikačního prostředku při osobním vyřizování záležitostí. Příkladem může být komunikace na úřadech, u lékařů, tlumočení písemného textu a dalších běžných záležitostí s cílem aktivního zapojení a rozšíření vlastních možností při řešení situace.

Služba **sociální rehabilitace** se svým zaměřením snaží zlepšit postavení osob se sluchovým postižením na trhu práce, a proto svou činnost zaměřuje jak na vlastní uživatele (například pomáhá s formulací životopisu a motivačního dopisu, s orientací v pracovním právu, je nápomocna při výběru práce s ohledem na zdravotní stav a podporuje při komunikaci v průběhu přijímacího pohovoru či po nástupu do zaměstnání), tak i na potenciální a reálné zaměstnavatele.

Sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením nabízí zejména příležitost k setkávání se, získávání potřebných a zajímavých informací a udržování dobré kondice prostřednictvím zájmových a vzdělávacích činností. Cílem poskytovaných Sociálně aktivizačních služeb pro seniory a osoby se zdravotním postižením je motivace cílové skupiny k aktivnímu životu, podpora jejich osobních možností a společenského začlenění.

Odborné sociální poradenství je nově otevřenou službou, která se specializuje na poskytování rad, informací, podpory a pomoci osobám se sluchovým postižením k maximálně možnému překonání informační a komunikační bariéry s cílem zlepšení kvality života při integraci do společnosti. Centrum nabízí informace

například v oblasti nároku na jednotlivé dávky pro osoby se zdravotním postižením, poradenství k praktickému použití kompenzačních a komunikačních pomůcek nebo v jiných obtížných životních situacích.

Doplňkové služby a fakultativní činnost jsou aktivitami zajišťující údržbu a distribuci příslušenství ke kompenzačním pomůckám s důrazem na sluchadla různých typů a značek. Mimo běžné údržby Centrum zprostředkovává nákup nových kompenzačních pomůcek, zaslání poškozených do servisu a po dobu opravy i zapůjčení kompenzačních pomůcek náhradních.

Všechny nabízené služby jsou pro všechny uživatele **ZDARMA!**

Adresy a kontakty na poradny:

Havlíčkův Brod:

Nádražní 397, Havlíčkův Brod,
Tel.: 604 139 201, 725 883 349

Jihlava:

Úprkova 6, Jihlava,
Tel.: 732 817 118, 607 007 558,
601 065 633

Pelhřimov:

Na Obci 1768, Pelhřimov,
Tel.: 702 022 537

Třebíč:

Sedláková 965/1, Třebíč,
Tel.: 702 022 541

Žďár nad Sázavou:

Dolní 165/1, Žďár n. Sázavou,
Tel.: 702 022 538

E-mail: cnn@cnn-vysocina.cz
Web: www.cnn-vysocina.cz

Práce, která má smysl



Lidé trpících Alzheimerovou chorobou nebo jinými typy demence rok od roku přibývá. Nabídka kvalitní péče, kterou by jim jejich blízcí rádi dopřáli, je v České republice velice omezená. Společnost ALZHEIMERCENTRUM aktivně reaguje na tuto situaci a rozšiřuje počet center napříč Českou republikou. Za více jak 20 let své existence nabízí své služby ve 13 centrech pro téměř 1400 klientů.

Základním principem fungování všech Alzheimercenter je unikátní koncept péče, který myslí na potřeby těla i duše nemocného člověka. Četné vědecké studie dokazují, že k udržení stejné kvality života u osob s demencí je naprosto nezbytná aktivita jak fyzická, tak mentální. V Alzheimercentrech najdeme širokou škálu aktivizačních činností od práce na zahrádce, chovu domácích zvířat, až po muzikoterapii nebo aromaterapii. Koncept odpovídá moderním terapeutickým postupům, kdy jsou do péče zapojovány nejen rodiny klientů, ale

i děti z dětských skupin, které jsou součástí center. Bezprostřednost a dětský smích rozsvěcuje tváře klientů. „Mezigenerační setkávání má pro naše klienty velký význam. Proto rozvíjíme spolupráci s vybranými školami, které v našem centru pořádají pravidelná kulturní vystoupení,“ říká Renata Hornáková, ředitelka centra v Jihlavě a dodává: „Do našeho centra nejsou veřejnosti dveře zavřené. Pořádáme celou řadu akcí. Jsme hrdí na to, že jsme kontaktním místem ČALS pro testování paměti.“

Moderní centra splňují přísné požadavky na péči a bezpečnost klientů. Prostředí, které je pro klienty novým domovem, působí zároveň klidným a útulným dojmem. „Rodiny dnes vyhledávají pro své blízké špičkovou odbornou péči. Současně očekávají vlivné domácí prostředí, kde se budou jejich blízcí cítit komfortně,“ říká Renata Hornáková.

Zaměstnanci center kladou velký důraz na maximální možnou kvalitu poskytovaných služeb. Vypovídá o tom i fakt, že je centrum již 4 roky držitelem certifikátu kvality „Vážka“ České alzheimerovské společnosti.



Nabídka volné pracovní pozice v Jihlavě

„Vy pečujete o naše klienty, my pečujeme o vaše potřeby!“

Více než 20 let patříme mezi špičku v péči o lidi s Alzheimerovou nemocí. Více než 20 let píšeme příběhy našich klientů společnými silami. Přijďte mezi nás!

VŠEOBECNÁ nebo PRAKTICKÁ SESTRA

Proč do toho jít s námi?

- dobré mzdové podmínky
- HPP na dobu neurčitou
- 25 dní dovolené
- dotované stravování (oběd za 15 Kč)
- odborný růst a vzdělávání
- rodinné pracovní prostředí
- pravidelné roční navýšování mzdy
- možnost plného i zkráceného pracovního úvazku

Co je k tomu potřeba?

- ukončené odborné vzdělání
- trpělivý a vstřícný přístup

PEČOVATEL/KA

Proč do toho jít s námi?

- dobré mzdové podmínky
- HPP na dobu neurčitou
- 25 dní dovolené
- dotované stravování (oběd za 15 Kč)
- odborný růst a vzdělávání
- rodinné pracovní prostředí
- pravidelné roční navýšování mzdy
- možnost plného i zkráceného pracovního úvazku

Co je k tomu potřeba?

- vstřícný lidský přístup
- zkušenost s péčí o seniory vítána
- kurz pracovníka v sociálních službách výhodou

TĚŠÍME SE NA VÁS!

Pište: wimmerova@alzheimercentrum.cz

Volejte: 778 494 004

Více informací: www.alzheimercentrum.cz



Pomáháme už 20 let

OBČANSKÁ PORADNA JIHLAVA, z. s.

/ člen Asociace občanských poraden / člen Asociace veřejně prospěšných organizací ČR /
/ registrovaný poskytovatel soc. služby /

Akreditace pro poskytování služeb v oblasti oddlužení (AO-013-2017)

BEZPLATNÉ ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ

JIHLAVA (na objednání)	TELČ (bez objednání)
Žižkova 13, JIHLAVA	Masarykova ul. 330, TELČ
PO 9:00 – 12:00 13:00 – 16:00	ÚT 08:30 – 12:30
ÚT 9:00 – 14:00	TERÉNNÍ PORADENSTVÍ (okr. JIHLAVA)
ST 9:00 – 14:00	ST 12:00 – 14:00
ČT 9:00 – 14:00	PÁ 8:00 – 13:00



tel: 567 330 164, 739 178 390
e-mail: opj@volny.cz
www.obcanskaporadna.cz

Podpořen dotací Kraje Vysočina



Zveme Vás na DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

dne 7. 10. 2019 od 10.00 do 16.00 hodin.

Měření krevního tlaku a cukru v krvi

Od 13.00 hod v prostorách jídelny možnost shlédnutí projekce

Těší se na Vás zaměstnanci a klienti

Domov Stříbrné Terasy, Havlíčkova 5624/34b, 586 01 Jihlava

Domov Stříbrné Terasy o. p. s.

Posláním domova pro seniory Domov Stříbrné Terasy je poskytovat pobytovou službu osobám se sníženou soběstačností z důvodu věku, za účelem zajištění nezávislosti a individuálních potřeb klientů, které jim umožní prožít důstojné stáří.

Služba obsahuje tyto základní činnosti

- poskytnutí ubytování,
- poskytnutí stravy,
- pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu,
- pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- sociálně terapeutické činnosti,
- aktivizační činnosti,
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

Informace pro zájemce

- poskytování služby je na základě uzavření písemné smlouvy
- služba je poskytována nepřetržitě 24 hodin denně
- službu zajišťují v přímé péči pracovníci v sociálních službách (pečovatelé) a zdravotní sestry
- výše úhrady za ubytování a stravu je:
- jednolůžkový pokoj 11 252,-Kč
- dvoulůžkový pokoj 10 948,-

Kontakty:



DS Stříbrné Terasy o. p. s.
Havlíčková 5624/34b, 586 01 Jihlava
Tel. 567 216 797

www.stribrneterasy.cz



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Kraj Vysočina

My vás nevidíme. Vidíte vy nás?

„Nikdy jsem netušila, že v TyfloCentru najdu tak skvělou partu lidí, a naučím se pracovat na počítači a s dotykovým telefonem. Byla to pro mě obrovská výzva, a s pomocí lektora jsem překonala svůj největší strach, dnes žiju vlastně normální život...“, říká nevidomá Petra, 49 let.

Ztráta zraku představuje pro člověka obrovský šok a stres. Co budu dělat a jak budu dál žít? Jak zvládnou běžné záležitosti? Budu moci pracovat? Ať už se jedná o člověka se zrakovým postižením od narození či v pozdějším věku, jsou situace, ve kterých se bez pomoci druhých prostě neobejde.

Jsme nezisková organizace, která pomáhá už od roku 2003 v Kraji Vysočina lidem s těžkým zrakovým postižením. **Naším posláním je pomáhat nevidomým a slabozrakým občanům v Kraji Vysočina dosáhnout maximální možné míry samostatnosti, zvyšovat kvalitu jejich života a informovat širokou veřejnost o problematice zrakově postižených osob.**

Naše krajské centrum pomáhá lidem v překonávání ztráty zraku, při hledání a udržení zaměstnání, s výběrem speciálních kompenzačních pomůcek, s obsluhou dotykových mobilních telefonů. Realizujeme individuální výuku na speciálních PC a dalších náročných pomůckách. Nabízíme rozmanité aktivity, které pomohou lidem se zrakovým postižením s návratem do běžného života, ke smysluplnému vyplnění volného času a k větší nezávislosti na svém okolí. Postižení zraku není žádnou překážkou pro řadu sportovních aktivit, jako je turistika, plavání, bruslení, nebo jízda na tandemovém kole. A pokud nejste zrovna sportovní typ, můžete s námi vyrazit na výlet, do muzea, na výstavu, na přednášku anebo zajet třeba do vinného sklípku či do pivovaru. S pomocí některých našich klientů, kteří mají vodící pejsky, realizujeme osvětové přednášky pro širokou veřejnost napříč všemi věkovými kategoriemi od dětí až po dospělé, a to ve školách i dalších institucích. Snažíme se odbourávat předsudky o li-



dech se zrakovým postižením, a přibližovat jejich svět ostatním lidem. Máme akreditovanou dobrovolnickou službu, a vyhledáváme **dobrovolníky**, kteří by chtěli nabídnout pomoc zrakově postiženým lidem.

