

NAKOLIK SE POTŘEBUJÍ PŘÍSLUŠNÍCI RŮZNÝCH GENERACÍ?

Chce se mi odpovědět jinou otázkou: „Nakolik v životě potřebujeme dětství, mládí, střední věk a stáří?“

Život každého z nás v mezigenerační perspektivě začíná i končí. Jakékoliv oddělování generací nebo nedoceňování významu setkávání lidí různého věku svědčí o nepochopení sociální podstaty lidské existence a o ignorování faktu, že člověk – navzdory všem současným mýtům o nezávislosti – zůstává závislou bytostí.

Rodíme se svým rodičům a právě od nich se učíme, jak to mezi lidmi chodí, včetně vztahu ke stáří. Lze předpokládat, že způsob, jakým naši rodiče pečují o ty své, jim jednou zase vrátíme. Výmluvné jsou v tomto ohledu literární inspirace. My Češi známe Nerudovu báseň o dědově dřevěné míse. V Japonsku jsem zachytila příběh o speciálním dvoukoláku, na němž se v časech hladomoru staří lidé odváželi umřít do hor. Jakmile v obou příbězích syn, resp. vnuk ve vhodnou chvíli vyjádří, že mísu či vozík je třeba zachovat, protože se budou hodit, až se otec posune na místo děda, dochází k rychlému zvratu. Umí-li si člověk představit vlastní stárnutí a odcházení z tohoto světa, rázem je soucitnější a ohleduplnější. Jenže ne vždy je vnuk na blízku, a tak býváme svědky různých krutostí. Zdaleka však nejde jen o poslední lidské věci. Rozhodující jsou spíše ty první.

Solidaritě mezi generacemi udržuje schopnost vcítění. Ta, jak známo, má svůj původ v raném dětství.

Ve způsobu, jakým je s námi zacházeno v časech, kdy přicházíme na svět a – podobně jako často v pozdním stáří – jsme zcela odkázáni na péči druhých. V tomto případě našich rodičů. Právě od nich získáváme vzorce sociálního citění a empatie, nebo také vzorce opačné.

Příchod novorozence otvírá možnost i pro vědomější mezigenerační dialog. Všimněme si nejprve žen. Mateřství dcery vyrůstá ze základů, které kdysi péčí o dceru položila matka. Úplně stranou zpravidla nestojí ani tchyně. Jak často v rodinných poradnách slyšíme nářky typu: „Proč mne ta moje máma / tchyně tak deptá? Proč si stále vede svou, kolik toho s miminkem dělám špatně a že za jejích časů to bylo jinak, a přesto jsme vyrostli? Proč není schopna si uvědomit, že výzkum přinesl mnoho nového, a co platilo před třiceti lety, je dnes nepou-

...pokračování na str. 2



ilustrační foto

PROČ JSOU PRO TEBE DŮLEŽITÍ PRARODIČE?

Na tuto otázku odpovídaly děti z Mateřského centra Máj v Českých Budějovicích.

Magdalénka Fuková, 5 let

Já mám jenom babičku a mám ji ráda. Důležitá je pro mě proto, že s ní jezdím na výlety.

Eliška Plačková, 6 let

Po mě je důležitá babička a dědeček, protože k nám jezdí na návštěvu a taky s nimi jezdím občas na výlety. Chtěla bych, aby tu byli častěji, protože bydlí daleko na Slovensku.

Klárka Vaněčková, 7 let

Jsou pro mě důležité, protože se o nás někdy starají, a když něco provedeme, tak nám to prominou a jsou na nás strašně hodní. Často k nim jezdím a vždycky když k nim přijedu, tak pro nás něco mají.

Martinka Hubinková, 7 let

Mám je ráda, protože jsou na nás hodní, a když se nám něco stane, tak nám pomůžou.

Téma tohoto čísla:

Mezigenerační vztahy a stáří.



Advent je pro mě velmi zrádné období. Nikoliv svým obsahem ani významem, ale především svou at-

mosférou. Všechno je tak nějak umocněné. Radost je radostnější, smutek je smutnější, vztahy jsou intenzivnější, předsevzetí znějí pravdivěji a realističtěji. Těžko říct, jestli je to blížícím se koncem roku, opadáním listů či počasím, které Vás nutí zachumlat se do pérové bundy a dlouhé šály, nebo vyvolané vůní františků, svařků, melodiemi vtíravých koled... Prostě je to tak a asi je to dobře. Třeba i proto, že si uvědomíme, že babičky a dědečkové našich dětí nejsou jen ti, kteří nám pomáhají zvládnout tu „divou zvěř“, upečou buchtu, která se mi už po desáté nepovedla, ale stále – a především – jsou to naši rodiče. Pro mnohé z nás jediné lidi na zeměkouli, kteří vás nechají, i ve dvaceticí letech, cítit se jako malá, bezbranná, sedmiletá holka, která potřebuje říct, že se nemusí o nic starat... protože oni jsou tu od toho. A to, alespoň pro mě, je dárek nad dárky. Takže s pomocí Adventu si Vám dovoluji popřát „veselejší“ Vánoce a „šťastnější“ nový rok a ještě „lepší“ rodinné vztahy.

Společnost Ledax o.p.s. se rozhodla od nového roku změnit svou vizáž. Vzhledem k tomu, že nyní poskytuje již čtyři různé služby – pro lepší rozlišení a orientaci byla přidělena každé službě jiná barva. Ukázky najdete v tomto čísle Ledaxu NOVINY.

Dana Kalistová



www.ledax.cz

Potřebujete zajistit sobě či Vaším blízkým péči v domácím prostředí?

Kteroukoliv z našich služeb můžete využít za účelem pomoci z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení.

