

SOCIÁLNÍ A ZDRAVOTNÍ TERÉNNÍ SLUŽBY BUDOU URČITĚ STÁLE VÍCE ŽÁDANÉ

Říká v rozhovoru generální ředitelka Ledaxu Ing. Irena Lavická. Letos se stala Ženou Českobudějovicka.

V sociálních službách pracujete mnoho let, ale původně jste vystudovala chemii. Co způsobilo, že jste přešla do sociálních služeb?

V době, kdy jsem se rozhodovala o dalším studiu, nebyly sociální služby u nás moc funkční. Rozhodla jsem se tedy pro studium na Vysoké škole chemicko-technologické. Po absolvování jsem pracovala na generálním ředitelství Koh-i-noor v Českých Budějovicích. Když přišel rok 1989, byla jsem již vedoucí laboratoře. Ale právě začátkem 90. let se u nás téma sociálních služeb dostávalo do popředí. Vždy jsem k sociální sféře inklinovala, rozhodla jsem se tedy pro práci v neziskovém sektoru. A v roce 2008 jsem nastoupila na pozici projektového manažera v Ledaxu a postupně jsem se vypracovala na pozici generální ředitelky. V sociální sféře pracuji již 20 let.

Prakticky denně slyšíme z médií o možném kolapsu sociálních služeb. Je to opravdu tak špatné?

Od roku 2007 platí zákon o sociálních službách. Postupně se měnil, byl nastaven určitý systém dotací a příspěvků, ale myslím si, že je dlouhodobě neudržitelný. Společnost se od jeho přijetí změnila. Přibývá seniorů, rozšiřuje se nabídka všech druhů sociálních služeb, navyšují se mzdy pracovníků v sociálních službách. To vše přináší strmý nárůst požadavků na finance do sociálních služeb. Zanedlouho půjdou do důchodu lidé, kteří budou mít nižší důchody, je otázkou, kdo bude do budoucna sociální služby hradit.

Před 2 lety rozšířil Ledax svou nabídku služeb o terénní zdravotní služby.

Terénní zdravotní služby budou určitě stále více žádané. Tyto služby jsou pro seniory pohodlnější, nemusí odcházet k lékaři, rodina je nemusí nikam doprovázet, vozit, brát si dovolenou. Na druhé straně je tato služba levnější než například pobyt v nemocnici na oddělení následné péče. Zdravotní sestra přijede k pacientovi domů, udělá převazy, odebere biologické materiály.

A kdo domácí zdravotní péči hraď?

Hradí ji zdravotní pojišťovny. Poskytovatel domácích zdravotních služeb musí mít smlouvu se zdravotní pojišťovnou.

Může si o domácí zdravotní péči požádat přímo pacient, nebo ji musí indikovat lékař?

V každém případě musí být domácí

zdravotní péče indikovaná. Je na lékaři, aby rozhodl, zda má pacient zůstat v nemocnici, nebo docházet do zdravotnického zařízení nebo zda je v místě bydliště pacienta pokrytí domácí zdravotní péčí. Při propouštění pacienta z nemocnice indikuje tuto službu nemocniční zařízení, tedy lékař, například na prvních 14 dní, poté - pokud je potřeba další péče - přebírá indikaci obvodní lékař.

Do zdravotních služeb patří i domácí hospicová péče, jak je to s hrazením této služby?

Lidé chtějí zůstat co nejdéle doma, ve svém domácím prostředí. Nyní je novinkou, že zdravotní pojišťovny začaly dělat smlouvy i s poskytovateli tohoto segmentu. ►

(pokračování na straně 7)



Seděla na břehu rybníka, kde se s ostatními dětmi z vesnice koupala vždy celé léto. Dnes vzpomíná na jedno letní nedělní odpoledne, kdy se celá rodina vydala k rybníku. Měla žlutočervenou nafukovací gumovou (ne plastovou) labuť s krásnými černými očima, na které ji tatínek vozil po vodě. Ten pocit štěstí, který to odpoledne prožívala, cítí dodnes. U rybníka se děly samé hezké věci. Snad proto sem šla právě dnes.

„Jak jen mi to mohl udělat?“ Po tvářích jí stékají slzy, líčení je asi pryč, ale to je teď jedno. „Pěkný dárek k narozeninám. Senior Pas. Prý pojedeme na seniorskou dovolenou. Jaká já jsem seniorka? Jakoby on byl nějaký mladík.“ Ani nevěděla, jak dlouho tam seděla, hlavou jí běžely vzpomínky. Měli spolu pěkné manželství, vychovali dvě děti, postavili dům, jezdili pravidelně na dovolenou, měli společné zájmy, vyznávali stejné životní hodnoty, byli zdraví. O žádné jeho aférce se nikdy nic nedozvěděla. A najednou jí to došlo. Vždy se toužila podívat do New Yorku. Když byla hodně mladá, tak ji tam režim nepustil. Potom přišly děti, nebyly peníze. Stále bylo něco přednějšího. A on jí říkal: „Mamko, počkej, až budeme senioři, tak si vyrazíme k Soše Svobody.“

Obula si boty, otřela oči a rychlou chůzí se vydala k domovu. Seděl na dvorku na jejich lavičce a čekal na ni. Když přiběhla, byla celá udýchaná. Objala ho. Přišel jejich čas, který mají hlavně sami pro sebe. Byla doba, kdy nevlastnila žádný pas. Teď má dva.