Poskytujeme tyto registrované služby:

Odborné sociální poradenství poskytuje potřebné informace, které přispívají k řešení životní situace spojené se zrakovým postižením, například o dávkách sociální péče, poradenství v oblasti kompenzačních pomůcek a také poradenství v krizových životních situacích. Spolupracujeme s dalšími odborníky, např. s právníky a psychology a dalšími organizacemi.

Průvodcovské a předčitatelské služby jsou poskytovány za účelem zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, a to doprovázení k lékaři, do zaměstnání, na zájmové, vzdělávací a volnočasové aktivity, na orgány veřejné moci a další instituce, a při obstarávání osobních záležitostí.

Sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením poskytují aktivity vedoucí k rozvoji dovedností, získání nových vědomostí a celkové aktivizaci osob se zrakovým postižením. Patří sem výuka na spe-

ciálních pomůckách na bázi PC, sportovní rehabilitační činnosti, vzdělávací činnosti, jako přednášky, besedy a také např. výuka anglického jazyka, trénink paměti aj.

Sociální rehabilitace je službou, jejímž cílem je systematická podpora vedoucí k dosažení co nejvyšší možné úrovně soběstačnosti v pracovních a sociálních návycích a dovednostech v návaznosti na různé sociální situace. Nabízíme komplexní podporu při získání a udržení zaměstnání, a tím zlepšujeme postavení lidí se zrakovým postižením na trhu práce.

*Naše centrum je místem setkávání a sdílení lidí se zrakovým postižením. Potřebujete naši pomoc? Neváhejte se na nás obrátit. **TYFLOCENTRUM JIHLAVA, o.p.s.** sídlí na ulici Brněnská č. 8 v centru krajského města Jihlava.*



TyfloCentrum Jihlava, o.p.s.
Brněnská 626/8, Jihlava, 586 01
Tel. 724 865 566, 774 064 330
Email: belovova@tyflocentrumjihlava.cz
IČO: 269 08 042
Bankovní spojení: 1468239329/0800
www.tyflocentrumjihlava.cz



Integrované centrum sociálních služeb JIHLAVA

Integrované centrum sociálních služeb Jihlava, příspěvková organizace, je zřizovaná Statutárním městem Jihlava.

Jsme registrovaným poskytovatelem sociálních služeb, a to pečovatelské služby, denního stacionáře a pobytové odlehčovací služby. Současně jsme registrovaným poskytovatelem zdravotních služeb.

Kombinace těchto služeb je stále více žádanější a organizace zaznamenává nárůst klientů, kteří potřebují pomoc v činnostech, jež sami nezvládají, a často jsou určitým omezením a obavou v širší rodině. Jedná se zejména o obavu, zda stávající situaci zvládnou v domácím prostředí tak, aby nemuseli např. opustit zaměstnání.

Je všeobecně známou situací to, že v souvislosti se stárnutím populace, s přibýváním seniorů a prodlužováním života ve stáří, dochází k potřebě sociálních služeb pro tuto skupinu obyvatel. Služby by měly být nastaveny tak, aby došlo k odvrácení od jednoduchého řešení „stařecká nezdatnost = ústavní zabezpečení“. Sociální služby by měly být nastaveny na podporu v domácím prostředí, individualizaci služeb spojenou s udržením kvality života.

V pečovatelské službě zaznamenáváme od pečujících osob poptávku po odlehčovací službě pobytové formy. Tento druh služby je určen k tomu, aby pečující osoba měla možnost odpočinku, oddychu, načerpala síly a současně byla zajištěna péče o jejich blízké. Každodenní péče je velmi vyčerpávající, i když rodiny využívají např. pečovatelskou službu 3x – 4x během dne, a to po celý týden.

Péče v přirozeném prostředí má stále stoupající tendenci a je všeobecně vnímána velmi kladně a je preferována před ústavními



zařízeními. I celostátní politika prezentovaná MPSV se ubírá tímto směrem.

Organizace sídlí od ledna 2019 v nově zrekonstruovaném objektu Žižkova 106 v Jihlavě. Je zde vytvořené nové zázemí pro denní stacionář a pobytovou odlehčovací službu. Současně je k dispozici i zázemí pro terénní formu pečovatelské služby a její zaměstnance. Okruh osob, ke kterým naše služby směřují, jsou převážně senioři, osoby s demencí a dalšími onemocněními. Jedná se např. o mladší osoby s roztroušenou sklerózou, o osoby po úrazech, kdy se staly plně imobilními. Podmínkou je vždy péče v domácím prostředí.

Optimálním modelem je poskytování služeb v domácnostech lidí, kteří danou službu po-

třebují. K využití pobytových služeb typu domova pro seniory by mělo dojít až ve chvílích, kdy není možné jiné řešení. Změnou prostředí (umístěním do zařízení) dochází k vytváření dalších handicapů, které člověka poznamenávají. Jedná se zejména o narušení citové a sociální oblasti. Domov, pocit vlastního soukromí a prostoru je pro každého člověka významnou potřebou, je to místo, kde člověk nalézá jistotu, svobodu a důstojnost.

Moderní účelná péče o křehké seniory by měla být charakterizována kombinací lidského přístupu propojeného se základním ošetřovatelstvím a poskytováním sociální služby, ve spolupráci s neformálním pečujícím prostředím (rodina, přátelé), které kompenzuje určitý deficit a umožňují pobyt v přirozeném domácím prostředí.

Těchto důvodů je pečovatelská služba poskytována od pondělí do neděle, včetně svátků, v době od 7,00 – 20,00 hodin. Denní stacionář je provozován v pracovní dny od 6,30 do 18,00 hodin. Pobytová odlehčovací služba je poskytována nepřetržitě po celý rok. Domácí zdravotní péče má obdobnou provozní dobu, jako výše uvedená pečovatelská služba.

Ing. Mgr. Alena Řehořová, MBA,
ředitelka



VÍCE INFORMACÍ:

Integrované centrum
sociálních služeb Jihlava
Žižkova 2075/106
Tel. 565 599 401
www.icss.cz

Jak jsem se vyhnula důchod'áku

Tak jsem ovdověla. Rudolf umřel. Ne, že bych z toho byla až tak moc nešťastná, dědek už byl nerudný, žádná sranda s ním nebyla, jen když se vrátil z hospody, tak jsme si zazpívali a pak usnul ve vaně.

Ale k věci. Zůstala jsem bez dědy sama. Děcka jsou fuč a mají vlastní děti. Najednou tvrdí, že mají o mě strach a nemohou mě doma nechat samotnou. To mi silně vadí, přece nejsem demont a dokážu se o sebe postarat.

Je fakt, že s chůzí to není nejlepší. Na záchod to stihnu tak z deseti pokusů osmkrát. Myslím, že to není špatné skóre. A paměť? Výborná! Vyluštim každou křížovku. Pamatuji si přesně, jak mě Ruda za vrtalovic stodolou připravil o věneček. Cože, jména vnoučat? To bude horší. Někteří dali dvě jména, takže už ani nevím, kolik jich vlastně je. Nakupovat mi chodí souseď, do knihovny pro knížky dcera. Sama si uvařím, víc nepotřebuji.

No každopádně přišli mladí s tím, že půjdu do nějakého ústavu, kde se o mě postarají. Nic proti tomu nemám, ale kdybych byla aspoň chlap. Ti si tam užijí spousty babiček. Ale já jsem babička, jsem zdravá (i když už ne zcela čiperná) a do domova důchodců ještě nechci.

Předevčím mi oznámili, že teda mohu zůstat



doma a že mi do bytu namontují odposlouchávací zařízení. Jako to dělá policie mafiánům. Nebo naopak? No, jsem na to docela zvědavá.

Včera mi to přišli namontovat. Byli dva. Jeden starý, škaredý a ten druhý mladý fešák, fousatý a tetovaný. Nejdříve jsem z něho měla trochu strach. Mezi kuchyň a obývací mi dali telefon a do síňky nějakou krabičku. Pak na mě někdo z toho zařízení mluvil a já jsem chodila po bytě a mluvila s ním. Prý, abychom se slyšeli odevšad. Pak jsem dostala takovou brož na krk. Teda dali mi vybrat buď červené hodinky bez ciferníku a ručiček, nebo tu brož. Hodinky bez ručiček jsou mi k ničemu, tak jsem vzala brož. A povídali mi, že když budu potřebovat pomoc, stačí na broži stisknout čudlík.

Když odešli, tak jsem si potichoučku ohřála polívku a radši bez mlaskání jí snědla. Večer však přišel syn a vše mi vysvětlil. On je totiž nejchytřejší na světě a dělá ve fabrice u pásu. Řekl mi, že mě nikdo neposlouchá, dokud nezmáčknu čudlík na broži – tísňové tlačítko.

Když odešel, tak jsem to zkusila. Nabrala jsem odvahu a stiskla tlačítko. Nejdřív to hrčelo v tom novém telefonu a pak se ozval hlas: „Dobrý večer, paní Cveková, tady je operátorka tísňové péče. Stalo se vám něco? Potřebujete pomoc?“

Nejdříve ve mně hrčelo, ale pak jsem nesměle hlesla: „Vy mě vidíte?“

Ozvalo se: „To sice ne, ale slyším vás. Jak vám mohu pomoci?“

„Nic nepotřebuji, jen jsem chtěla vědět, jak to funguje a co se stane, když to zmáčknu.“

„Vždy se vám ozve někdo od nás a zeptá se vás, co si přejete. Můžeme vám zavolat pomoc, souseda, syna, dceru. Když budete potřebovat do nemocnice, tak vám přivoláme sanitku.“

„No jo, a co když třeba někde upadnu, nebudu se moci zvednout a tlačítko nebudu mít u sebe?“

„Tak to by bylo horší. Tlačítko byste měla nosit pro jistotu na krku stále, ale i tak se o vaší nehodě dozvíme. V síňce máte pohybové čidlo, a když se pod ním déle neprojdete, ozveme se vám z reproduktoru a dohodneme se.“

„A co když vám nebudu odpovídat?“

„Tak zavoláme sousedovi, nebo synovi a ti vás přijdou zkontrolovat.“

Chvilí jsem přemýšlela. „To je teda fakt dobré. Já už nemusím nikde do ústavu, a kdybych potřebovala pomoc, tak stisknu tlačítko a vy mi pomoc zavoláte.“

„Přesně tak. Kdykoli. Ve dne, v noci, ve všední den i ve svátek.“

„Naši už vlastně o mě nemusí mít vůbec strach. Kdykoli si můžu zavolat pomoc. Děkuji za vysvětlení a dobrou noc.“

A tak jsem mohla zůstat doma. Hurá. V tísni jsem dostala tísňovou péči. Myslím, že si otevřu ten vermut od Vánoc.