Ledax o.p.s., Riegrova 51, 370 01 České Budějovice
tel.: +420 606 723 225 / e-mail: sekretariat@ledax.cz

žitelé, nechci-li své dítě poškodit?"

Jako příklad podobných dohadů nechť slouží třeba způsob porodu, kojení, utišování novorozeneckého pláče nebo názory na dětskou stravu.

K nejpohnutějším chvílím v poradenské či terapeutické praxi patří, když obě generace najdou sílu k vzájemnému naslouchání bez ohledu na to, jak je to v počátcích bolestné. To když třeba matka dceru dlouhodobě odrazuje od přirozeného porodu („Proč bys trpěla, nech to lékařům, vždyť jde o to, mít to za sebou!“), pak je ale u přirozeného porodu přítomna nebo o něm vidí film a najednou nemůže zastavit slzy. Cítí smutek i hněv, když si porovná ten rozdíl, za jakých podmínek před lety sama rodila, jak své miminko - dceru - viděla jen v určených krátkých intervalech a nemohla ji ani vybalit ze zavinovačky. Ta stejná dcera teď matce pomáhá hojit nepřiznaná dávná traumata.

Jenže aby se to podařilo, potřebuje se matka otevřít, přiznat hluboko zasuté či potlačené pocity, a to vůbec není jednoduché. Tak raději dceru peskuje, že děčko rozmazlí, když ho kojí na požádání nebo nosí v šátku a vůbec, co je to za výmysly!

K neméně hlubokým okamžikům při terapiích patří, když snacha konečně prohlédne, že není v pořádku oddělovat vnoučce od prarodičů jenom proto, že v jejich domácnosti smí dítě dělat věci doma zakázané, třeba strkat

prstík do cukřenky a následně ho olíznout. Když snacha pochopí, že více jedu produkuje její snaha obrátit tchýni k obrazu svému za každou cenu. Ta úleva, když tchýně dokáže cukřenku postavit nahoru na skříň a se snachou obě přistoupí ke klidu zbraní, i kdyby to bylo jen z rozumu a ohleduplnosti. Mladý otec se přestane cítit jako mezi dvěma mlýnskými kameny a mladá maminka má při svém

„Syn potřebuje vědět, že je na něj otec pyšný.“

nástupu do práce v záloze někoho, kdo dítě vroucně miluje a může ho vyzvednout ve školce nebo při horkých pracovních termínech pohlídat v čase nemoci. Babičky patří v naší zemi k nevyhledávanějším babysitterům.

Také mezi muži je ale vzájemného sblížení zapotřebí. Mužská nevládaná agrese, nemluvnost i současná epidemie krize mužské identity má dle psychologů původ v dlouhodobě přerušeném dialogu otců a synů. Syn potřebuje vědět, že je na něj otec pyšný. Synovo mužství se utváří skrze žité mužství otcovo.

Když mluvíme o mezigeneračních vztazích, nesmíme zapomenout ani na jahůdku na dortu, na vztah mezi prarodiči a vnoučaty. Možnost být součástí prožívání malého dítěte, pokračovatele vlastního rodu, bývá tím vůbec nejcenějším, co pozdní věk přináší. A také vnoučata získávají od prarodičů něco jinde nedostupného a nenahraditelného.

Jsem přesvědčena, že živost a rytmus mezigeneračních vztahů napříč rodinami vytváří kořeny, z nichž vyrůstají mezigenerační vztahy společenské. S rozpadem tradiční rodiny a se změnami v životním stylu dochází k dříve nevidanému oddělování generací. V médiích se mluví o ageismu, o násilí páchaném na seniorech, o škodlivých předsudcích vůči stárnutí a stáří. Jak to napravit?

Trpělivým připomínáním kontinuity lidského života. Posilováním zdravých sociálních vztahů. Rozvíjením empatie v časech, kdy je pro její vstřebávání lidská bytost vývojově nastavena (první zkušenosti a tedy počátky života jsou nejvíce určující). Větší podporou manželství a rodiny, dostupností laskavějšího po-rodnictví, ohleduplnějšími podmínkami pro rodiče malých dětí na pracovním trhu.

Potřebujeme však i odvahu přiznat si, že jako společnost se cestě, která by vedla k mezigeneračnímu smíru, při současných většinových postojích a kritériích úspěchu milovými kroky vzdalujeme.

O AUTORCE:

PhDr. Eva Labusová je publicistka a poradkyně pro oblast rodinného života a mezilidských vztahů s poradnou v Praze 8 - Kobylisích. Je vdaná, má tři dcery. Na jejích webových stránkách www.evalabusova.cz lze k tématům rodiny, rodičovství a mezilidských vztahů najít mnoho dalšího.

„NECHTĚLA JSEM TO PRO SEBE, ALE PRO VNUČKU!“

Na poradnu se obrátila klientka, žena v důchodovém věku. Ve schránce jednoho dne objevila pozvánku na zájezd s obědem a dárkem zdarma. Připadalo jí to jako perfektní příležitost se po dlouhé době dostat do společnosti, pryč ze čtyř stěn domova. Z klientčina vyprávění bylo zřejmé, že byla přesvědčena o tom, že pokud půjde o předváděcí akci, nebude si nic kupovat, jen si udělá hezký den.

Po výstupu z autobusu byli účastníci posláni do velké místnosti, kde téměř okamžitě začal prodejní útok.

Všichni přítomní byli manipulováni k okamžité koupi nejdříve pomocí výhodných nabídek, dárků zdarma a možnosti „něco“ vyhrát. Později došlo i na příkazy. Klientka si jen pamatuje, jak jeden z prodejců sděluje informaci: „Tady to podepište.“ Bez brýlí a podrobného pročtení smlouvy klientka podepsala.