Tento příběh vyprávěl pán, který chtěl udělat velkou radost své paní. „Kdybych to byl věděl, tak jsem jí chtěl udělat menší. Asi si za ta léta zvykla právě na ně.“

Čím jsem starší, tím větší radost mi dělají dobré knihy, setkání se spřízněnými dušemi, jízda na kole za hezkými místy, západy slunce. Jak stárnu, tak i jeho východy. Zkrátka takové zdánlivé maličkosti. Dárky moc přijímat neumím, radši je dávám. I když si začínám všimát, že čím jsem starší, tím jsem lakomější. Asi začínám šetřit na důchod.

Radujte se (nejen) z maličkostí. A pořiďte si u nás třeba Senior Pas.

Pěkný podzim.

Jana Grillová

CENTRUM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB EMAUSY

Místo, kde se stále něco děje...

Příchod léta jsme tentokrát oslavili v hojném počtu na akci „Rodinný den“. Ředitelka Centra poděkovala v úvodu klientům a jejich rodinám, zaměstnancům, dobrovolníkům i všem, kteří nás navštěvují a bez jejichž podpory bychom se neobešli. Poté všechny přítomné přivítala paní Ing. Irena Lavická, generální ředitelka Ledaxu.

Na klávesy zahrál talentovaný klavírista a hudební skladatel Vojtěch Adamčík. Již podruhé nás bavil svou mikromagií Štěpán Drda, student Česko-anglického gymnázia. Svou přítomností nás potčili v naší „venkovní“ Kavárně Emausy pánové PhDr. Jaromír Schel, akademický malíř

Miroslav Konrád a spisovatel a publicista Hynek Klimek. Slíbili jsme si, že se ve stejném složení setkáme v Kavárně Emausy v druhé polovině roku. Velký potlesk sklidili Dobro-druzi z Česko-anglického gymnázia s profesorkou Ninou Kernerovou za vše, co pro nás

vymýšlí a realizují.

I díky dobré náladě všech přítomných, slunečnému počasí a vynikajícímu občerstvení jsme si odpoledne užili a těšíme se na příští rok.

Mgr. Martina Primaková



Kavárna Emausy v zastoupení pánů Klimka, Konráda a Schela (zleva)



Báječně jsme se bavili



Za klávesami skvělý Vojtěch Adamčík



Poděkování prof. Nině Kernerové a Dobro-druhům

CENTRUM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB DOMUS

Místo, kde je vždy někdo na blízku...

V letních měsících jsme se snažili s klienty pracovat převážně venku, v prostorách zahrady a stinného altánu Domova. Péče o zahrádku je jednou z našich oblíbených venkovních činností, proto také jejímu zkrášlování věnujeme velkou pozornost. Při volnočasových aktivitách jsme tvořili ozdoby pro venkovní květinové dekorace, někteří klienti se podíleli na přesazování rostlin nebo tvorbě nového záhonku. V zahradě jsme trénovali paměť, poslouchali hudbu, zpívali s kytarou, luštili křížovky nebo si předčítali. S některými z našich klientů jsme byli na výletě s tématem „Putování za přírodou“.

V rámci filmového klubu jsme zhlédli například fotoprojekci staré Ostravy nebo řešili kvíz k videoukázkám z rozličných filmů.

A ještě jednou zpátky k zahradě:

Přijměte naše srdečné pozvání na Zahradní slavnost, která se bude konat 19. září od 15 hodin ve venkovních prostorách našeho Domova.

Jana Mrázková



Z výletu Putování za přírodou



Zpívání s kytarou

DOMOV PRO SENIORY VYSOKÉ MÝTO

Obdržel známku Mezigeneračně, která je oceněním za vynaložené úsilí při propojování generací.

Ve vysokomýtském Domově dlouhodobě usilujeme o to, aby se naši senioři mohli těšit ze společnosti dětí a dospívajících. Snažíme se proto navazovat vztahy se školami a volnočasovými organizacemi, které nám umožňují organizovat společné aktivity. Díky tomu se můžeme pochlubit například spoluprací se školkou Kamarádi, základními školami Jiráskova a Javornická, speciální školou v Ústí nad Orlicí či se střediskem volného času Mikádo a dalšími. Nejčastěji se naši senioři vidí s dětmi z mateřinky Pod Smrkem. V tom, aby naše setkání byla pravidelná, a to vždy jednou měsíčně, nám napomohla i spolupráce s neziskovou organizací Mezi námi se svým projektem Mezigeneračně. Mezigeneračně je ocenění za vynaložené úsilí při propojování jednotlivých generací. Dostane se ho pouze těm