Chcete také tísňové tlačítko pro své blízké? Více informací najdete na www.zivot99-jihlava.cz.



Osobní asistence

Osobní asistence je terénní forma pomoci, určena seniorům a osobám se zdravotním postižením, která jim umožňuje žít v jejich přirozeném prostředí tak dlouho, jak to jejich zdravotní stav dovolí.

Komu je služba určena?

- SENIORŮM
- OSOBÁM SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM OD 3 LET VĚKU:

- s tělesným postižením
- s mentálním postižením
- s kombinovaným postižením

Kde službu poskytujeme?
v Jihlavě a okolí 20 kilometrů

Tísňová péče

Tísňová péče je terénní forma pomoci, která podporuje seniory a osoby se zdravotním postižením v jejich přirozeném prostředí a umožňuje jim zůstat co nejdéle ve svém domově.

Komu je služba určena?

- SENIORŮM
- OSOBÁM SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM STARŠÍ 18 LET:

- osoby s chronickým onemocněním
- osoby s tělesným postižením
- osoby se zrakovým postižením

Kde službu poskytujeme?

ve vybraných krajích České republiky
(Vysočina, Zlínský, Středočeský, Královéhradecký, Olomoucký, Jihomoravský, Jihočeský, Moravskoslezský, Pardubický)



Kontaktní údaje:

Adresa: ŽIVOT 99 - Jihlava, z.ú.,
Žitkova 98, (budova JYSK, 4. patro)
Telefon: 567 211 695, 732 516 663

E-mail: info@zivot99-jihlava.cz

www.zivot99-jihlava.cz

Způsobuje vyšší věk pokles plodnosti také u mužů?

Obecně lze říct, že se v posledních letech významně posunula hranice pro průměrný věk, ve kterém se páry snaží o miminko. Bohužel platí, že těhotenství u ženy ve vyšším věku je spojeno s vyšší pravděpodobností různých komplikací. U žen nad 35 let, ale zejména u žen ve věku kolem 40 let, stoupá také pravděpodobnost zástavy vývoje embrya v prvních týdnech těhotenství a současně je nutné počítat s vyšší pravděpodobností potratu. Co je však velmi významným a bohužel často opomíjeným momentem, je snížení plodnosti jak u žen, tak u mužů. Mechanismy, jakými k tomu dochází, jsou u obou pohlaví rozdílné a rozdílný je i obvyklý věk, kdy se objevují první změny. Podstatou těchto změn u žen je pokles zásoby vajíček ve vaječnících a současně snížení jejich kvality. Snížení pravděpodobnosti uvolnění optimálního vajíčka je způsobeno právě chybami při dozrávání vajíček. Častěji k tomu dochází u vajíček, která dozrávají později, tedy ve vyšším věku ženy. Žena se totiž se svou zásobou pohlavních buněk-vajíček narodí a nová vajíčka již netvoří. Při narození je v obou vaječnících přibližně jeden milion vajíček. Do období puberty značná část z nich zaniká a po spuštění hormonálních změn, které vedou až k začátku pravidelného menstruačního cyklu je rezerva vajíček přibližně 400 000. V každém menstruačním cyklu pak může dozrát jedno vajíčko až k ovulaci a to až do období, kdy dochází k poklesu hormonální činnosti a vyhasínání činnosti vaječníků. V čem je tedy problém? Proč schopnost vajíčka správně dozrát a neudělat chybu při dozrávání klesá? Je to právě z důvodu dlouhodobého, až několik desítek let trvajícího působení nejrůznějších faktorů vnějšího prostředí. Častěji vznikají vajíčka, která při zrání probíhající v několika posledních hodinách před ovulací nerozdělí správně svou DNA a dojde ke vzniku pohlavní buňky s nesprávným počtem chromozomů. Tímto mechanismem stoupá pravděpodobnost mimo jiné také Downova syndromu. A jak je to u mužů? Dlouho platilo, že vzhledem k odlišnosti mechanismu

tvorby pohlavních buněk-spermii se očekával mnohem menší vliv věku na plodnost. Dnes víme, že i mužův věk významně ovlivňuje pravděpodobnost dosažení těhotenství. Jinými mechanismy a později, nicméně mnohem dříve než se předpokládalo. Pro vytváření spermií je typický cyklický mechanismus dělení a dozrávání ze základních buněk nacházejících se v semennotvorných kanálcích. U mužů dochází k významnějším změnám kvality spermií po 40. roce života a je nezbytné říct, že míra těchto změn je značně rozdílná a hodně závisí také na způsobu života každého jedince. Významnými negativními faktory, které zvyšují pravděpodobnost patologie spermií, jsou například obezita, kouření, dlouhodobě zvýšená teplota v oblasti varlat spojená s některými typy zaměstnání, působení léků a podobně. Podstatou snížení schopnosti dosáhnout graviditu obvykle nejsou změny ve spermiogramu (tyto nastávají obvykle později), ale hlavním mechanismem je poškození na úrovni DNA. Poškození větších nebo menších částí chromozomů, mutace genů a další změny vedou ke snížení šancí na optimální oplodnění vajíčka a současně stoupá pravděpodobnost vzniku některých nemocí, podmíněných konkrétními mutacemi. Tyto změny můžou být tedy velmi nenápadné a na první pohled u páru, který podstoupí základní vyšetření při diagnostice možné neplodnosti, často nejsou patrné. Nezbytné



je říct, že vyšší věk partnerů současně snižuje šance na otěhotnění i při realizaci metod asistované reprodukce, a to i v případě realizace cyklu umělého oplodnění. V případě, že je pár neúspěšný při snaze o těhotenství delší dobu, nejčastěji jeden až dva roky, je dobré nechat posoudit svou plodnost v centru asistované reprodukce. Dnes jsou již k dispozici vyšetření, která umožňují vyšetření prakticky všech již zmíněných odchylek a umožňují stanovit správný přístup k léčbě případné neplodnosti.

MUDr. Michal Škurla
vedoucí lékař

Centrum asistované reprodukce **SANUS Jihlava**
www.sanus.cz/car-jihlava



Sociální služby města Velké Meziříčí, příspěvková organizace

Zdenky Vorlové 2001, 594 01 Velké Meziříčí

Kontakt: Mgr. Jana Jurková, ředitelka organizace; Tel.: 566 520 154, 603 967 714; E-mail: ssm.vm@outlook.cz

Zřizovatelem naší příspěvkové organizace je Město Velké Meziříčí. Poskytujeme pečovatelskou službu, odlehčovací službu a sociálně aktivizační službu.

Sídlo organizace je v Domě s pečovatelskou službou na ul. Zdenky Vorlové 2001 o kapacitě 34 bytů. Dům s pečovatelskou službou na ul. Strmá 1050/20 je určený pro 22 osob a Dům s pečovatelskou službou na ul. Komenského 6/10 má kapacitu 6 bytů.

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

Pečovatelská služba je poskytována v domácnostech uživatelů, domech s pečovatelskou službou a ve střediscích osobní hygieny. Posláním služby je, aby lidé, kteří ji využívají, mohli žít stejným způsobem života jako jejich vrstevníci a zůstat tak co nejdéle ve svém přirozeném prostředí.

ODLEHČOVACÍ SLUŽBA

Odlehčovací služba je určena seniorům a osobám se zdravotním postižením starším 18 let. Služba je poskytována v prostorách Domu s pečovatelskou službou ve Velkém Meziříčí na ul. Zdenky Vorlové 2001. Celková kapacita je 5 lůžek. Jedná se o dvě bytové jednotky, s hygienickým zázemím. Poskytuje zde nepřetržitou službu, která se skládá ze zajištění ubytování, stravování a úkonů péče.

Odlehčovací služba je poskytována tam, kde je péče zajišťována rodinným příslušníkem či osobou blízkou, který o svého blízkého pečuje celodenně. Posláním služby je poskytnout čas na odpočinek, regeneraci sil pečovateli a současně zajistit kvalitní a bezpečnou péči a podporu osobě, o kterou je pečováno.



SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY PRO SENIORY A OSOBY SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM

Služba je určena seniorům a osobám se zdravotním postižením od 27 let a poskytovaná ambulantní formou, bez úhrady.

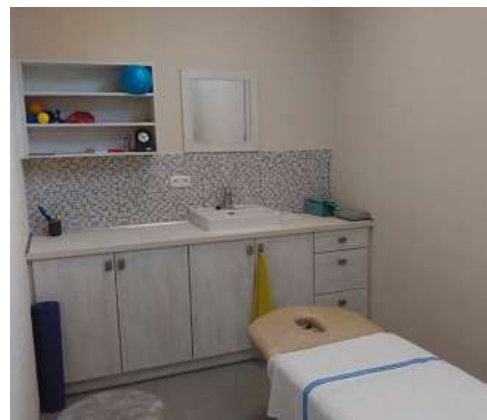
Posláním sociálně aktivizačních služeb je podpora aktivního života osob, kterým je určena. Pravidelně pořádáme kulturní a společenské akce, zájezdy určené pro seniory a další aktivity.

V letošním roce oslavíme 20. výročí otevření Domu s pečovatelskou službou na ul. Zdenky Vorlové. Srdečně zveme širokou veřejnost na akce spojené s oslavou tohoto výročí: V rámci Týdne sociálních služeb proběhne v DPS Zdenky Vorlové dne 9. října Den otevřených dveří a dne 14. listopadu v Jupiter Clubu ve Velkém Meziříčí tradiční setkání seniorů s kapelou Jiřího Helána.



Koncem roku 2018 byla zahájena tolik očekávaná přestavba rehabilitace.