Klientka se vrátila domů s plnou taškou zakoupeného nádobí a dárků, které s velkou

radostí chtěla předat svým dětem a vnoučatům. Místo pocitu štěstí ji však zaplavil smutek z nepochopení její laskavosti. Děti se na klientku sesypaly se slovy výčitek. „Jak je možné, když to vidíš neustále v televizi, že jsi to za ty peníze koupila?“ Klientčino vysvětlování, že to koupila pro ně, nikoliv pro sebe, nemělo žádný význam. Děti klientku donutily obrátit se na poradnu, aby dostala informaci, jak odstoupit od smlouvy a vzdát se tak pocitu, že může udělat svým vnoučkám radost v podobě nového nádobí.

Když klientka předávala poradci smlouvu, kterou na místě akce podepsala, stále ještě nevěděla, co pro ni z podpisu vyplývá. Chyběla jí informace ohledně možnosti odstoupení od smlouvy do 14 dnů od podpisu, což upravuje občanský zákoník v §57, který říká: „Byla-li spotřebitelská smlouva uzavřena mimo prostory obvyklé k podnikání dodavatele nebo nemá-li dodavatel žádné stálé mís-

to k podnikání, může spotřebitel od smlouvy písemně odstoupit do 14 dnů od jejího uzavření.“

Klientce byla sdělena i informace ze stejného paragrafu, kdy má nárok do 30 dnů od odstoupení od smlouvy na finanční hotovost, kterou za zboží zaplatila. S klientkou bylo sepsáno odstoupení od smlouvy a se slovy podpory byla ujištěna o právu na její straně.

Občanská poradna při Jihočeské rozvojové o.p.s. spolupracuje s Asociací občanských poraden při realizaci projektu Spotřebitelské poradenství. Cílem je zlepšovat informovanost občanů ČR o jejich právech a povinnostech při nákupu zboží, služeb a o způsobech, jak na trhu uplatňovat své ekonomické zájmy. Tento projekt je financován Ministerstvem průmyslu a obchodu ČR.

www.obcanskeporadenstvi.cz



- pomoc při osobní hygieně
- poskytnutí stravy nebo pomoc při jejím zajištění
- pomoc s nákupem
- pomoc s chodem domácnosti
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím

O mezigeneračním soužití jsme si povídali s Doc. PhDr. Janou Šemberovou, CSc., prodělkankou pro rozvoj studia a dalšího vzdělávání Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích

Jak dle Vašeho názoru „drží“ české rodiny při sobě? Jsme něčím specifictví v rámci Evropy?

Nejsme specifictví. Česká rodina patří do široké rodiny Evropy a jako každá z nich se proměňuje v historickém, kulturním, sociálním i individuálním čase. Mění se společenské kredity, rodina sama i každý její člen. Pro osm z deseti Čechů je osou života. Budoucnost si představují tak, že chtějí manželství a šťastnou rodinu. A většině z nich se to povede, byť ne na první pokus. Třebaže počet úplných rodin převažuje, zůstává určité procento bezdětných (téměř třetina je vysokoškolaček) a nesezdaných párů a osamělců tzv. „singlů“. Přibývá počet nemanželských dětí.

Přes všechny změny v uspořádání drží rodina při sobě, schází se při výročích, oslavách a svátcích. V intimitě rodinného soužití předává dětem poznatky a zkušenosti, sdílí s nimi radost, bolest i smutek. Určité věci a děje se díky technice proměňují, ale převratné a zásadní změny zpravidla nepřinášejí. Televize, internet, mobily pomáhají udržovat vztahy často i tehdy, když se rodina ocitá v krizi. Tradice a zvyky zažité v původní rodině jsou přenositelné a soudržnost rodiny upevňují. Vánoce, masopust i Velikonoce jsou školami rituálů. Pokud na ně nezapomeneme, máme velkou naději, že přežijeme a budeme ovlivňovat i svou budoucnost. Tradovat, jak praví moudří, je víc, než vymýšlet.

Prarodičovství 21. století

Jakou roli mají a budou mít v tomto století prarodiče?

Změny v rodinných vztazích včetně mezigeneračních lze jen s určitou mírou pravděpodobnosti předvídat. Už současná doba vykazuje mezigenerační rozdíly, jaké dosud nebyly zaznamenány.

Podílí se na nich éra informačních a komunikačních technologií. Dříve staří lidé fungovali jako rezervoáry informací a zkušeností a jejich paměť byla zdrojem údajů o minulosti. V dnešním světě internetu se hodnota informací uložených v mysli pamětníků zrelativizovala, byť pořadí není zcela nulová. Ke skutečnému pokroku došlo na poli života. Prokloužila se průměrná délka života a lidé řeší otázku, jak se s ní vypořádat.

Lidskému žití se člověk učí v nejužší rodině. Osvojuje si v ní vzory chování včetně úcty k rodičům a prarodičům, k lidem, přírodě a všemu živému. Hodnoty, které vyznává, předává dalším generacím. Věřím v roli prarodičů, naslouchám s obdivem vzpomínkám těch nejstarších a uchovávám v mysli jejich paměti.

V tradičních zemědělských rodinách bylo nepsaným pravidlem, že se o staré rodiče staraly děti. Naopak v průmyslových společnostech v Evropě podporovali mladou rodinu prarodiče. Míra jejich podpory byla vysoká. V naší nedávné minulosti pomáhaly matky, babičky vnoučat zaměstnaným dcerám. Dnes, kdy jsou samy v zaměstnání, pobývají vnoučata v mateřské škole. Existuje ovšem i obrácený proud služeb. Děti, zejména dcery vypomáhají v do-

mácnostech rodičům, dokonce více než v Německu a Anglii.

Jak se bude situace vyvíjet dál? Jako dítě jsem zažila, že babička dlouho pracovala a přitom se nám věnovala, jezdila s námi na výlety, vyráběla marmelády...