školám a domovům pro seniory, kteří prokážou vůli a schopnost dlouhodobě zapojovat naše nejmladší i nejstarší do společného díla, které bude obě skupiny bavit. Neziskovka Mezi námi pak toto spojování usnadňuje a zprůchodňuje. Slavnostní předání známky Mezigeneračně se odehrálo 18. června v jídelně Domova a bylo velkolepé. Zúčastnila se ho generální ředitelka společnosti Ledax Ing. Irena Lavická a přišli i zástupci školského odboru města Vysoké Mýto. Znamku přivezla ředitelka společnosti Mezi námi Kateřina Jirglová. Za Domov byli pozváni nejen všichni u nás žijící senioři, ale i mnoho zaměstnanců. Školku Pod Smrkem reprezentovala početná skupinka dětí pod vedením své paní ředitelky Edity Lipavské a pedagogického sboru. Samotný ceremoniál předání a vylepe-

ní známky na dveře Domova byl sice ústředním bodem odpoledne, ale kromě něho jsme si užili i spoustu zábavy. Děti ze školky Pod Smrkem připravily spolu se svými učitelkami hudební představení a nechaly nás všechny těšit se z jejich mládí, nadšení a zápalu pro věc. Poté – tak trochu na oplátku, ale hlavně pro radost – proběhl program zorganizovaný seniory pro děti: v budově Domova a na zahradě kolem něj byla připravena série zábavných úkolů s drobnými výhrami a s občerstvením.

Společné odpoledne bylo příjemným setkáním. Užili si ho mladí i staří, a po prázdninách se všichni těšíme na jeho pokračování.

**Za Domov Mgr. Ondřej Langr,
sociální pracovník**



Mezigenerační hrátky uživatelů s dětmi z MŠ



Lepení mezigenerační známky na dveře Domova



Naši uživatelé i děti si den moc užili

VILA MARIE VYSOKÉ MÝTO

Zveme vás do Vily Marie v Komenského ulici 199 ve Vysokém Mýtě, kde proběhne 9. října od 9 do 16 hodin Den otevřených dveří v Denním stacionáři pro seniory.

I prázdninový režim ve Vile nabízí seniorům zajímavý program. Při našich kulinářských aktivitách jsme pekli nejen letní ovocný koláč, ale i chléb podle tradičního receptu našich babiček, vařili „ovocku“ a americkou čalamádu nebo poznávali tajemství libečku v kuchyni. Také tvořivé dílny byly tak trochu o jídle, vyráběli jsme jedlé dárky nebo

pleťovou masku z meruněk. Abychom utužili zdravého ducha v těle, měli jsme příležitost zahrát si kromet i navštívit cvičení pro zdraví a pohodu. Na duši nás opět potěšilo zpívání s panem Svobodou a jeho harmonikou, příjemná byla i návštěva cukrárny, vzpomínání na letní dovolené či povídání o osobnostech českého filmu. Na začátku září se ve Vile

Marii konala akce „Zlatá léta šedesátá“, která nabídla písně z 60. let minulého století v podání skvělého zpěváka Jaroslava Beneše z hudebního divadla Karlín Praha. Humornými vzpomínkami na toto období okořenila večer také spisovatelka Kateřina Tomanová. Děkujeme městu Vysoké Mýto, které akci finančně podpořilo.

Jitka Vincencová



Přípravu našich dobrot doprovází dobrá nálada



Letní ovocný koláč

MOJE PRÁCE MÁ SMYSL

Říká v rozhovoru Mgr. Kateřina Sklářová, vedoucí středisek Ledax v Trhových Svinech a Kaplici.

Jak dlouho pracujete v sociálních službách?

Celkem 17 let, z toho dva roky v Ledaxu.

Jak probíhá Váš běžný pracovní den?

Do kanceláře Ledaxu v Trhových Svinech přicházím jako první. Ráda využívám čas pro přípravu, než přijdou ostatní. Po příchodu pečovatelek si uděláme krátkou poradou, probereme, co nás ten den čeká. Záleží také na tom, zda vyjždím do terénu na sociální šetření a zjišťuji u uživatelů, co potřebují. Na základě jejich zadání pak připravuji smlouvy, po jejichž podepsání následuje poskytování naší péče. Vyřizuji e-maily, telefonáty, často řeším provozní záležitosti - auta, zástupy za nemocné kolegyně, vyúčtování, komunikaci se zastupiteli města, komunitní plánování, připomínkování. Je to různorodé. Musím být hodně flexibilní. Je to adrenalin, ale baví mě to. Moje práce má smysl.

Pokud chce někdo využívat vaše služby, kde získá informace?

Veškeré informace o nás jsou na našem webu www.ledax.cz. Kontakt na Ledax poskytuje také odbor sociálních věcí na městském úřadě. Část našich uživatelů potkává naše auta s logem Ledax, která projíždí přes jejich vesnici, a se sousedy si o nás řeknou. Při prvním telefonickém kontaktu sdělím základní informace o našich službách. Potom si domluvíme schůzku. V případě, že je to akutní, kdy má rodina rodinného příslušníka v nemocnici před propuštěním a chce se o něho postarat doma, tak jedu do rodiny.

Kdo se na vás častěji obrací? Seniori sami nebo rodiny?

Častěji rodiny, ale také sousedé.

Kde všude poskytujete své služby?

V rámci obce s rozšířenou působností působíme v Trhových Svinech a okolí, Borovanech a okolí, Nových Hradech a okolí a ve městě Ledenice. Nově také v Kaplici.