Vodoléčba se přesunula do prostor bývalé kryokomory. Bourací práce a hluk otrásaly celou poliklinikou, nicméně výsledek stojí za to. Po hrubých pracích, při kterých byly udělány zcela nové rozvody vody, elektřiny a především vzduchotechniky a odděleny prostory mezi jednotlivými vanami a místnost pro odpočinek, byly zahájeny polepy stěn a podlah speciálními vinylovými materiály. Vodoléčba se ihned vyloupila v příjemných tlumených barvách, které dokreslily pohodovou atmosféru. Kromě přípravy projektu a ujasnění prostorového rozložení bylo potřeba zajistit i vybavení. V lednu probíhalo výběrové řízení na pořízení vany pro masáž dolních končetin. Ostatní vany byly přesunuty z původních prostor. Nový provoz vodoléčby přinese pacientům kvalitní péči, velmi příjemné prostředí



a především intimitu při procedurách. Naše oddělení se snažíme vybavit také novými přístroji. V loňském roce nás podpořila finančním darem firma COOPER, díky které se pořídil přístroj pro kombinovanou terapii. Umožňuje současnou aplikaci elektroléčby, magnetoterapie a ultrazvuku. Kromě tohoto přístroje bylo pořízeno rovněž lehátko určené ke cvičení Vojtovy metody. Rádi bychom zařízení dále obnovovali a to nejen klasickým přístrojovým vybavením, ale rovněž i kvalitním software. Chtěli bychom nový objednávkový systém. Součástí kvalitní rehabilitace je i nutnost vzdělávání. Naše fyzioterapeutky absolvovaly kurz DNS (Dynamické neuromuskulár-

ní stabilizace). To jistě přispěje k rozšíření a zkvalitnění dosavadních služeb a to především při léčbě porážkových stavů, v neurologii, v ortopedii apod. Novou nabídkou je metoda **baňkování**, kterou si osvojily pracovnice fyzioterapie zcela nedávno. Jenom příjemné prostředí, skvělé vybavení a vzdělávání nestačí. Nejdůležitější je především kvalitní personál. Od ledna rozšířila řady našich fyzioterapeutek nová pracovnice, která má s touto prací mnohaleté zkušenosti. Pokud máte zájem o práci fyzioterapeutky a odpovídající vzdělání, neváhejte nás kontaktovat a rozšířit naše řady.

Tel.: 566 690 285



**SOCIÁLNÍ AKTIVIZACE
SLUŽBY PRO RODINY
S DĚTMI**

Bezplatná, převážně terénní služba, pro rodiny s dětmi, které se ocitly v tíživé situaci a nedokážou se z ní dostat vlastními silami. Konzultace, poradenství, zprostředkovávání kontaktů, podpora rodičovských kompetencí, nácvik praktických dovedností, spolupráce se školami a orgány sociálně-právní ochrany dětí.

sas@portimo.cz

tel.: 739 957 800



**CENTRUM
PREVENCE
CÉPÉČKO**

Cépéčko realizuje preventivní programy pro žáky mateřských, základních a středních škol. Lektori si s dětmi nejen povídají, ale především zážitkovou formou (hry, skupinové aktivity, atd.) žákům předávají informace o rizikovém chování (agrese, šikana, kyberšikana, užívání návykových látek)

centrum.prevence@portimo.cz

tel.: 731 117 425



**OSOBNÍ
ASISTENCE**

Placená terénní služba poskytovaná dospělým nebo dětem, kteří z různých důvodů (nemoc, handicap, stáří) potřebují pomoc druhých. Naší snahou je, aby služba přispěla ke zvýšení samostatnosti uživatelů, aby jim umožnila vést - navzdory obtížím - plnohodnotný a důstojný život.

oa@portimo.cz

tel.: 733 747 069



**EZOP-AVÍZOPRAHOVÉ
ZÁŘÍŽÍ PRO
DĚTI A MLÁDEŽ**

EZOP poskytuje zázemí dětem a mládeži ve věku 6 - 26 let, které se nacházejí v nepříznivé sociální situaci nebo jsou jí ohroženy. Nízkoprahový klub je bezpečným místem pro trávení volného času, zábavu, podporu a odbornou pomoc. Streetwork umožňuje kontakt, podporu a odbornou pomoc v přirozeném prostředí cílové skupiny.

ezop@portimo.cz

tel.: 603 486 722



**RANA
PÉČE**

Bezplatná, převážně terénní služba pro rodiny s dětmi od narození do 7 let věku, jejichž vývoj komplikuje zdravotní postižení či jiný specifický důvod (např. předčasné narození či sociální znevýhodnění). Poradkyně RP provádějí konzultace a poradenství přímo v rodinách, nabízejí k domácímu zapůjčení speciální hračky, pomůcky a odbornou literaturu.

ranapec@portimo.cz

tel.: 739 035 430



PORTIMO má připomínat přístav, v němž mohou zakotvit všichni, kteří potřebují načerpat nové síly a doplnit chybějící energii. Prostřednictvím sociálních služeb, preventivních a dobrovolnických programů poskytujeme různorodou pomoc dětem, mládeži i dospělým v nepříznivé životní situaci. Hledáme a nabízíme nová řešení problémů nejen jednotlivým lidem, ale i širší komunitě. Všechny naše služby respektují jedinečnost každého člověka, jsou profesionální a diskrétní.

portimo@portimo.cz

tel.: 566 615 217



DOBROVOLNICTVÍ

Dobrovolnictví je svobodně zvolená činnost, konaná ve prospěch druhých bez nároku na odměnu. V rámci všeobecného dobrovolnictví působí v Portimu dobrovolníci přímo v jednotlivých službách a programech, při akcích pro veřejnost, vykonávají údržbářské práce...

dobrovolnictvi@portimo.cz

tel.: 734 679 893



**OBČANSKÁ
PORADNA**

Bezplatné poradenské služby v různých oblastech (např. finanční a dluhová problematika - sepsování návrhů na oddlužení, sociální dávky, pracovní - právní otázky, rodinné a mezilidské vztahy).

op@portimo.cz

tel.: 731 487 284



Domov pro seniory Mitrov

Mitrov 1, 592 53 Strážek, tel.: 566 591 813, 739 371 529, www.domovmitrov.cz

„Dbejme, aby stáří
nedělalo vrásky na
duši, když je dělá
na tváři.“

Zřizovatelem příspěvkové organizace je Kraj Vysočina. Domov poskytuje dvě služby – službu domov pro seniory s kapacitou 64 lůžek a službu domov se zvláštním režimem s kapacitou 66 lůžek. Služby poskytujeme zejména seniorům s trvalým pobytem v Kraji Vysočina.

Naší snahou je péče o klienty, kteří vzhledem ke svému zdravotnímu stavu či svizelné sociální situaci nezvládají život ve svých domovech. Vytváříme klientům co nejpřírozeňší prostředí, aby se dobře cítili, zároveň podporujeme jejich soběstačnost, zajišťujeme a udržujeme kontakt s okolím. Cílem naší péče je zachování smysluplnosti každodenního žití při zachování dosavadních schopností a lidské důstojnosti.

Klientům je v zařízení poskytována nepřetržitá ošetrovatelská péče a zajištěna pravidelná lékařská péče. Poskytujeme základní ošetrovatelskou rehabilitaci, při

péči aktivně uplatňujeme koncept bazální stimulace. Nedílnou součástí naší práce je i zajištění základní paliativní péče. Každý klient má dle svých přání a potřeb sestaven individuální plán, velmi dbáme na širokou nabídku volnočasových aktivit. Při snaze nahradit klientům domácí přirozené prostředí pracují všichni zaměstnanci podle **Pravidla 5 P – Pochopit. Podpořit. Přizpůsobit se. Pomoci. Provést.**

Mgr. Josef Myslivec
ředitel DS Mitrov



Díky Vrátkům konečně pracují

Spolek Vrátko se zrodil v roce 2008. Od samého počátku je jeho posláním začleňování lidí se zdravotním omezením do pracovního procesu.

Život lidí s postižením získává díky práci mnohem větší smysl. Často si uvědomí a v praxi zjistí, že zvládnou mnohem víc, než si dosud mysleli a než od nich očekávalo jejich okolí.

Pod vlajkou Vrátek mohou absolvovat rekvalifikační kurzy. Osvědčil se nám obzvláště baristický kurz, protože řadu jeho absolventů zaměstnáváme v Kavárně Vrátko a během letní sezony i v přírodní Kavárně v pohybu.

Klienti Vrátek coby zaměstnanci nacházejí uplatnění v dalších vrátkovských provozovnách, tedy pekárně, šicí dílně, žehlárně, bazaru s oblečením, v salonu s pedikúrou, několika trafikách, v Krámku pod Věží nebo na přírodní zahrádce. Učí se novým dovednostem, pracují a vydělávají, už nejsou závislí například na invalidním důchodu či rodině.

Právě Krámek pod Věží je jednou z našich vlajkových lodí. Nabízíme zde široký sortiment zdravé výživy, podporujeme bezobalový prodej (luštění, ořechy, koření, zdravé mlsání) a zákazníci se mohou seznámit s původními vrátkovskými produkty, zejména s výrobky našich švadlen. Dárkové zboží, keramika od různých dodavatelů, přírodní kosmetika, fairtradeová káva, čaje Sonnentor... a samozřejmě příjemný a zkušený personál. To vše zákazníci najdou v Krámku pod Věží.

Jednou z forem, kterou o sobě Vrátko dávají vědět, bývá prodej na pravidelných trzích – Biojarmark, Den Země, Adventní trhy, Veletrh sociálních služeb atd.



Nabízíme výrobky klientů sociální rehabilitace, obvykle se jedná o dárkové předměty, dále šité produkty od švadlen z naší chráněné šicí dílny a samozřejmě pečivo z pekárny.

Sortiment je složen ze sladkých dobrot a dezertů, jeho součástí je i Originální židovské cukroví opatřené regionální značkou. Klíčovým se pro nás stal prodej kváskového chleba, který pečeme z „vrátkovského“ kvásku Pepin. Chléb nabízíme v základní variantě i s příchutěmi – rajčatový, cibulový, ořechový, škvarkový a dokonce i olivový či čokoládový. Všechny výrobky nabízíme na prodej také v rámci našeho eshopu.

Za zmínku stojí i precizní práce našich švadlen. Několik druhů tašek, polštáře, zástěry, hračky, utěrky, prostírání... to vše a ještě víc lze mezi výrobky šicí dílny najít. A hlavně, v dílně šijeme i na přání, takže stačí naše švadleny navštívit a vytvořit společný návrh.

Ve všech vrátkovských provozovnách platí, že jejich zaměstnanci pracují nejen rukama, ale i srdcem.

Část našich klientů se zapojuje do sociální rehabilitace, během které se učí samostatnému fungování v naší složité realitě. Právě dva vrátkovské provozovny – Kavárna Vrátko a Bazárek u Zebry slouží jako místa pro nácvik pracovních dovedností. Klienti se zde učí pracovat s penězi a komunikovat se zákazníky, osvojují si pravidelné pracovní návyky.

Zároveň pod vrátkovským vedením poznávají běžné radosti a zábavu, chodí do kina či si zapsportovat, jezdí na výlety, postupně ztrácejí obavy z vnějšího světa. Více si věří.

Spolek Vrátko chce být co nejvíce šetrný i k životnímu prostředí. V kavárně či na trzích nabízíme vedle papírových i vratné nápojové kelímky. Bylinky, které pěstujeme na zahrádce společně s klienty sklízíme, sušíme a pro následný prodej balíme výhradně do papírových sáčků.

Pravidelně zajíždíme do Jaderné elektrárny Dukovany a nově i do firmy Fraenkische, kde zaměstnancům nabízíme kompletní snídani, od kávy po sladké a pokrmy. Vše vrátkovské, poctivé výrobky, za kterou ručíme.