V rodinách s fungujícími mezigeneračními vztahy, kde prarodiče byli jejich bytostní součástí, připadala babičkám úloha pomáhající i kultivující. Babičky byly prodlouženou rukou matek, zavařovaly, vyráběly ovocné marmelády a současně se dokázaly o vnoučata dobře postarat, jezdily společně na výlety, chodily na koupaliště a měly společné zážitky. Prarodiče se zapsali hluboko do vzpomínek na dětství.

Mezigenerační vztahy se proměňují v čase. Vy máte svou rodinu, babička vašich dětí je zaměstnaná, společně hledáte rovnováhu v oblastech spadajících do kompetence státu a ve vztazích rodičů a dětí. Životní styl rodiny je jiný.

Dnešní babičky mají jinou roli, nejsou opatrovnicemi vnoučat ale spíše účastníky a partnery v jejich volnočasových aktivitách.

Přesto si myslím, že atribut prarodičovství bude i v příštích generacích a rodinách zachován, babičky nespěchají a v pomalejším životním cyklu si čas na svá vnoučata udělají.

Role babiček bude i v budoucnu zachována, jen jejich tvář a způsob života bude mít jinou podobu. Stačí, vzpomeneme-li si na babičku Boženu Němcovou, které bylo podle některých propočtů v době příjezdu za dcerou a vnoučaty na Staré Bělidle jedenapadesát let (stařenka v bílé plachetce, mezulánce, však to znáte). Byla na svých dětech ekonomicky závislá, byla nositelkou tradičních hodnot, které odvozovala od Boha. Staří jako fáze života bylo v minulosti smutné a bolestivé.

Současná babička, stejně jako ostatní aktivní senioři, „nemá“ času nazbyt, přesto si čas pro vnoučata vyhradí a dokáže se jim se zaujetím věnovat. Šťastné děti, které mají báječné prarodiče.

Mezigenerační vztahy, zvláště pokud jsou pěstovány a respektovány všemi aktéry, obohacují život rodiny. Posilují její soudržnost, úctu k druhým, ochotu si pomáhat. Sdílená radost přináší příležitost společné chvíle prožít. Na každém záleží, zda je ve vztazích najdou a využijí. Jen čas běží, děti rostou, rodiče zrají, prarodiče stárnou a do řeky života nelze vkročit dvakrát. Pamatujme, co jsme jednou zaseli, také sklídíme.

Zmínila jste aktivní seniory. Pěstuje se na univerzitě mezigenerační setkávání současných studentů se zástupci starší generace?

V hierarchii životních hodnot aktivních seniorů zaujímá důstojné místo sebevzdělávání, proto řada z nich usedá do univerzitních lavic a zapojuje se do programů celoživotního vzdělávání na Univerzitě třetího věku. Dnes senioři na univerzitách představují nepřehlédnutelnou vitální skupinu s obrovskou potencií. Reálně jinou,

než ji vidí ti, kdo do této skupiny nepatří.

Jak vnímáte vzájemné soužití těchto skupin?

Ve společnosti, kde dominuje kult mládí a vydvihuje se ambiciózní, krásná a dravá mladost, je mezigenerační učení příkladné. Všeobecná vzdělanost, životní zkušenost, ideály, výhry i prohry starších odkrývané ve společných úkolech, rozpravách i esejích několika generací naplňuje pozorovatele úžasem a vybízí k pokoře. Vzdělávající se mládí, vzdělané a zkušené stáří rozvíjí lidské společenství a oživuje skomírající toleranci.

Jak se díváme my, dospělí a senioři, na dospívající a mladé lidi? Jsou jiní, než jsme byli tehdy my?

Doba se mění, ale projevy v dospívání a mládí jsou stejné, jen možná okázalejší. Když jsme se v mládí drali do světa dospělých my, byli jsme stejně hluchí, hlasitě se smáli a poštuchovali v dopravních prostředcích tak, že nás starší

a zkušenější vybízeli k důstojnějšímu chování. Budme velkorysí, dejme jim čas dozrát, vychovávejme je příkladem a rozvahou. Ve stáří s nimi musíme počítat.

Je období adventu. Jaké zvyky a tradice jste přejala od svých předků?

Vyrůstala jsem v pohodové rodině. Bylo nás pět, tatínek, maminka, já a dva sourozenci. V domě s námi bydleli babička s dědečkem z tatínkovy strany. Žili jsme pospolu a usedali ke společnému stolu. Ve vzácných svátečních chvílích i dávno potom, co jsme z dětských střívečků vyrostli a rodičům přibýlo stříbro ve vlasech, jsme se vraceli domů se svými životními partnery. Každoročně se pozdravili a poseděli u štedrovečerního a novoročního stolu prostřeného sněhobílým ubrusem s vyšíváním, dvanácti nově vycištěnými stříbrnými přibory, božihodovými talíři a vším dalším, co ke svátečnímu stolu patří. Slavili jsme skutečné Vánoce, svátky klidu, pohody a pospolitosti. Když jsme začali muzicírovat, v paměti lovit neopakovatelné vzpomínky na dětství, radovat se ze setkání, nastal čas Vánoc. V něm nechyběla nikdy ani „jablíčková pospolitost“. Jablíčka se krájela na dílky tak, aby na každého u stolu vyšla a nikdo nezůstal neobdarován. Stále jsme se divili, že staletý zvyk je platný i dnes. Nikdo nezůstal sám.

Jen čas ubíral životu na síle a nejmilejší odcházeli. Zanechali v nás poselství sounáležitosti a sílu udržovat a předávat tradici pospolitosti dětem a nejbližším. Zachovávat rod a jeho tradice, udržovat vzpomínky uložené hluboko v paměti na vánoční rybu s malou dušičkou, na podomácku vyráběnou čokoládu, na dárky a neopakovatelná překvapení v nich, oživit je ve svátečních chvílích a předat dál pokračovatelům rodu. Když se dílo daří, přichází i štěstí.