Ledax poskytuje služby v Domech s pečovatelskou službou. Tam to probíhá jak?

Domy s pečovatelskou službou jsou v Ledenicích, Borovanech, Nových Hradech a v Trhových Svinech. Obyvatelé bytů v Domě s pečovatelskou službou mají možnost využívat našich služeb,

není to ale podmínka. Rozsah služeb je individuální.

Proč bych si měla objednat sociální služby právě v Ledaxu?

Nabídka našich služeb je daleko širší než u ostatních poskytovatelů. V našem portfoliu najdete nejen pečovatelskou službu, ale i osobní asistenci a terénní odlehčovací službu. Zároveň v některých místech působí domácí zdravotní péče a domácí hospicová péče. A to je naše velké plus.

Odkud dovážíte obědy?

Ze City Gastra v Českých Budějovicích. Jako jediní jsme schopni zajistit dietní stravu, o kterou je mezi našimi uživateli zájem. Nikdo jiný to nedělá.

Jak velký máte tým?

Osm pečovatelek a jednu sociální pracovníci. Všichni jsou skvělí, patří jim můj velký dík.

Co musí pečovatelé a pečovatelky umět?

Určitě by měli mít rádi lidi a práci s nimi. Je fajn, když mají nějakou zkušenost, třeba s péčí o osobu blízkou, protože si dokáží představit, do čeho jdou. Pokud ji nemají, tak ji získají časem. Po přijetí do pracovního poměru si musí udělat

kurz pracovníka v sociálních službách. Tam získají základní dovednosti. Tato práce je velmi specifická a ne každý ji zvládne. Je to opravdu i fyzicky hodně náročné. Proto jsem ráda, pokud se dohodneme nejdříve na spolupráci na dohodu o provedení práce. Prostě si zkusíme, zda nám to spolu půjde. Pokud ano, tak uzavřeme pracovní smlouvu. V rámci pracovního poměru následuje další odborné vzdělávání.

Dají se naučit nějaké dovednosti, aby to bylo

snažší?

Určitě, v rámci kurzu nebo i dalšího vzdělávání získají pečovatelé a pečovatelky spoustu informací, které mohou prakticky využít, ať už je to duševní hygiena nebo konkrétní práce s určitou specifickou skupinou uživatelů. Třeba komunikace s lidmi s demencí nebo manipulace s ležícím člověkem, který vám nemůže sám pomoci. To jsou všechno věci, které když se pečovatelé naučí a budou je používat, mohou jim v praxi pomoci.

Je práce se seniory něčím specifická?

Při práci se seniory je důležitá trpělivost, umění naslouchat, chvíličku se zastavit a mít prostě tu skupinu lidí rád. A je hrozně důležité nebát se fyzického kontaktu.

Jak řešíte prázdniny, dobu dovolených?

Prázdniny jsou velkým oříškem. Je pravda, že část uživatelů tráví čas s rodinou nebo jezdí do lázní. Každý zaměstnanec by si chtěl vybrat minimálně 14 dní dovolené o prázdninách, ale provoz to nedovoluje. Je mi to moc líto, ale zatím to nešlo zajistit a udělat tak, abychom si mohli vybrat dovolenou, jak bychom si přáli. Chybí nám kvalitní brigádníci, kteří by v tu dobu nastoupili a zastoupili pečovatelky.

Zmínila jste zdravotní služby, obrací se na vás sami lékaři?

Ano, také. Nejčastěji je to uživatel, ale přichází i první impuls přímo z nemocnice. Zájem je nejen o zdravotní a hospicovou péči, ale i o pečovatelskou službu. Jsem moc ráda, když z nemocnice zavolají, někteří uživatelé by byli jinak nuceni zůstat v nemocnici na oddělení následné péče.

Jaké služby jsou u vás nejvíce poptávané?

Především je zájem o nákupy, pochůzky a pomoc s běžným úklidem v domácnosti, často se k tomu přidává pomoc s osobní hygienou.

Máte při práci čas na bližší kontakt s uživateli?

Vždycky. S uživateli si povídáme, probereme věci, které se samotné péče netýkají.

Co si myslíte, že je pro seniory nejdůležitější?

Že má o ně někdo zájem, že někdo s nimi chvíličku je a naslouchá jim.

Nemáte někdy pocit, že rodina jako taková přestává fungovat?

Určitě je to jiné než třeba před 20, 30 lety. Je to dané i tím, že se děti stěhují, nejsou si tak blízko jako dřív. Služby poptávají potomci, kteří jsou v produktivním věku, žijí na vzdálených místech, a najednou již nestačí přijet jednou za 14 dní na víkend. Potřebují, aby rodičům někdo pomohl. Není ostuda říct si o pomoc. Potomci si někdy vyčítají, že to sami nezvládají. Ve společnosti stále existují předsudky. Každý má určité hranice, děti, svoji práci, koníčky. Někdy je to hodně zamotané. A když to vyjde, tak si po čase řeknou: „Že jsme si tu péči neobjednali dříve.“

Jak relaxujete?

Odpočívám se svojí rodinou nebo při práci na zahrádce, ráda čtu.

Děkuji za rozhovor.