Bc. Irena Rybničková, předsedkyně Vrátko z.s.

Foto: Jakub Mertl



www.vratka.cz
www.eshop.vratka.cz

fb: Vrátko z.s.
fb: Kavárna Vrátko
fb: sociální rehabilitace Vrátko

Vrátko, z.s.
L. Pokorného 56/19
Třebíč-Záměstí

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA – DIANA TŘEBÍČ

Obecně prospěšná společnost DIANA TŘEBÍČ poskytuje pečovatelskou službu seniorům a osobám se sníženou soběstačností, kteří potřebují pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o sebe sama nebo o svou domácnost. V rámci pečovatelské služby poskytujeme také základní sociální poradenství. Službu zajišťujeme nepřetržitě podle přání a potřeb klientů včetně víkendů a svátků. Pečovatelská služba poskytuje zpravidla pomoc a podporu při podávání jídla a pití, pomoc při zajištění stravy, pomoc při oblékání, pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík, pomoc při úkonech osobní hygieny, pomoc při zajištění úklidu domácnosti, běžné nákupy a pochůzky, praní prádla a doprovod k lékaři.

Jak rychle je možné začít službu poskytovat?

Službu lze začít poskytovat na základě sepsané smlouvy mezi poskytovatelem a zájemcem. Podpisu smlouvy předchází úvodní schůzka sociální pracovnice se zájemcem, nejčastěji v jeho domácnosti nebo na jiném dohodnutém místě. Na této schůzce sociální pracovnice společně se zájemcem zjišťují cíl jednání, zda zájemce spadá do okruhu osob, pro který je služba určena nebo zda je služba přesně to, co zájemce potřebuje. Výstupem této



schůzky je často rovnou sepsání smlouvy o poskytování pečovatelské služby. Ode dne, kdy je smlouva podepsána, může být služba uživateli poskytována.

Lze měnit v průběhu poskytování služby její rozsah?

Ano, rozsah poskytovaných úkonů lze měnit ve spolupráci se sociální pracovnicí. V případě zlepšení zdravotního stavu uživatele služby je možné některé činnosti přestat využívat, či naopak. V případě potřeby lze smlouvu o poskytování služby kdykoliv ukončit, a to i bez udání důvodu.

Jakým způsobem si lze pečovatelskou službu zajistit?

- Osobně: můžete se dostavit do sídla společnosti DIANA TŘEBÍČ, Vltavinská 1346, 674 01 Třebíč
- Písemně, e-mailem: můžete zaslat písemnou žádost o na adresu společnosti, obratem vás budeme kontaktovat, www.domacipomoc-diana.cz
- Telefonicky – kontaktní čísla 568 808 228, 728 168 405

Jakým způsobem se pomáhá?

Pomoc směřuje v současné době především k potřebným seniorům, ale i zdravotně znevýhodněným lidem. Pomoc se poskytuje klientům hlavně v jejich domovech, kam za nimi docházíme, nebo dojíždíme autem. Cílem naší prá-

ce je umožnit, aby Tito lidé mohli důstojně žít, setrvat ve svých domovech a nezůstali bez potřebné pomoci.

Z jakých zdrojů je pečovatelská služba financována?

DIANA TŘEBÍČ je nezisková organizace. Financována je převážně z dotací a darů. Velkou část finančních zdrojů máme z dotací Ministerstva práce a sociálních věcí, Kraje Vysočina, Města Třebíče, Města Jaroměřice nad Rokytnou a Moravskobudějovického mikroregionu.

Jaké je největší úskalí pečovatelské služby v současné době?

Zájem o pečovatelskou službu roste, lidé se učí postupně využívat poskytovatele sociálních služeb k zajištění potřebné péče. Největším problémem naší obecně prospěšné společnosti je sehnat dostatek finančních prostředků od dárců k zakoupení osobních automobilů pro pečovatelské. Zajištění do malých vesnic celého okresu není často jiným způsobem vůbec možné.

Je služba zajímavá v něčem pro klienty?

Spolupracujeme s domácí péčí, která poskytuje odbornou zdravotní službu a jsme schopni díky tomu nabídnout klientům domácí ošetřovatelskou péči krátkodobě i dlouhodobě nemocných. Klienti nás vyhledávají především díky tomu, že jsme ochotni poskytovat službu nepřetržitě včetně víkendů a svátků. V současné době zpravidla dojíždíme ke klientům v čase od 6 hodin do 21 hodin.

V čem je pečovatelská služba náročná?

Naše pomoc je zaměřena z velké části na pomoc seniorům. To s sebou nese i skutečnost, že se pracovníci v sociálních službách a sociální pracovnici častěji než v jiných povoláních setkávají se smrtí. Každý rok se s několika klienty loučíme naposled. Mnohdy je to pro celý tým těžké.

Bc. Svobodová Martina, DiS.



Dobrovolníkem může být každý. Stačí chtít...



At je nás víc! Dobrovolníkem se může stát každý, komu je víc než 15 let a chce smysluplně trávit volný čas, sbírat zkušenosti a navazovat nová přátelství. Nejsou potřeba žádné speciální dovednosti, stačí chuť pomáhat. Foto: Archiv Kraje Vysočina

Možností, jak bez nároku na finanční odměnu smysluplně pomáhat a zároveň rozdávat dobrou náladu, je mnoho i v sociálních službách.

Povídání, vycházky, sport, hraní stolních her, vyrábění nebo předčítání. Pomáhat, ale zároveň si užívat volný čas oblíbenými aktivitami. Přesně taková je vize dobrovolníků v sociálních službách v Kraji Vysočina.

Dobrovolníkem se může stát každý, komu je více než patnáct let. Dobrovolník sice nemá nárok na finanční ohodnocení, získává ale více než to. Smysluplně tráví volný čas, sbírá nové zkušenosti a navazuje nová přátelství. Odměnou mu bývá také pocit vlastní užitečnosti.

Není třeba mít žádné speciální dovednosti, stačí chuť pomáhat. Někteří

Dobrovolnické desatero

1. Rádi pomáháte lidem?
2. Dokážete motivovat lidi ke změně?
3. Chcete být prospěšný a neočekáváte žádnou odměnu?
4. Můžete věnovat svůj volný čas druhému člověku?
5. Máte chuť individuálně pomáhat druhým?
6. Rozdáváte rádi dobrou náladu, úsměv a optimismus všem kolem sebe?
7. Jste empatičtí a ochotní naslouchat druhým?
8. Hledáte nové přátele a tím i obohacení svého života?
9. Chcete užitečně trávit volný čas, naučit se a zažít něco nového?
10. Chybí vám dobrý pocit z vykonané práce, vědomí vlastní potřeby a smysluplnosti?

lidé si myslí, že dobrovolnictví zastupuje ošetřovatelské služby, ty ale zajišťuje zdravotnický personál a pracovní

ci sociálních služeb. „Dobrovolník dochází za klientem domů či do zařízení, jde však o to, aby mu zpříjemnil strávený čas, podělil se s ním o své zkušenosti a dovednosti, které má,“ vysvětluje náměstek hejtmana Kraje Vysočina Pavel Franěk.

Dobrovolníci svým zapojením pomáhají pozitivně ovlivňovat zdravotní stav nemocných a osamělých lidí. Mohou pomáhat fyzicky znevýhodněným lidem, duševně nemocným, sociálně slabším, seniorům nebo se zapojit do rozvoje dětí a mládeže.

Zároveň se mohou dobrovolníci podílet na pořádání akcí jednotlivých organizací. „Benefiční akce nám pomáhají s reklamou a financováním domácí hospicové péče a díky dobrovolníkům je vůbec můžeme pořádát,“ popisuje koordinátorka dobrovolníků Eva Švecová z organizace Sdílení v Telči.

Organizace Střed v Třebíči naopak zaštiťuje dobrovolníky, kteří chodí pomáhat přímo seniorům, lidem se zdravotním handicapem, dětem nebo pěstounským rodinám. Aktivita jsou různ-

Fakta

Důležité kontakty

Centrum pro rodinu Vysočina, z. s.
dobrovolnici@centrumrodin.cz
731 604 235

Diakonie ČCE

– středisko Myslibořice
dobrovolnictvi@domovmysliborice.cz
568 834 955, 723 973 506

Oblastní Charita Jihlava

roman.mezlik@jihlava.charita.cz
737 536 131

Oblastní Charita Třebíč

dobrovolnici@trebic.charita.cz
568 408 482, 775 179 314

Oblastní Charita Žďár nad Sázavou

ochzr@zdar.charita.cz
566 626 040, 777 755 444

FOKUS Vysočina,

DC Havlíčkův Brod a Chotěboř

dobrovolnicke.centrum
@fokusvysocina.cz
770 177 425

FOKUS Vysočina, DC Pelhřimov

dobrovolnicke.centrum-pe
@fokusvysocina
606 029 727

FOKUS Vysočina, DC Humpolec

a Světlá nad Sázavou
dc.humpolec@fokusvysocina.cz
778 888 663

Hodina H, z. s., Pelhřimov

iva@hodinah.cz; eva@hodinah.cz
777 129 257, 723 902 099

Portimo, o. p. s., N. Město na Mor.

dobrovolnictvi@portimo.cz
734 679 893

Sdílení, o. p. s., Telč

sdileni.svecova@gmail.com
603 200 536

Střed, z. ú., Třebíč

borecka@stred.info.cz
775 725 659

norodé a záleží na dobrovolnících, čemu se chtějí věnovat. Základními principy však je být tu pro klienta, naslouchat mu, snažit se ho podpořit, pomáhat a společně se věnovat různým aktivitám, jako je právě například četba, hry nebo procházky.

Od focení po doučování

Způsobů, jak se zapojit, je mnoho. „Dobrovolníci nám pomáhají například s grafickými pracemi. Máme dva fotografy dobrovolníky. A někteří nám pomáhají i s jednoduchou administrativou,“ vyjmenovává Eva Švecová ze Sdílení.

Různé možnosti zapojení nabízí také Charita v Jihlavě, Třebíči nebo Žďáru nad Sázavou. Dobrovolníci mohou mimo jiné třeba doučovat děti matematiku nebo český jazyk, připravovat program pro mládež, trávit čas v domovech pro seniory nebo pomáhat při pořádání jednorázových akcí. Stačí mít chuť a ochotu věnovat trochu svého času nejen sobě, ale i lidem, kteří to potřebují.

Týden sociálních služeb: v kraji se představí desítky organizací

Sociální služby jsou součástí moderní společnosti, ukáže i letos týden otevřených dveří v organizacích, které je poskytují. Na Vysočině se jich zapojí asi šedesát.

Zviditelnit sociální služby jako přirozený a nutný prvek moderní společnosti. Takový cíl si každoročně klade akce s názvem Týden sociálních služeb České republiky.

Během druhého říjnového týdne - od 7. do 13. října - se budou moci lidé už po jedenácté přijít podívat, jak fungují jednotlivé organizace, které sociální služby poskytují. Na Vysočině se lidem otevrou dveře na desítkách míst.