Učme se mít rádi sebe i své blízké. Vánoce jsou totiž především o lidech.

ZDRAVOTNÍ PRODEJNA

Jana Hůlková

ortopedická obuv
rehabilitační pomůcky
funkční prádlo
magnetoterapie
zdravotní punčochové zboží
diagnostické přístroje
pedikérské nástroje
měření plochozří

Česká 39/27
370 01 České Budějovice
tel.: 733 700 978
janahalka@seznam.cz



DOMÁCÍ OŠETŘOVATELSKÁ A HOSPICOVÁ PÉČE

Rozhovor s Mgr. Erikou Holarovou, vedoucí služby společnosti Ledax o.p.s.

Posláním Domácí ošetrovatelské a hospicové péče Ledax o.p.s. je poskytovat osobám s onemocněním, zdravotním postižením, či lidem v terminálním období života takovou péči, která jim umožní pobyt ve vlastních domácnostech. Největší důraz je kladen na lidskou důstojnost, kvalitní a profesionální práci a pozitivní přístup.

Jaký je rozdíl mezi domácí ošetrovatelskou a hospicovou péčí?

Domácí ošetrovatelská péče je poskytována lidem s akutním či chronickým onemocněním, lidem po úrazech a dlouhodobě nemocným. Tato péče je zaměřena na podporu udržení zdraví a prevenci nemoci.

Hospicová péče je péče, která spočívá v péči o terminálně nemocné pacienty – pacienty v konečné fázi života s nevléčitelným, smrtelným onemocněním. Velmi důležitou součástí této péče je léčba bolesti a dalších symptomů, které přicházející konec života doprovází.

Domácí hospicová péče není stále v České republice příliš zastoupená. Častým argumentem je, že si pacienti – případně jejich rodinní příslušníci - myslí, že není možné

zajistit doma dostatečnou péči o pacienty v poslední fázi jejich života. Jak byste tento argument vyvrátila?

Pokud rodina, či sám pacient, využije poradenství, které také nabízíme, zjistí, že vhodnou kombinací všech dostupných prostředků je možné se o osobu v terminálním stadiu v domácím prostředí kvalitně postarat. Mezi tyto prostředky patří například využití různých kompenzačních pomůcek, služeb zdravotní sestry (např. aplikace léků proti bolesti, převazy chronických ran, odsávání z dýchacích cest, apod.). Je podstatné, aby si pečující uvědomili, jak je pro jejich blízké důležité být právě v tak těžkém období doma, kde je zajištěn kontakt s ostatními členy rodiny. Během jejich nepřítomnosti je to právě zdravotní sestra, která je tam proto, aby se věnovala jen jemu – nejen po stránce tělesné,

ale i sociální a duchovní a zajistila tak uspokojování bio-psycho-sociálně-spirituálních potřeb.

Jaká je odbornost personálu, který domácí ošetrovatelskou a hospicovou péči poskytuje?

Personál domácí ošetrovatelské a hospicové péče, tedy zdravotní sestry, musí mít osvědčení způsobilosti k výkonu nelékařského zdravotnického povolání bez odborného dohledu, vydaného Ministerstvem zdravotnictví. V praxi to znamená, že zdravotní sestry s tímto osvědčením jsou schopné vykonávat činnost zcela samostatně, i když většinou dle indikace lékaře.

Zdravotní sestry se také musí celoživotně vzdělávat a sbírat takzvané kredity, které jsou potřeba k prodloužení způsobilosti k výkonu tohoto povolání.

O jaké úkony je ze strany uživatelů největší zájem?

Ze strany osob využívajících domácí ošetrovatelskou a hospicovou péči je největší zájem o podávání různých forem léků (ústí, injekčně), dále převazy chronických ran či kontrolu fyziologických funkcí (krevní tlak).

V současné době máte tuto službu registrovanou pouze v Českých Budějovicích. Plánujete rozšíření této služby i do jiných okresů?

O rozšíření této služby do jiných okresů jsme zatím neuvažovali.



ilustrační foto



Ledax | Domácí ošetrovatelská a hospicová služba

- převazy, ošetření pooperačních ran
- prevence a ošetrování proleženin
- odběry krve, aplikace injekcí
- měření krevního tlaku, pulsu, glykémie
- zaučení v aplikaci inzulinu

Výstava:

Ááách / Československý filmový plakát 1959 – 1989

Výstava představí 100 autorských výtvarných plakátů, které vytvořili přední českoslovenští výtvarníci v rozmezí let 1959 – 1989 pro Ústřední půjčovnu filmů v Praze. I z důvodu, že se jednalo o nejtalentovanější tvůrce české výtvarné scény, dosáhl československý filmový plakát takových kvalit, které byly v následujících letech opakovaně oceňovány na mnoha mezinárodních soutěžích. Československý filmový plakát se tak spolu s plakátem polským stal legendou na poli užitého umění v celoevropském měřítku. Výstava ve Wortnerově domě AJG v Českých Budějovicích představí soubor přibližně 100 filmových plakátů 23 autorů.

Kurátor výstavy: Mgr. Vlastimil Tetiva

29. 11. 2012 - 3. 2. 2013

Wortnerův dům AJG, U Černé věže 22, České Budějovice (tel.: 387 311 102, www.ajg.cz)

Koncert:

Vánoční koncert

J. J. Ryba: Hej mistře

Česká mše vánoční byla a stále je pro svou prostotu i radostnou a svěží atmosféru srozumitelná a přístupná širokému obecenstvu. Příběh vypráví o zvěstování Kristova narození a příchodu pastýřů k jesličkám.