Jana Grillová



Mgr. Kateřina Sklářová

INFORMAČNÍ A PORADENSKÉ CENTRUM LEDAX

Milé čtenářky a milí čtenáři našich Ledax NOVIN,

Léto je již za námi, ale podzimní akce před námi. Pojďme tedy společně nahlédnout do připraveného programu.

Klub seniorů Komunitní centrum Máj

Od září se opět budeme každou středu potkávat v Klubu seniorů v Komunitním centru na Máji. Chystáme se tvořit pro Ledax ART, střídavě cvičit Naam jógu, tai-chi, čchi-kung, besedovat i trénovat paměť. Vstup je zdarma a nudit se spolu určitě nebudeme.

Klub R51 plus – Riegrova 51

Klub R51 plus, který pořádáme vždy první úterý v měsíci, proběhne do konce roku v následujících termínech: úterý 3. září, 5. listopadu a 3. prosince. Začínáme

v 17:30 v Riegrově 51 v Českých Budějovicích. Našimi hosty budou zajímavé osobnosti Českobudějovicka i jihočeského regionu. Vstup je zdarma.

Seniors défilé

Pokud vám v předchozím textu chybělo datum 1. října, jste pozorní čtenáři. V úterý 1. října totiž proběhne v sále Beseda již čtvrtý ročník českobudějovického Seniors défilé. Začínáme v 17:30 hod. a večer bude tentokrát v duchu stoleté módy. Uvidíte nejen modelky v nejlepších letech, ale i módu 20. let minulého století v pojetí skvělého Kloboukového klubu. Bude to moc pěkná oslava Mezinárodního dne seniorů. Vstup je zdarma.

Senior Pointy

Senior Pointy, resp. jejich bezplatné právní poradenství bude od září opět ve dvou

poradnách. Poradny jsou otevřeny každý sudý týden ve středu od 9:00 do 12:00 hod. v Otakarově 23 a od 13:00 do 16:00 hod. v Komunitním centru na sídlišti Máj. Objednejte se předem na telefonu 725 448 812, prostřednictvím e-mailu budejovice@seniorpointy.cz nebo on-line na stránkách www.ledaxsenior.cz.

Na našich stránkách www.ledaxsenior.cz také najdete v kalendáři akcí další plánované aktivity. Prohlédněte si fotogalerii z již proběhlých akcí.

Těším se s vámi na viděnou a doufám, že naše akce patří třeba k oněm maličkostem, které vám zpestří a rozveselí všední den.

Ing. Eva Hejduková



Senior bez nehod – beseda o bezpečnosti seniorů v silničním provozu



Výlet do přírodovědného muzea Semeneč a Bechyně



Víkendový pobyt v Bošinci - odpolední program

Pokud chcete dostávat informace o našich aktivitách, napište nám na e-mail: info@ledaxsenior.cz. Více na www.ledaxsenior.cz

NÁVŠTĚVY POTMĚ ANEB ABY SENIOŘI MĚLI ŠANCI ZVÍTĚZIT NAD SAMOTOU

Návštěvy POTMĚ ukazují, že se světy seniorů i nevidomých mohou vzájemně obohatit. Kde začínají dny splývat, přijdou lidé s novou energií. Takovou, která pomůže seniorům oprášit nejkrásnější vzpomínky i zapomenuté dovednosti a nevidomým přinese dobrý pocit ze smysluplné práce. Protože i oni potřebují někdy podporu, vybrali si obor, kde ji mohou vrátit. Vědí, že ti, kteří o své nejstarší s láskou pečují, potřebují někdy čas pro sebe. Rozhodli se proto vzít to na pár hodin týdně za ně. Přináší nadšení a pocit smysluplnosti domů, do center denních služeb i pobytových zařízení.

Na podzim loňského roku se do projektu zapojilo i Centrum sociálních služeb Emausy. Do Centra pravidelně jednou týdně dochází velmi sympatická paní Šarlota Hambergerová, vystudovaná učitelka angličtiny a španělštiny a milovnice lidských příběhů. Kromě zmíněných návštěv u klientů dělá koordinátorku pracovníků Návštěv POTMĚ mimo Prahu. Od malička má velké odhodlání dělat vše naplno - a hlavně srdcem. Baví ji naslouchat lidem a jejich vyprávění, ráda vaří a chodí za kulturou. Rodiče ji již od dětství podporovali ve všem, co pro ni bylo v životě důležité. Podporu a radost proto předává i dál. V Domově jsou její návštěvy velmi oblíbené. Zpočátku se konaly formou skupinových setkání, kde si společně užili legraci třeba při výrobě kosmetiky a lakování nehtů na dámském klubu. Postupně se její návštěvy začaly více orientovat na individuální klienty, kteří se již nemohou