„Tak jako v uplynulých letech se do akce zapojí všechny příspěvkové organizace Kraje Vysočina, tedy 20 organizací, a dále zhruba 40 organizací zřizovaných například městy, neziskovými organizacemi nebo soukromými subjekty,“ uvedla Táňa Křížová z odboru sociálních věcí Kraje Vysočina.

Týden sociálních služeb se zaměřuje na širokou veřejnost i odborníky z řad sociálních služeb. „Každoročně je to období, kdy se setkávají poskytovatelé sociálních služeb, zástupci státu, krajů, měst a obcí a mnozí další odborníci, aby diskutovali o sociálních službách,“ upřesnil prezident Asociace poskytovatelů sociálních služeb (APSS) Jiří Horecký, která akci letos už po jedenácté pořádá.

Domovy seniorů i oblastní charity

I v Kraji Vysočina se lidé budou moci seznámit s činností jednotlivých organizací přímo u jejich poskytovatelů. „Kraj Vysočina každý rok shromažďuje přehled všech aktivit, které se uskutečňují v organizacích poskytujících sociální služby. Tento přehled vždy zveřejňujeme na webových stránkách kraje, aby byl přístupný široké veřejnosti,“ upřesnila Křížová.

Do Týdne sociálních služeb se zpravidla zapojují organizace, které poskytují pobytové služby, z dalších organizací jsou to například centra poskytující ambulantní služby pro osoby s handicapem nebo pro děti se zdravotním postižením.

„Největší zájem je vždy o dny otevře-



Tradiční akce Týden sociálních služeb nabídne v říjnu už po jedenácté možnost seznámit se s organizacemi, které tyto služby poskytují. Ilustrační foto: Archiv ČTK

ných dveří tam, kam docházejí rodinní příslušníci uživatelů služby,“ konstatovala Křížová.

Na Vysočině se lidé mohou přijít podívat například do domovů důchodců, domovů pro tělesně i mentálně postižené, ale i do organizací specializujících se na terénní a ambulantní služby.

Lidé se mohou přijít podívat například do Centra pro neslyšící a nedoslýchavé Kraje Vysočina. Poradny centra, které poskytuje tlumočnické služby, sociální rehabilitaci i odborné poradenství, se nacházejí v Jihlavě, Třebíči, Havlíčkově Brodě, Pelhřimově a Žďáru nad Sázavou.

Zájemci mohou nakouknout také do jihlavského domova seniorů Stříbrné Terasy, v Moravci na Žďársku se zase seznámí s oblastní charitou.

V Novém Městě na Moravě se lidé pro změnu seznámí s městskými sociálními službami a dozvědí se, co dělat v případě sociálního vyloučení, hmotné nouze nebo jak pomoci nemocnému blízkému.

Další unikátní organizací, kterou mohou zájemci navštívit, je Centrum Lada v Pacově, které poskytuje služby pro dospělé s mentálním nebo kombinovaným postižením.

„Dnes si už málokdo vzpomene, že prvním impulzem k založení centra bylo jedno malé postižené děvčátko, které dostalo jméno po princezně Ladě. Z toho děvčátka je dnes dospělá slečna. A přestože nemluví, naučila nás mnoho věcí. A přestože nechodí, dovedla nás na cesty, na které bychom bez ní těžko vstoupili,“ vzpomíná předsedkyně centra Jana Moravcová.

Do Lady mohou lidé během akce Týden sociálních služeb zavítat i na benefiční koncert - uskuteční se ve středu 9. října od 18 hodin.

V pacovském domově důchodců si rovněž ve středu zase lidé mohou prohlédnout výstavu výrobků klientů nebo poslechnout odpolední hudební vystoupení. V sídle krajského úřadu se zájemci mohou těšit na vernisáž výstav z zoo z hlíny klientů z Domova ve Zboží, kteří své výrobky tvoří v dílně Volšové ruce.

Výběr usnadní značka kvality

Pro pracovníky z oblasti sociálních služeb pořadatelé jako každý rok připravili odborné přednášky. Na 11. výročním kongresu sociálních služeb v jihočeském Táboře se odborníci mohou kromě odborně zaměřených seminářů těšit i na udílení značky kvality poskytovatele sociálních služeb.

Označení novým klientům sociálních služeb či jejich rodinným příslušníkům naznačuje to, jakou kvalitu mohou od daného sociálního zařízení očekávat. Značka kvality může tedy usnadnit výběr zařízení sociálních služeb jak pro budoucí klienty, tak pro jejich blízké.

V Kraji Vysočina se tímto prestižním oceněním může pyšnit například Domov pro seniory Reynkova v Havlíčkově Brodě, Domov pro seniory v Pelhřimově nebo Sociální služba ve Žďáru nad Sázavou zvaná „Stacik“ pro mentálně postižené.

Na kongresu se každoročně scházejí stovky poskytovatelů sociálních služeb. Pořádá ho totiž Asociace poskytovatelů sociálních služeb, jež je největší profesní organizací sdružující poskytovatele sociálních služeb.

Celkově v České republice působí více než dva tisíce poskytovatelů sociálních služeb. V oblasti působí desítky zaměstnanců, kteří své služby poskytují na 700 tisícům klientů. Jen na Vysočině lidé najdou 130 poskytovatelů, kteří nabízejí na tři stovky sociálních služeb.

V Týdnu sociálních služeb bude mít veřejnost možnost poznat, že sociální služby jsou nejen na Vysočině, ale v celé České republice kvalitní, pomáhají statisícům lidí a zároveň zachovávají lidskou důstojnost a soběstačnost. Zároveň akce propaguje i to, že sociální služby jsou nedílnou součástí života a že se v nějaké podobě týkají či jednou budou týkat každého z nás.

Zdraví na Vysočině

U pěstounů je přes 500 dětí

Jednou ze základních funkcí rodiny je zabezpečit péči o děti a jejich výchovu. V případě, že rodina nemůže, nechce nebo není schopna tuto svoji základní funkci vykonávat, je optimálním řešením náhradní rodinná péče, která má vždy přednost před ústavní výchovou. Možností, jak zajistit náhradní rodinnou péči, je více.

„Mezi instituty patří osvojení, příbuzenská nebo nepříbuzenská pěstounská péče, pěstounská péče na přechodnou dobu, poručenství nebo svěření dítěte do výchovy jiné fyzické osoby. Poslední alternativou řešení výchovných poměrů dítěte je ústavní výchova,“ vysvětluje Marie Nápravníková, vedoucí oddělení sociální ochrany a prevence krajského odboru sociálních věcí.

Do uvedených forem péče může být dítě umístěno pouze na základě roz-

hodnutí soudu. „Výjimkou jsou zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc, kam děti mohou být umístěny na žádost rodičů, dítěte, orgánu sociálně-právní ochrany i na základě rozhodnutí soudu. V těchto zařízeních jsou v současné době tři děti z našeho kraje,“ upřesňuje Nápravníková.

Osvojení neboli adopce

Je možné u dětí, které jsou „právně volné“, což znamená, že rodiče buď dali sami souhlas s osvojením dítěte, nebo soud rozhodl o tom, že souhlasu rodičů není třeba. „Osvojitelé se stávají rodiči dítěte se všemi právy a povinnostmi, jsou zapsáni do rodného listu dítěte,“ vysvětluje vedoucí oddělení sociální ochrany a prevence.

Klasická pěstounská péče

Pěstouny se obecně stávají lidé kolem čtyřiceti let se svým biologickým nebo

adoptivním dítětem. Vnímají, že už naplnili svoji rodičovskou potřebu, ale mají kapacitu na výchovu dalšího.

Pěstouni jsou odpovědní za výchovu dítěte, ale na rozdíl od osvojitelů rozhodují pouze o běžných záležitostech v jeho životě. Rodiče mají zachovanou rodičovskou odpovědnost.

„Nyní evidujeme v Kraji Vysočina 388 pěstounských rodin, u kterých je umístěno 524 dětí,“ bilancuje Eva Krčková z odboru sociálních věcí.

Příbuzenská pěstounská péče

Žadatelé neprocházejí procesem posuzování. Podávají žádost o svěření nezletilého příbuzného přímo k soudu, který sám vede dokazování a rozhoduje o tom, zda tento příbuzný či příbuzní (prarodiče, teta apod.) jsou výchovně způsobilí.

„Po soudním rozhodnutí mají tito příbuzní shodné povinnosti i práva

jako nepříbuzní pěstouni,“ konstatuje Nápravníková.

Pěstounská péče na přechodnou dobu

Jedná se o časově omezenou péči, například z důvodu, že rodič ze závažných důvodů, jako je autonehoda, hospitalizace nebo výkon trestu, nemůže o dítě řádně pečovat.

„Přechodných pěstounů se využívá dále v případech, kdy se rodiče svého dítěte vzdají při porodu nebo jsou děti vloženy do babyboxu,“ vysvětluje pracovníce sociální ochrany a prevence s tím, že nyní v regionu působí 14 pěstounů na přechodnou dobu.

V roce 2018 bylo umístěno do osvojení šest dětí z Vysočiny, do dlouhodobé pěstounské péče čtyři děti (a další dvě z jiného kraje) a do pěstounské péče na přechodnou dobu bylo svěřeno celkem 28 dětí, z toho 20 z Vysočiny.

INZERCE

Domov pro seniory Humpolec, p.o.

Zřizovatelem humpoleckého Domova, jako příspěvkové organizace, je Kraj Vysočina. Celková kapacita našeho Domova je 190 lůžek a řadí se tak k největším sociálním zařízením na Vysočině.

Služby našim klientům nabízíme ve dvou budovách – jednak v budově nedaleko centra města, na adrese Humpolec, Máchova 210 a potom v druhé budově, umístěné v klidové části na okraji Humpolce, konkrétně v lokalitě Lužická 950.

Náš Domov poskytuje celkem tři sociální služby – službu domov pro seniory, domov se zvláštním režimem a odlehčovací službu. Služba domov se zvláštním režimem je určena klientům s Alzheimerovou chorobou a je poskytována v obou našich budovách.

Personál našeho domova pečuje o důstojný a spokojený život našich klientů, kteří vzhledem ke svému zdravotnímu stavu a vzhledem ke své sociální situaci nezvládají život ve svých domovech. Pracovníci vedou klienty k vědomí odpovědnosti za vlastní život, podporují je v soběstačnosti a k projevení vlastní vůle.

Díky aktivitě personálu se náš klient dostane na spoustu atraktivních míst jako například poutě, hrady, zámky, různá představení, plesy. Být klientem v domově pro seniory neznamena konec aktivního života.

Naše služby nabízíme zejména seniorům z Kraje Vysočina, nicméně v našem Domově rádi pomůžeme klientovi z kteréhokoliv koutu naší republiky, který se ocitl ve svízelné životní situaci. Tím, co je pro nás při péči o naše klienty nejpodstatnějším, je snaha starat se o naše klienty jako o své rodiče.