Účinkují: sólisté, Jihočeské pěvecké sdružení, Katedrální sbor a komorní orchestr Collegium Musicum Budvicensis

26. 12. 2012 / 15:30 hodin / Husův sbor
(Palackého náměstí, České Budějovice)



Díadlo:

Wolfgang Amadeus Mozart: Únos ze serailu

Před láskou vyjádřenou galantně jako ve Figarově svatbě či démonicky jako v Donu Giovannim je láska v Únosu ze serailu – v první německé komické opeře vůbec – vyjádřena skladatelem s neskrývanou citovostí. Mozartem geniálně zhudebněný příběh původní divadelní hry Christopa Bretznara Belmont a Konstance evokující tajemnou i smyslnou náladu orientu a rozvíjející vtipně promyšlený a humorem kořeněný únos dvou evropských dívek z tureckého harému.

V českém znění, se zpěvními texty Otakara Zicha a nově napsanými dialogy režiséra Oldřicha Kříže.

Režie: Oldřich Kříž

Účinkují: Liana Sass / Eva Štruplová, Iva Hošpesová / Yukiko Kinjo Šrejmová, Tomáš Kořínek / Aleš Voráček, Jan Ondráček / Bronislav Palowski a další

Premiéra 14. 12. 2012 / Jihočeské divadlo
(tel.: 386 356 925, www.jihoceskedivadlo.cz)

TV:

Šťastný smolař

Česko/Slovensko - pohádka

Hlavním hrdinou příběhu je chlapec Filip, jehož od narození pronásleduje smůla. Jeho otec totiž chtěl přechytračit samotnou Štěstěnu a tím na sebe, a hlavně na svého synka, přivolal její hněv. A aby toho nebylo málo, Filip se zamiluje do Štěstěny dcery Haničky. Ve snaze získat její lásku, a také proto, aby se zbavil prokleté smůly, se vydává na putování světem. Jednoho dne ho čeká osudové setkání, když narazí na muže trpícího chorobným lhaním. Prohal se dokonce tak daleko, že už ani nezná svoje jméno a říká si Kdokoliv. Kupodivu právě s pomocí tohoto povedeného kumpána svede Filip nerovný boj o svoji milovanou Haničku. Komedialní pohádka vypráví o tom, jak nesnadné je si štěstí zasloužit, ale také o tom, jak málo dělí štěstí od smůly.

Režie: Jiří Strach

Hrají: Filip Cíl, Ivan Trojan, Jiří Dvořák, Dagmar Veškrnová-Havlová, Jiřina Bohdalová, Ondřej Vetchý, Lenka Vlasáková, Josef Somr, Miroslav Táborský, Pavel Kříž, Oldřich Navrátil a další

25. 12. 2012 / 20:00 hodin / ČT1

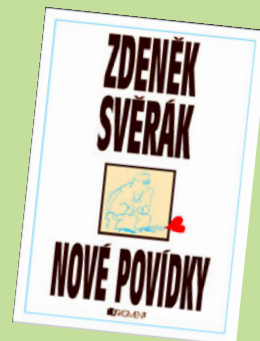
Kniha:

Zdeněk Svěrák: Nové povídky

„Ptám se sám sebe, co to vlastně dělám, když píšu povídku. Jako bych našel pecku a dělal kolem ní třešeň. Nebo švestku. Podle toho, co seberu. Jádro každého příběhu jsem našel na cestě. Byl to třeba zážitek, s nímž se mi někdo svěřil, nebo jen věta zaslechnutá od vedlejšího stolu v restauraci. Moje práce spočívá v tom, že si představuju, co bylo před tím a co potom, a hledám v mateřštině slova, která dovedou vrátit dávno snědenému ovoci dužinu a šťávu. Kéž by vám to chutnalo.“

Zdeněk Svěrák

Nakladatelství: Fragment



Film:

Co kdybychom žili společně?

Francie / Německo - komedie

Annie, Jean, Claude, Albert a Jeanne jsou nerozlučnými přáteli více než čtyřicet let. Když jim paměť i srdce začínají pomalu vypovídat službu a na obzoru je příznak domova důchodců, vzeprou se a rozhodnou se žít společně. Nápad je to přinejmenším bláznivý. Avšak i přesto, že občasné neshody probouzí staré a zasuté vzpomínky, začíná se tu nádherné dobrodružství – společný život v komunitě. V sedmdesáti pěti letech!

Režie: Stéphane Robelin

Hrají: Daniel Brühl, Geraldine Chaplin, Jane Fonda, Claude Rich, Pierre Richard, Gustave de Kervern, Guy Bedos a další

Premiéra v českých kinech 29. 11. 2012



- pomoc při osobní hygieně
- pomoc při přípravě stravy
- výchovné a vzdělávací akce (procvičování paměti, cvičení hrubé motoriky apod.)
- aktivizační činnost
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím

POMŮCKA: LARS	SÍŤ ČERPACÍCH STANIC	PARNO		INICIÁLY HOKEJISTY ELIÁŠE	JEDOVATÁ BYLINA		OPLAKAT	SNÍŽENÝ TÓN H	DATOVÝ NOSIČ		ZRNA K OSETÍ	SIRKY	OLYMPIJSKÉ HRY ZKR.		BELGICKÉ MĚSTO	VYSÍLACÍ	ZÁPOR
SPOTŘEBNÍ DRUŽSTVO ZKR.			CHEM. ZN. POLONIA			DRUH ROZVODU V MOTORU ZKR.				ORG. ZAHR. OBCHODU				PŮV. DĚDÍČ. INFORMACE			
			DOPRAVNÍ PODNIKY							BARVY NA VAJÍČKA				PŘEDLOŽKA			
HUDEBNÍK						1. DÍL TAJENKY											
						ROZMRZAT											
CEL. KÓD ŠPANĚLSKA				SKÁLA NA POBŘEŽÍ					OZNAČENÍ PROMINENTŮ				SPOJKA				KLÁVESY NA POČÍTACÍ
				2X ZVÝŠENÝ TÓN A					VOJEN. JEDNOTKA				LEDOVCOVÝ KOTEL				
LIDOVÉ NOVINY ZKR.			LETOPIS					VÝROBCE VAN SEVERSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO						CITOSLOVCE OPOVRŽENÍ			
			CHEM. ZN. KŘEMÍKU											TITUL PAPEŽE			
SEVERSKÁ ZVÍŘATA					TRUP SLOVENSKY TOHO ČASU ZKR.					ASJSKÝ DRAVEC					NÁRODNÍ STRANA ZKR.		
										ZTRATIT VĚDOMÍ					DOJEMNÝ		
	SPORTO- VNÍ TÝM	INIC. SPIS. TURGENĚVA				TAHLE OPOTŘEBO- VATI JÍZDOU					PLÁTEK CHLEBA						
		DEZINFEK- ČNÍ LÁTKA									PRVNÍ TŘÍDA GYMNÁZIA						
INICIÁLY HERCE FIALY			IDENTIFIK. ČÍSLO ORGANIZACE				NAKLÁDACÍ PLOŠINY						LUDOLFOVO ČÍSLO			PRES	ČÁSTI PLUHU MN. Č.
			HRAČKA				VKOPNUTÍ						ZVUK TROUBENÍ				
SUŠENKA					INIC. BÁSNÍ- KA SLÁDKA				INIC. ZPĚV. ROLINS			UKAZOVACÍ ZÁJMENO					
					CHEM. ZN. SAMARIA				PŘÍSLOVCE			TELEFON ZKR.					
ODLIŠNÁ NÁŘEČNĚ				SEKNUTÍ				ZHOTOVENÝ LITIM						ZPĚVNÍ HLAS			
				NÁZEV HLÁSKY N				UHELNÉ SKLADY ZKR.						KULTURNÍ DŮM ZKR.			
2. DÍL TAJENKY													ŽABÍ CITOSL.				
SARMAT					BÝVALÁ VELKÁ STAVEBNÍ FIRMA				ŠACHOVÝ VELMISTR				BODNÉ ZBRANĚ				

Tajenkou je citát Williama Somerseta Maughama: „Tragédie života někdy spočívá v tom, ...dokončení v tajence“. Správné znění posílejte na adresu: **Ledax o.p.s., Riegrova 1756/51, 370 01 České Budějovice**. Obálku či korespondenční lístek prosím označte heslem „Ledax NOVINY“. Správné odpovědi budou slosovány a výherce obdrží poukázku v hodnotě 500,-Kč na nákup do ZDRAVOTNÍ PRODEJNY - Jana Hůlková. Uzávěrka soutěže je 1. března 2012.

Výherkyní dárkového koše z předminulého čísla Ledax NOVIN se stala paní Božena Konopová, z DPS Třeboňská 6, Borovany. Výherkyní vstupenek na Stezku korunami stromu Lipno z minulého čísla se stala paní Marie Filsaková z Českých Budějovic. Za Pečovatelskou službu Ledax o.p.s. gratulujeme!

SUDOKU

5		9						
				8	7			
		2			4		8	9
7				6			2	
	5		4		1		6	
	2			9				1
3	9		8			1		
			1	4				
						6		5



paní Božena Konopová



paní Marie Filsaková

JAK POSTUPUJÍ PRACOVNÍCI PŘI POSKYTOVÁNÍ PÉČE?

V tomto čísle Ledax NOVIN bychom Vás rádi seznámili s vnitřním pravidlem společnosti Ledax o.p.s., tzv. **Metodikou základních a fakultativních činností**. Tuto metodiku je povinen mít vypracovanou každý registrovaný poskytovatel sociálních služeb. Je to jakýsi průvodce jednotlivými úkony, které služba poskytuje dle platného sazebníku.

Metodika vymezuje hranice služby a zajišťuje tím její kvalitu, odbornost a bezpečnost jak uživatelů, tak pracovníků. Stanovuje popis provedení každého úkonu, který je obsažen v Sazebníku poskytované služby. Metodika ujasňuje, co je možné v rámci dané služby vykonat a poskytnout, a co už v její kompetenci není.

Provedení činnosti si pracovník s uživatelem domlouvá vždy předem, aby pracovník věděl, jaký čas přibližně stráví u uživatele a mohl tak naplánovat péči u ostatních uživatelů. Činnost u uživatele je prováděna vždy za přítomnosti uživatele.

Nejčastěji prováděným úkonem ze základních činností například pečovatelské služby je úkon **Podpora či pomoc při běžných úkonech osobní hygieny**. Úkon je prováděn jak v domácím prostředí uživatele, tak ve středisku osobní hygieny poskytovatele, vždy dle možností dané služby. Důležité je vědět, že hygienické potřeby a pomůcky pro osobní hygienu (šampon, mýdlo) si zajišťuje každý uživatel sám. Úkon zahrnuje např. koupání, sprchování, omývání imobilního uživatele na lůžku, manipulaci s inkontinenčními pomůckami, holení.

Dalším často využívaným úkonem je **Běžný**

úklid domácnosti – vysávání, zametání, vytírání na mokro, utírání prachu, umytí, utření a úklid nádobí, umytí WC a koupelny, zalévání květin, přestlání lůžka, vynesení odpadků, praní a žehlení prádla v domácnosti uživatele. Úklidové prostředky zajišťuje uživatel. V rámci tohoto úkonu je prováděno i mytí oken, v rozsahu běžného úklidu. Mytí oken mohou pracovníci provádět pouze z podlahy, nesmí stoupat na parapety, nestabilní židle apod.