účastnit skupinových aktivit a jsou více osamoceni. „Naše setkání probíhají různě. Někdo si rád vypráví nebo zazpívá, jiní klienti si chtějí společně poslechnout audioknihu nebo jim přes Braillovo písmo sama předčítám. S někým třeba jen společně sedíme a držíme se v tichosti za ruce. Těm, co se zhoršuje zrak, mohu předat informace o lupách nebo rady, jak si obstarat vhodné pomůcky,“ říká o svých návštěvách Šarlota. Z jejího vyprávění je cítit, že svou práci dělá ráda a s velkou citlivostí. Všichni návštěvníci musí v rámci projektu projít sérií různých školení, aby si prohloubili své znalosti a dovednosti, ze kterých mohou mít klienti užitek. „Snažíme se být skrz svůj hendikep připraveni i na různé druhy krizových situací, které mohou nastat. I přesto se někdy setkáváme s předsudky typu: nevidomý a nemohoucí starý člověk, co si s nimi počneme?“, podotýká s úsměvem Šarlo-

ta. Na základě zkušeností s fungováním Návštěv POTMĚ i osobního setkání s Šarlotou mi podobné předsudky připadají nemístné a myšlenka návštěv nevidomých mladých lidí u seniorů jako skvělý nápad dalšího mezigeneračního propojování. Doufám, že takovéto projekty budou v budoucnu pokračovat a dále se rozšiřovat.

Ing. Kateřina Krchová



Návštěva POTMĚ - při smyslové terapii v CSS Emausy

POMŮCKA: BUREL, DIVÁN, DOM, MARAL, NT,	PROUD	LEPENKY	1. DÍL TAJENKY	NÁZEV HLÁSKY N	HÜL		OZNAČENÍ NAŠICH LETADEL	OTÁZKA 3. PÁDU	ZVOLÁNÍ TOREADORA	DOVEDNOST	VNUKNUTÍ MN. Č.		ŠTASTNÉ ČÍSLO	KRÁVA	STARÉ ČESKÉ ZÁJMEMO	BÍDA	DODAT KOŘENÍ DO JÍDLA
HISTORICKÉ ÚZEMÍ STŘEDNÍ ASIE						SLADKO- VODNÍ DRAVÁ RYBA						JMÉNO SLOVENSKÉ- HO HERCE DANČIAKA					
DIVADELNÍ ZÁVESY						POSTAVENÁ PŘÍČNÉ BOJOVÉ VOZIDLO						KLEŠTĚNĚC CIZÍ MUŽSKÉ JMÉNO					
SOCHOR				ČESKÁ TELEVIZE ZKR. POBĚHLICE			CITOSLOVCE MEČENÍ MOJI			KOSME- TICKÝ PRAŠEK NE MRTVĚ					PŘEDLOŽKA K NĚMECKY CHEM. ZN. PLUTONIA		
	O CO	INIC. REŽIS. DANKA ZNAČKA KILOPONDU			ZKR. UMĚL. ŠKOLY OXID TELLURNATÝ				ČÁST BIBLICKÉHO TEXTU LOUKY					VÝMĚŠEK TĚLA AVIVÁŽNÍ PŘÍPRAVEK			
TÝKAJÍCÍ SE OKVĚTÍ								OBYVATEL- STVO KROKOVÁ DCERA					ODPADY ZE STAVBY ASJUSKÝ JELEN				
AMONIAK							OBLÍBENÉ NÁPOJE NADÁVATI					INIC. ZPĚV. IRGLOVE OZDOBNÝ KÁMEN			ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA 2. DÍL TAJENKY		
	KARETNÍ BARVA	TUHÝ KOMUNÁLNÍ ODPAD ZKR. DRAVÝ PTÁK				DRUŽKY JELENŮ POHYB VZDUCHU					SLOVO DLE PŘEDLOHY KOSTNÍ DŘEN					O NĚČEM	POLÉVKOVÉ KNEDLIČKY
ROHATÉ DOMÁČÍ ZVÍŘE					NÁDOBY NA KVĚTINY MALÝ PES					DLOUHÝ BĚH ČÁST ODĚVU							
POKŘÍK				LOKATI KYSLIČNÍK					PROZAICKÁ SKLADBA ČITIT BOLEST								
POHODL- NOSTI								OXIDAČNÍ ČINIDLO BRÁT SI ZA ŽENU						ČASOVÝ ÚSEK NÁRADÍ ANGLICKY			
ZÁZRAČNÝ NÁPOJ							DOSTIHOVÝ JEZDEC ZÁŘIVÁ						SKUPINY SPORTOVČŮ SUTI				
	TYP VOZU ZNAČKY VOLKS- WAGEN	VELEHOR- SKÝ ŠTÍT DRUH KOŘENÍ				NÁDOBA NA ZELÍ LUDOLFOVO ČÍSLO						ŠVÝCARSKÁ HORA MÍSTO NA PEČENÍ				PATŘÍCÍ ELE STR. ROD	EXKREMENT
OSLOVENÍ MEZI TRAMPY					NÁDOBÍ MINISTER- STVO OBRANY						PROSLOV NÁHLÝ ZVRAT						
UMĚLKYNĚ YOKO ???				ČILIT PATRON						SHNILÝ DOPRAVNÍ PROSTŘE- DEK							
ČÁST NOHY						BÝVALÁ JEDNOTKA JASU ZÁJMEMO			PSOVITÉ ŠELMY ŽENSKÉ JMÉNO					DRŽITEL INV. KUPONU ZA VĚTŠÍ CENU			
OBLÍ SETÉ NA PODZIM					ZVUK TROUBENÍ TRUBKY SPZ SVITAV			LÉČIVÁ ROSTLINA CITOSLOVCE PŘEKVAPENÍ					UROZENÁ PANÍ ZLOST				
	POHŘEBNÍ TRUHLA	BODAVÝ HMYZ MN. Č. OBILNINA				JINAM NÁŘEČ. OKRASNÍ PTÁCI						VÝČNĚLEK VOJENSKÁ HODNOST ZKR.					
ČÁSTI KAMEN						HUDEBNÍ STYL ODMĚNA VOJÁKU					KNÍHA VÝKL. SNŮ CHUDINSKÁ ČTVRT ANG.					ASI	HMOTY V ROZTAVE- NÉM STAVU
ALE NĚMECKY					PÁLENÍ V JICNU CITOSLOVCE PODIVU					ČERSTVOST HUDEBNÍ VIDEO							
CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO				DRUH HVĚZDY ŘIDIČÍ					CITOSLOVCE KLOVNUTÍ VÝROBCE OBLEKŮ					JÍŘINA DOMÁCKY VEDENÍ			
NÁZEV HLÁSKY L			TAŽNÁ ZVÍŘATA STOKA					SPOLEK TOK					TKALCŮV NÁSTROJ STŘEDISKO ZKR.				
DOBA ODPOČINKU						PRVNÍ HOUSLE MPZ ŘECKA						POPIPKY VZDALE- NOST MEZI ROSTLINAMI					
	POTOM	TYP PIVA JAKO SLOVENSKY				CITRUSOVÉ OVOCE KLÍČ ANGLICKY				STRČENÍ PŘÍVLAST- NOVACÍ ZÁJMEMO						ČESKÝ HEREC JÍŘÍ ???	MUŽSKÉ JMÉNO 26. 4.
VDANÁ ŽENA					KRAJ. ODĚV INICIÁLY HEREČKY KAČÍRKOVÉ				SPOJENÍ VAGONŮ INIC. HERCE VYSKOČLA								
SUBTRO- PICKÁ ROSTLINA							UČEBNÍ LÁTKA						VPRAVIT TEKUTINU				
MALÉ KŮLY							SOUBOR ISLÁMSKÝCH BÁSNÍ						STARÁ ZNAČKA ČESKÝCH AUT				