DOMOV PRO SENIORY HUMPOLEC, P. O.

Máchova 210

396 01 Humpolec

www.ddhum.cz

Tel.: 565 535 630

Email: dduchhumpolec@email.cz



„Člověk může prohrát, ale nikdy se nesmí vzdát.“

Táňa Fischerová



VYSOČINSKÉ NEMOCNICE

Nemocnice následné péče Humpolec

Poskytuje léčebnou, ošetrovatelskou a rehabilitační péči pro pacienty z regionu Vysočina, ale v případě potřeby i z jiných lokalit. Následná lůžková péče je poskytována na 104 lůžkách, z nichž část jsou lůžka ošetrovatelská a část lůžka sociální. Pacienti k nám přicházejí ze zdravotnických zařízení, z domácího prostředí, z domovů sociální péče na základě doporučení ošetřujícího lékaře. Rozsah služeb během hospitalizace je pestrý, naší snahou je, aby se u nás pacient cítil co nejlépe. Pravidelně probíhá rehabilitace, která je buď skupinová, nebo individuální, kdy naše zkušené rehabilitační pracovníce používají různé cvičební pomůcky. K dispozici máme závěsný systém Roomer (stropní zvedací a asistenční systém), motodlahu (rehabilitace končetin), motomed (snadný přechod od pasivního tréninku k aktivnímu) a spoustu dalších rehabilitačních pomůcek. Každý den dopoledne i odpoledne mohou naši pacienti navštěvovat společenské dílny, kde v rámci pracovních činností tvoří různé výrobky, malují obrázky, ale i pečou dobroty ke kávě, kterou si zde mohou dát s ostatními pacienty. Jeden den v týdnu v nemocnici poskytuje zkušená paní logopedka muzikoterapii a logopedické činnosti. Jako bonus pro naše pacienty nabízíme služby pojízdné prodejny. Novinkou v naší nemocnici je zřízení paliativního pokoje, kde může spolu s pacientem pobývat i osoba blízká. Plánujeme otevření ještě druhého paliativního pokoje. Chloubou naší nemocnice je reminiscenční místnost, kde probíhají nejen reminiscenční terapie, ale i terapie pro pacienty s naším zkušeným kli-



nickým psychologem. Poskytujeme také canisterapii. Nový venkovní altánek využívají naši pacienti k posezení na čerstvém vzduchu s rodinou či přáteli. Zkušený ošetrovatelský personál zvládá péči o pacienty s dekubity či chronickými nehojícími se ranami. Tuto péči poskytujeme též v rámci nově otevřené chirurgické ambulance i pro nehospitalizované pacienty. A protože si uvědomujeme, že příjemné prostředí je pro uzdravení našich pacientů důležité, byla započata rekonstrukce nemocnice.

Nemocnice následné péče Ledeč – Háj

Budova nemocnice s 80 lůžky se nachází v malebném zalesněném Posázaví a je dobře dostupná dálnici D1 pro klienty z Vysočiny ale i ze vzdálenějších míst. V nemocnici je poskytována následná lůžková léčebná, ošetrovatelská a rehabilitační péče. Tak jak v nemocnici Humpolec je i zde poskytována v rámci hospitalizace rehabilitační péče kvalifikovanými erudovanými rehabilitačními pra-



covnicemi. Navíc je zde k dispozici pacientům robotická ruka Rapael, která slouží k obnově jemné motoriky v horních končetinách formou počítačových simulací, dále motodlahy, rotoped a další praktické rehabilitační pomůcky. Každý den probíhá pracovní terapie, kdy jsou prostřednictvím smysluplného zaměstnávání zachovány či obnoveny schopnosti jedince pro zvládání běžných denních činností. Zkušený ošetrovatelský personál zvládá péči o pacienty s dekubity či chronickými nehojícími se ranami. Psychologická intervence je každý týden poskytována našim zkušeným klinickým psychologem. Velké spokojenosti se těší canisterapie, kdy se pacienti další návštěvy cvičených pejsků nemohou dočkat. Naši pacienti si mohou také posedět buď před budovou nemocnice, nebo na balkonech. Rozhodne-li se pacient svěřit do úschovy svá depozita, finanční hotovost i cennosti má tuto možnost již při příjmu do nemocnice. Zajišťována je i respitní péče, jejímž smyslem je poskytnout přechodnou komplexní péči o pacienta, o kterého je pečováno osobou blízkou v domácím prostředí. V areálu nemocnice se nachází moderní kuchyně, která vaří nejen pro pacienty Vysočinských nemocnic, ale i pro externí odběratele stravy, ať už organizace nebo jednotlivce.

Na poliklinice v Ledči nad Sázavou provozují Vysočinské nemocnice s.r.o. plicní ambulance, agenturu domácí péče a rehabilitaci. Provozovny jsou využívány nejen obyvateli Ledče nad Sázavou a jsou velmi kladně hodnoceny od pacientů i ostatních lékařů.

Plicní léčebna Humpolec

Naším dalším zdravotnickým zařízením je Plicní léčebna Humpolec. Budova léčebny se nachází v krásné rozlehlé zahradě plné



vzrostlých stromů a keřů. Zde mohou pacienti nejen relaxovat, ale i rehabilitovat v rámci dechové rehabilitace. V léčebně poskytujeme péči na 40 plicních a 30 ošetrovatelských lůžkách. Je zajištěna specializovaná péče o pacienty s nemocemi průdušek, plic a pohrudnice, zejména s chronickým průběhem. V rámci rehabilitace je poskytována pohybová a dechová rehabilitace. V případě potřeby jsou poskytovány inhalace v inhalační místnosti, v případě imobilního pacienta i u lůžka. Nedílnou součástí každodenních činností pacienta je kromě skupinové či individuální rehabilitace i pracovní terapie. Ta probíhá pod dohledem zkušeného personálu v kompletně



vybavené pracovní místnosti. Pacienti tvoří výrobky z papíru, ze skla, z textilu apod. V přízemí budovy nemocnice se nachází plicní ambulance, která slouží pacientům ze širokého okolí.

Tak jako v nemocnici Humpolec a Ledeč je i na Plicní léčebně k dispozici našim pacientům sociální pracovníce, která je nápomocná i při vyřizování dalšího pobytu po ukončení hospitalizace v naší nemocnici či v dalších činnostech týkajících se sociální oblasti.

NABÍDKA ZAMĚŠTNÁNÍ:

V našich nemocnicích najdou uplatnění lékaři, zdravotní sestry, sanitáři a ostatní zdravotnický personál. Prostředí je moderně vybavené, kolektiv je přátelský a benefity pro všechny zaměstnance samozřejmostí. Aktuální nabídku volných pracovních pozic najdete na www.vysocinskenemocnice.cz

Zdraví na Vysočině

Průvodce složitými situacemi najdete ve 26 městech Vysočiny

Sociální pracovníci pomáhají lidem v nesnázích. Obrátit se na ně může kdokoliv.

V životě občas nastanou momenty, ve kterých si sami neumíme poradit. Ať už se ocitneme bez domova, dostaneme se do finančních potíží, nebo se už nedokážeme postarat o nemocného člena rodiny.

Přestože se zdají takové situace neřešitelné, vždy existuje možnost nechat si poradit či pomoci od sociálních pracovníků Kraje Vysočina. Odborníci jsou připraveni pomoci ulehčit kaž-



Nablízku Pomocnou ruku v oblasti sociálních služeb nabízejí po celé Vysočině například oblastní charity. Foto: Zbyněk Čech

šit jejich problém," popisuje Sládková. Klienti také mohou rovnou navštívit jednu z několika desítek organizací, které v kraji poskytují sociální služby. Mezi nimi je například Centrum pro zdravotně postižené v Havlíčkově Brodě, Psychocentrum - manželská a rodinná poradna Kraje Vysočina, Bílý kruh bezpečí, který poskytuje odbornou a bezplatnou pomoc obětem trestných činů, Domácí hospic Vysočina, Občanská poradna Jihlava a mnoho dalších.

Jednou z nejvyužívanějších organizací, která na Vysočině působí, je Oblastní charita Pelhřimov. „Nabízíme služby pro rodiny s dětmi, sociálně aktivizační služby, pečovatelskou službu, pomoc v domácnosti, osobní asistenci nebo v rámci hospice odlehčovací služby pro lidi v konečné fázi života. Také máme občanskou poradnu, do které může přijít kdokoliv nad 15 let. Sociální pracovníci mu poskytnou základní poradenství a přesměrují jej dál,“ představuje pelhřimovskou oblastní charitu její ředitel Jiří Smrčka.

Každoročně organizace v Pelhřimově pomáhá a radí zhruba 600 klientům.

Pracují především v terénu

Zatímco na úřadě poskytnou hlavně cenné rady, v jednotlivých organizacích uvidíte sedět sociální pracovníky za stolem jen zřídka. Každý den totiž vyrazí do terénu za těmi, kdo je potřebují. Jsou připraveni bezplatně poradit i podat pomocnou ruku za každé situace. Hledají nová řešení problémů.

Jinak tomu není ani v případě sociálních pracovníků pelhřimovského střediska organizace Fokus Vysočina, která se zaměřuje na práci s dospělými lidmi se zkušeností se závažným duševním onemocněním jako schizofrenie, bipolární porucha nebo deprese.

„Po poradě vyrážíme do terénu. Sociální pracovníci řeší s klienty jejich aktuální potřeby, především z oblasti zdraví, ale také vztahy, bydlení i zaměstnání. Podporují klienty také v praktických záležitostech, jako je doprovod na úřady. Velmi často pracujeme s celou rodinou i přáteli našich klientů,“ popisuje náplň práce garantka služeb organizace Fokus Vysočina Michaela Urbánková.

Sociální pracovníci jsou v životě klientů spíše průvodci, kteří jim pomáhají žít plnohodnotný život či překonat obtížnou životní situaci.

dou obtížnou situaci, ve které se klienti zrovna ocitli, a provést je nelehkým životním obdobím.

Najdete je ve 26 městech Kraje Vysočina na městských úřadech. Sociální pracovník je odborníkem, který je připravený poradit a pomoci i v těch nejtěžších životních situacích.

„Na odbor sociálních věcí se může obrátit kdokoliv, kdo se ocitl v nějaké nouzi. Ať už je bez přístřeší, má finanční problémy, nebo třeba nemá práci a potřebuje nasměrovat, jak v životě dál. Také se na nás mohou obrátit lidé, kteří se cítí být nějakým způsobem ohroženi, kteří žijí na okraji společnosti nebo jim hrozí sociální vyloučení,“ objasňuje Jana Sládková, vedoucí odboru sociálních věcí Městského úřadu v Pelhřimově.