Při úkonu **Praní a žehlení prádla** pracovník převezme prádlo k vyprání, zváží ho na váze poskytovatele a kila zapíše do výkazu úkonů. K vyprání použije prášek poskytovatele, aviváž na prádlo není v ceně úkonu. Prádlo se pere vždy od jednoho uživatele, je přepravováno v čisté tašce. Myslí se praní prádla u poskytovatele, praní prádla u uživatele v domácím prostředí je v úkonu Úklid a tam se používá prací prostředek uživatele.

Dalším potřebným úkonem je **Nákup**, který je rozlišen na velký a malý. Malý nákup je u Ledax o.p.s. nákup o hmotnosti do 8 kg. Tento úkon zahrnuje sepsání nákupu s uživatelem v domácnosti či převzetí seznamu. Pracovník převezme od uživatele přibližný finanční obnos, aby dostačoval výši nákupu. Výši svěřené částky napíše na seznam náku-

pu a nechá si podepsat uživatelem. Nakupuje se v obchodě, který je nejbližší místu bydliště uživatele, nebo dle zvyklostí.

Pracovníci zajišťují uživatelům také různé **Pochůzky** – např. vyřízení předpisů u lékaře, vyzvednutí léků z lékárny, odnesení dopisu na poštu. Pracovník uživatele také doprovází k lékaři, na úřady apod.

V rámci fakultativních činností může uživatel využít **Dopravu vozidlem poskytovatele** – tento úkon je potřeba domluvit alespoň dva dny předem. Pracovník začíná uživateli počítat kilometry na tachometru ve chvíli, kdy uživatel nasedl do auta až do zastavení v cílovém místě.

Úplná Metodika základních a fakultativních činností každé služby společnosti Ledax o.p.s. je k dispozici u Vašich sociálních pracovníků.

Ledax

Informačné spoločenské centrum mesta České Budějovice pro rodiny všech generací
Místo pro setkávání lidí všech generací

přebalte si prcka v centru města

Nám. Př. Otakara II. 38 (Dům umění, 4. patro)
Otevírací doba: Po–Pá 9–18; So 9–13

přednášky

knihovna

informace

čítárna

výstavy

ateliér

dětská herna

Co si určitě nenecháme pro sebe?
Informace o službách v našem městě, které vám pomohou řešit vaši sociální rodinnou situaci. Co všechno vám ještě prozradíme? Seznámíme vás s aktuální nabídkou kvalitních kulturních, vzdělávacích, společenských a volnočasových aktivit ve městě. Co si určitě nemůžete nechat ujít? Zajímavé přednášky o vztazích, dětech, o sladění rodiny a práce, o tradiční rodině, zvycích, kultuře a mnoha jiných tématech z pohledu všech generací. Co pro vás pravidelně připravujeme? Zatímco si děti hrají, můžete se zúčastnit pestrého doprovodného programu nebo rozvíjet svou tvořivost.

Rodinné prostředí s bohatým zázemím (knihovna, čítárna, ateliér, dětská herna) v centru všeho dění. Místo pro setkávání dětí, rodičů, osamělých osob, seniorů a zdravotně postižených všech generací. Praktické vybavení pro přebalení, nakojení nebo nakrmění vašich ratolestí. Pohodová atmosféra pro odpočinek od shonu města. Informace o službách, sociálních i prarodinných aktivitách na území města. Prezentace dostupných sociálních služeb na jednom místě. Poradenství pro lepší orientaci v nabídce a vzájemné provázanosti sociálních služeb. Snadný přístup. Výťahem? Po svých? Jak je líbo. :)

Těšíme se na Vaši návštěvu!

Mgr. Petr Podhola
náměstek primátora
Odbor sociálních věcí Magistrátu města České Budějovice
a KVC Pansofie

Vstupné je zdarma

AKTIVITA BYLA FINANČNĚ PODPORĚNA Z VÝHRY V SOUTĚŽI OBEC PŘÍTELEK RODIN ROKU 2011.



Ledax

Pronájem zdravotnických pomůcek

- antidekubitní matrace (prevence proleženin)
- polohovací pomůcky
- polohovací lůžka
- a mnohé další

*Vážení uživatelé,
rádi bychom Vám poděkovali za využívání našich
služeb v roce 2012. Věříme, že naše vzájemná
spolupráce přispívá k větší pohodě a zkvalitnění
Vašeho života. Naším cílem je Vaše spokojenost
a budeme o ni usilovat i v následujícím roce.*

*Přejeme Vám do nového roku dostatek síly,
zdraví, vzájemného porozumění a trpělivosti.
Příjemné a požehnané Vánoce*

Ledax

Ing. Irena Lavická
ředitelka společnosti Ledax o.p.s.



...těšíme se na další společný rok.

Dostaly se k Vám Ledax NOVINY náhodou? Máte zájem o jejich pravidelné zasílání?
Pokud ano, zašlete e-mail na adresu: info@ledax.cz a nebo zavolejte na tel.: +420 724 771 027.



Ledax NOVINY - Bulletin společnosti Ledax o.p.s. (Občasník – ročník IV). MK ČR E 19452.
VYDAVATEL: Ledax o.p.s., Riegrova 51, 370 01 České Budějovice
VEDOUcí REDAKTOR: Dana Kalistová
ADRESA REDAKCE: Riegrova 51, 370 01 České Budějovice
GRAFICKÉ ZPRACOVÁNÍ: Daniel Kyncl
TISK: Tiskárna PROTISK, České Budějovice

Společnost Ledax o.p.s. je součástí skupiny

DfK
group