Dušan Radovič: „Musíme věřit v nejkrásnější budoucnost a ... (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“ a k Vaší adrese připojte i telefonní číslo. Správné odpovědi budou slosovány a výherce obdrží **dárkový koš v hodnotě 500 Kč**. Uzávěrka soutěže je 11. 11. 2019.



Tajenkou křížovky z minulého čísla byl citát, jehož autorem byl Josef Pieper: „**Láska, kořen všech ctností, nezná míru ani pravidla.**“

Výherkyní se stala paní Jiřina Rücklová z Českých Budějovic. Výhru dárkového koše převzala společně se svou dcerou Mgr. Alenou Krejčí.

Za Ledax gratulujeme.

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

SOCIÁLNÍ A ZDRAVOTNÍ TERÉNNÍ SLUŽBY BUDOU URČITĚ STÁLE VÍCE ŽÁDANÉ

(pokračování ze strany 1)

Lidé chtějí i umírat doma, zdravotní pojišťovny podporují domácí péči a domácí hospicovou péči platbou ze zdravotního pojištění.

Mimo terénních služeb poskytuje Ledax i pobytové služby. Lze tyto služby kombinovat?

Ledax poskytuje komplexní služby, které na sebe navazují. Provozujeme tři pobytová zařízení pro seniory - Centrum sociálních služeb Emausy na Dobré Vodě u Českých Budějovic, Domov pro seniory Vysoké Mýto a Centrum sociálních služeb Domus v Ostravě. Všechna pobytová zařízení jsou obsazená. Terénní sociální služby Ledax poskytujeme v 8 střediscích Jihočeského kraje - v Českých Budějovicích, Týně nad Vltavou, Prachaticích, Třeboni, Jindřichově Hradci, Dačicích, Trhových Svinech a Kaplici. Pokud chce někdo zůstat doma, může si zaplatit dlouhodobou péči. Ve Vysokém Mýtě jsme před dvěma lety otevřeli s podporou města Vysoké Mýto Vilu Marii, kde provozujeme ambulantní službu Denní stacionář.

Komu je Denní stacionář určen?

Denní stacionář je určen jak pro lidi s demencí a různými typy handicapů, tak pro seniory. Jedná se o ambulantní službu, to znamená, že klient tam buď přijde sám, nebo ho dopraví rodina ráno s tím, že tam může být po dobu, kdy je stacionář otevřen. Odpoledne si ho rodina vyzvedne, nebo sám odchází. Během dne jsou mu poskytovány sociální služby, čili je v bezpečí, dostane oběd i svačiny, konají se



Z vyhlášení Ženy Českobudějovicka 2019 (Foto: Pýtyho albíčko)

tam různé aktivizační činnosti, kterých se může účastnit. Součástí Vily Marie je i velmi příjemná zahrada, která je klientům k dispozici. Pečovatelka chodí s klienty na procházky, do města, navštěvují místní cukrárnu. Pomáhá v případě potřeby klienta s osobní hygienou nebo s podáním stravy. Pro odpočinek klientů jsou k dispozici elektrická polohovací lůžka. Denní stacionář je bezbariérový.