Obraťte se na nejbližší úřad

Sociální služby zajišťují pomoc a podporu za účelem sociálního začlenění. Sociální pracovníci každodenně pracují se zdravotně postiženými, s osobami s různými stupni omezení svéprávnosti, s osobami ohroženými rizikovým způsobem života i s nezaměstnanými nebo s rodinami s dětmi.

Že nevíte, kam se přímo obrátit? Stačí přijít na městský úřad s odborem sociálních služeb. S ničím jiným už si nemusíte lámat hlavu. Na příslušném městském úřadě už vám totiž pomohou vyřešit vše potřebné.

„Lidé většinou přijdou k nám na úřad, kde jim sociální pracovník poradí, co mají dělat dál. Zpravidla je nasměruje, na koho dalšího se obrátit, a doporučí jim nejlepší službu i vhodné pracoviště, kde jim pomohou vyře-

INZERCE



Centrum LADA, z.s. Pacov

je organizace založená matkou dítěte s těžkým mentálním hendikepem. Již od roku 2002 poskytuje registrované sociální služby lidem z Pacova a blízkého okolí. Jde v první řadě o službu „centrum denních služeb“ pro dospělé s mentálním a kombinovaným postižením. Další službou je „osobní asistence“, která je poskytována navíc i seniorům. Smyslem obou sociálních služeb je především podpora zmíněných lidí v běžném životě. Jde většinou o nácvik sebeobsluhy, běžných domácích činností, pomoc při zvládnutí osobní hygieny či podpora při návštěvě lékaře nebo při nakupování. V denním centru mají své místo i pracovní, sportovní a volnočasové aktivity, jako například zahradní činnosti, turistika, jízda na kole, hra boccia.

Centrum LADA, z.s. se snaží svými aktivitami obohacovat společenský a kulturní život v Pacově s cílem zcela přirozené integrace lidí s mentálním hendikepem. Každoročně na jaře pomáháme zvelebovat své okolí v rámci úklidových akcí, na podzim se prezentujeme výrobky klientů na pacovské pouti, v říjnu pak pořádáme benefiční koncert. Letos vystoupí v zámeckém sále v Pacově pro naše zařízení trio světových umělců.

Informace o nás naleznete na
www.centrumlada.cz

centrum **LADA**



Centrum sociálních služeb Lukavec je příspěvková organizace městyse Lukavec. Nachází se na Vysočině, nedaleko Pelhřimova.

Zařízení poskytuje odlehčovací pobytovou službu dospělým osobám s mentálním a kombinovaným postižením a seniorům od 65 let, o které je jinak pečováno v jejich přirozeném sociálním prostředí. Dočasným převzetím péče o tyto osoby služba umožňuje nezbytný odpočinek nebo čas k řešení osobních záležitostí pečujícím osobám. Při poskytování služby respektujeme konkrétní individuální požadavky a potřeby klientů.

Celková kapacita zařízení je 15 osob. Délka pobytu je dohodnuta dle potřeb klienta a pečující osoby, nejdéle však na 3 měsíce. Službu poskytujeme nepřetržitě v průběhu celého roku. Pro naše klienty máme připravené jednolůžkové a dvoulůžkové pokoje s vlastním příslušenstvím. Celá budova je bezbariérová,

společenská místnost je klimatizovaná. Budova se nachází v klidném prostředí, klientům můžeme nabídnout prostorovou terasu s krbem, pohodlným posezením pod slunečníkem nebo rozlehlou zahradu s altánem. Pro klienty je každý den připraven program, který je individuálně přizpůsoben jejich schopnostem, požadavkům a potřebám. Nabízené aktivity napomáhají k uchování schopností a dovedností klientů a dobré psychické pohodě.

Velmi nás těší spokojenost klientů a rodin s naší sociální službou, kterou nám vyjadřují při pobytu u nás a také sdělují kladné reference svým příbuzným, sousedům a známým. Vážíme si důvěry a dobré spolupráce s rodinami.

www.centrumlukavec.cz

Telefon: ředitelka Petra Jelínková 774 624 008

sociální pracovníce Markéta Němcová DiS. 606 043 798

Adresa: Lukavec 394 26, V Chaloupkách 196



**Centrum sociálních služeb Lukavec
Odlehčovací služba**

POSLÁNÍ

Centrum sociálních služeb Lukavec poskytuje pobytovou formu odlehčovací služby, jejímž posláním je pomoc a podpora seniorům a lidem s mentálním a kombinovaným postižením, o které je jinak pečováno v jejich přirozeném sociálním prostředí.

Převzetím péče o tyto osoby služba umožňuje nezbytný odpočinek nebo čas k řešení osobních záležitostí pečujícím osobám. Služba je poskytována v návaznosti na konkrétní individuální požadavky a potřeby klientů.

CÍLOVÁ SKUPINA

Odlehčovací pobytovou službu mohou využít:

senioři od 65 let

dospělé osoby s mentálním a kombinovaným postižením

kteří žijí v přirozeném prostředí a potřebují podporu a péči jiné osoby z důvodu ztráty schopnosti způsobené zdravotním stavem či věkem.

Domácí hospicová péče

Je Váš blízký těžce nemocný či se jeho život chýlí ke svému závěru? Umožňuje jeho zdravotní stav pobyt mimo nemocnici? Přeje si Váš blízký být co nejvíce s Vámi a doma? Je ve Vašich možnostech tato jeho přání splnit?

Ano? Potom nám dovolte, abychom Vám byli nápomocni.

Oblastní charita Havlíčkův Brod prostřednictvím domácí hospicové péče nabízí stravení posledních dní a týdnů života nemocného v domácím prostředí.

Tato péče je pomocí a podporou rodině, která se stará o blízkého člověka v závěrečné fázi života.

Vychází z přání a potřeb nemocného a jeho rodiny. Domácí hospicová péče v sobě kombinuje péči ošetrovatelskou a lékařskou s pomocí v oblasti sociálně-právní, psychologické či duchovní. Poskytuje všestrannou účinnou oporu příbuzným a přátelům umírajících a pomáhá jim zvládat jejich zármutek i po smrti blízkého člověka.

POSLEDNÍ DNY ŽIVOTA DOMA A MEZI SVÝMI

Co nabízíme:

- profesionální ošetrovatelskou péči,
- pomoc při odstranění či tlumení bolesti a tišení dalších doprovodných příznaků konečných stadií života,
- péči o správnou výživu a hydrataci nemocného,
- podporu a zaučení rodiny v ošetrování těžce nemocného člověka,
- pomoc při úpravě prostředí tak, aby byla možná péče doma,
- zapůjčení nutných ošetrovatelských, rehabilitačních a kompenzačních pomůcek,



- seznámení s průběhem nemoci a pomoc rodině při umírání nemocného člověka,
- zajištění psychologické podpory a duchovních potřeb pro těžce nemocného či jeho rodinu,
- po úmrtí nemocného pomoc při zajištění pietního odvozu těla,
- konkrétní pomoc pozůstalým v následných problémech spojených s právními úkony a problémy v sociální oblasti.

Jak službu poskytujeme?

Výchozím předpokladem pro poskytování domácí hospicové péče je ochota rodiny pečovat o nemocného. Hospicová péče je pouze pomocí a podporou této péče. Domácí hospicovou péči ordinuje praktický lékař nebo lékař-specialista a následně ji přebírá praktický lékař umírajícího.

Tito lékaři spolupracují s lékařem v domácím hospicovém týmu.



Oblastní charita Havlíčkův Brod dále poskytuje tyto služby:

- Charitní pečovatelské služby
- Centrum osobní asistence
- Charitní ošetrovatelská služba
- Půjčovna rehabilitačních a kompenzačních pomůcek
- Astra – denní centrum pro seniory
- Domácí hospicová péče
- Centrum sociálních služeb Petřklíč
- Chráněné bydlení Petřklíč
- Sociálně terapeutická dílna Ledeč nad Sázavou
- Středisko rané péče
- ŠIPKA – sociálně aktivizační služba pro rodiny s dětmi
- Charitní domov pro matky s dětmi
- Charitní domov Humpolec
- eNCéčko – nízkoprahové centrum pro děti a mládež
- Nízkoprahový klub BAN!
- Občanská poradna
- Mateřské centrum Zvoneček
- Mateřské centrum ledňáček
- Mateřské centrum Rolnička
- Středisko charitní pomoci
- Dobrovolnické centrum

SEJDĚME SE NA KOPEČKU

„Slunce v duši“

ZÁŘÍ
2019
21. ročník



Areál Psychiatrické nemocnice

Jihlava, Brněnská 455/54

www.divadlo.pnj.cz • tel. 567 552 232



Psychiatrická
nemocnice
Jihlava



Čajíčkárna
ve stanu
otevřena
od čtvrtka
12.9. od 13:00
do středy
18.9. do 19:00

12.9. ČTVRTEK	9:00 a 11:00	Pervitin (program prevence) / DNK / 50 Kč
	14:00	Program u stanu: Setkání s Honzou Volfem
	17:00	Vernisáž: Honza Volf / Viola DNK Co se děje, co se děje, sluníčko se na nás směje.
13.9. PÁTEK	9:30-11:30	Běh? Neběh? / před DNK
	14:00	Program u stanu: Karel Kekeši hraje na harmoniku
14.9. SOBOTA	12:00-19:00	NA KOPEČKU ZA PLOTEM multižánrový minifestival / před DNK
15.9. NEDĚLE	9:30-11:00	Den otevřených dveří - 20 let s námi Program Zookoutku PNJ
	14:00	Program u stanu: Shobull Band
	19:00	Stephen Adly Guirgis: PARCHANT V KLOBOUKU Divadelní představení BuranTeatr Brno / DNK / 150 Kč
16.9. PONDĚLÍ	9:00	Turnaj ve stolním tenise / tělocvična PNJ
	9:00	bláznivé Člověče, nezlob se! / před DNK
	13:00-16:00	1. ročník turnaje v minifotbálku pro zaměstnance O Zlatou mísu PNJ / hřiště
	14:00	Program u stanu: Léčivý tanec Dana Holíková, Martina Kolouchová
	17:00	Vernisáž: Tváře světa - Michal Černý fotografie a beseda s autorem / Klub pacientů PNJ
17.9. ÚTERÝ	9:00-11:30	Jarmark u Divadla / Divadlo Mazec / před DNK
	9:00-17:00	Psychiatrická nemocnice na Dni zdraví / Masarykovo nám.
	14:00-15:30	Jarmark u Divadla pokračuje
	14:00	Divadlo Mazec / před DNK
	18:00	Poslechová diskotéka Jiřího Černého: Queen Klub pacientů PNJ / 50 Kč
18.9. STŘEDA	9:00-11:30	Duševní nemoc ve filmu - ukázky z filmů s osvětovou besedou, Mgr. Martin Šťastný / DNK
	14:00	Program u stanu: Setkání s farářem Františkem Tichým
	17:00	Táborák + Tadeáš Band
	19:00	Táborák pro zaměstnance

Změna programu vyhrazena