Dovolte, abych Vám pogratalovala k titulu Žena Českobudějovicka 2019. Co pro Vás tento titul znamená?

Vítězství jsem nečekala. Dodnes nevím, kdo mě nominoval. Ale velice si toho vážím a těší mě, že si mé práce někdo všimnul. Znamená to, že ji skutečně děláme dobře. Myslím si, že si lidé v posledních

letech práce v sociálních službách začínají více všimnout. U této ceny vnímám i důležitost propojení všech složek – města, kraje, podnikatelské sféry.

Přemýšlíte o stáří?

Přemýšlím a pořád si nemyslím, že je to nějaká úžasná část života, ale musíme tím projít všichni. Manžel již v důchodu je a já se do něj také pomalu chystám.

Jak ho budete trávit, máte nějaké plány?

Pokud mi bude zdraví sloužit, tak bych chtěla být určitě aktivní. Jsme sportovně založená rodina, máme chalupu se zahradou, chodíme do přírody. Ale hlavně, mám malá vnoučata, se kterými ráda trávím čas.

Děkuji za rozhovor.

Jana Grillová

RADOST NAVZDORY ALZHEIMEROVĚ CHOROBĚ

Důkazem je naše uživatka z Klečat, která se pod vedením paní pečovatelky Šmausové zapojila do venkovních prací a úklidu domácnosti. Pro mnohé nelibá činnost, pro naši uživatku však vítané rozptýlení. Při pobytu venku ji ze všeho nejvíce těšilo obracení sena. Úsměv na její tváři prozrazoval, že nejspíš vzpomíná na své mládí. Velké poděkování patří především paní pečovateli, která se paní Matoušové věnuje už několikátým rokem.

**Za středisko Týn nad Vltavou,
Bc. Naděžda Podhorcová,
vedoucí střediska**



I úklid může přinést radost



Obracení sena

CELODENNÍ VÝLET „ZA KOSTKOU CUKRU DO DAČIC“

Pro své uživatele, obyvatele Domu s pečovatelskou službou a ostatní seniory, pořádala Pečovatelská služba Ledax celodenní výlet na téma „Za kostkou cukru do Dačic“. Výlet byl podpořen z Oranžového roku 2019 a společností Ledax. Cesta nás zavedla až do Kostelního Vydří, kde jsme měli komentovanou prohlídku Karmelitánským klášterem. Nechyběla ani ochutnávka mešního vína.

**Za středisko Týn nad Vltavou,
Bc. Naděžda Podhorcová,
vedoucí střediska**



Výlet za Kostkou cukru do Dačic



Ochutnávka mešního vína

DEN POSKYTOVATELŮ SOCIÁLNÍCH SLUŽEB V JINDŘICHOVĚ HRADCI

Letos se v Jindřichově Hradci opět konal Den poskytovatelů sociálních služeb. Představili jsme naši Pečovatelskou službu a tento rok poprvé i aktivity Nadačního fondu A.V.A. Děkujeme Městskému úřadu v Jindřichově Hradci za možnost prezentovat naše služby.

**Za středisko Jindřichův Hradec, Zuzana Vobořilová, DiS., vedoucí střediska
a Eva Loskotová, koordinátor pečovatelské služby**



Den poskytovatelů sociálních služeb



V prodeji byly i výrobky LedaxArtu

NOVÁ ADRESA PEČOVATELSKÉ SLUŽBY V NOVÉ VČELNICI

Od 1. července se kancelář Pečovatelské služby v Nové Včelnici přestěhovala na adresu Na Hliněnce 457, 1. patro Domu služeb.

**Za středisko Jindřichův Hradec, Zuzana Vobořilová, DiS.,
vedoucí střediska**

PODĚKOVÁNÍ

Upřímně děkuji celému kolektivu pečovatelek v Domě s pečovatelskou službou Hvězdárna, především pak paní Zuzaně Vobořilové, DiS., vedoucí střediska Ledax v Jindřichově Hradci, za péči, kterou mi věnujete.

Jarmila Matějčková



Dostaly se k vám Ledax NOVINY náhodou? Máte zájem o jejich pravidelné zasílání?

Pokud ano, zašlete e-mail na adresu: info@ledax.cz anebo zavolejte na 800 22 10 22.

Ledax NOVINY
ke stažení



Ledax NOVINY - Bulletin společnosti Ledax o.p.s. (Občasník – ročník IX). MK ČR E 19452.

Vydavatel a redakce: Ledax o.p.s., Riegrova 51, 370 01 České Budějovice

Vedoucí redaktor: Jana Grillová (JG), redaktorka: Ing. Kateřina Krchová (KKr)

Foto: Fotoface, archiv Ledax

Grafické zpracování: Daniel Kyncl

Jazykové korektury: Veronika Mrázová

Tisk: Tiskárna PROTISK, České Budějovice

Ledax

Společnost Ledax o.p.s. je
součástí skupiny DfK Group.