

Červen 2023

DOMOV HORTENZIE

www.domovhortenzie.cz

# Domov Hortenzie



**„Co je jako klenot nesmrtelné,  
nepyšní se věkem,  
ale jiskřícím se okamžikem.“**

*Rabíndranáth Thákur, bengálský básník a filozof*



„Požáry ze čtyř stran – hoří léto,  
omamně kvetou akátové háje,  
zelená duše vína doutná na vinicích,  
krváčí vlčí máky v obilí.  
Přichází tma a po stříbrném mostě  
kráčí luna,  
svět je jak chleba vytažený z pece  
a noc ujídá.“

*Jan Skácel  
z písňe „Krátký popis léta“*

## SLOVO ŘEDITELE



Milí čtenáři,

měl jsem tu čest dostat zpětnou vazbu od některých klientů a zaměstnanců Domova Hortenzie, kteří se ptali: „Kdy vyjde další číslo domovského zpravodaje?“ Tato otázka mě osobně velmi potěšila. Popravdě, děje se toho u nás tolik, že by to nevydalo na čtvrtletník, ale na měsíčník. Na to však nemáme časové kapacity. Proto jsme pro vás i do tohoto letního čísla vybírali jen to nejlepší z dobrého. Opět otevíráme okno, kterým můžete nahlédnout do života naší organizace.

V tomto letním čísle domovského zpravodaje se mimo jiné dozvíte, jak dopadl výlet do Marlenky, nebo že i v domově seniorů může vzniknout dětský koutek. Rovněž nastíníme, jakým způsobem chceme v blízké budoucnosti řešit důležité téma nutriční neboli výživy. Nezapomínáme ani v oblasti přípravy smělých projektů dalšího rozvoje, především v chystání projektu Domova se zvláštním režimem. Vedle mnoha fotografií z našeho nedávného dění na vás čeká nabitý kalendář letních akcí a také oblíbené rozhovory.

Přeji vám všem, kteří právě listujete v domovském zpravodaji Hortenzie, příjemné letní čtení.

S úctou **Marian Žárský**, ředitel Domova Hortenzie

## Život je pohyb

„Život je pohyb,“ řekl Aristoteles, a to platí i pro naše milované seniory. Podpořme je tedy, aby žili plnohodnotný a aktivní život. Nabídněme jim pohyb, možnosti pro rozvoj a sociální interakci. Vytvořme pro ně prostředí, ve kterém se budou cítit nezávislí a naplnění. Tím můžeme přispět k jejich radosti a kvalitě života. Jak se v Domově Hortenzie plánují a realizují rehabilitační aktivity klientů, čtěte v rozhovoru s Karlou Šutorkovou Kocsisovou na straně 9. **-red-**



## DOMOV HORTENZIE zve na DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

ve čtvrtek 15. června 2023 od 9.00 do 15.00 hodin  
areál Domova Hortenzie, ul. Za Střelnicí 1568, Frenštát pod Radhoštěm



- 10.00  
vystoupení dětí  
z MŠ Montevláček Lichnov
- 13.00  
sokolnická show
- 14.00  
vystoupení harmonikáře

[www.domovhortenzie.cz](http://www.domovhortenzie.cz)



## Hasiči a Domov Hortenzie spojili síly v taktickém cvičení proti ohni

**Velmi akčním dnem byl pro Domov Hortenzie 12. květen 2023. Uskutečnilo se zde totiž taktické cvičení hasičů, simulující mimořádnou situaci – požár v pokoji klienta.**

Personál si v praxi vyzkoušel správný postup, funkčnost systému elektrické požární signalizace, hasící přístroje i evakuační podložky, jimiž jsou vybavena všechna lůžka našich klientů. Velké poděkování patří především Hasičskému záchrannému sboru Moravskoslezského kraje (územnímu odboru Nový Jičín), Hasičům z Frenštátu pod Radhoštěm, Kopřivnice a Trojanovic. Děkujeme také všem zaměstnancům Domova Hortenzie, kteří se cvičení aktivně zúčastnili, ať už v roli figurantů nebo zasahujícího personálu. Za svůj přístup byli při závěrečném hodnocení pochváleni samotnými hasiči.



Ve spolupráci s hasiči a natáčející Televizí Beskyd vznikne výukový materiál, který v příštích letech poslouží zaměstnancům Domova při školení požární ochrany. Taktické cvičení se obešlo bez použití sirén a vody. Všichni brali maximální ohled na naše klienty, aby nebyli zbytečně stresováni. Pro nás zaměstnance to byl velmi silný zážitek, který, jak pevně věříme, nebudeme muset nikdy prožít doopravdy. **-mž-**

## Nové sálové stropní přímotopy – teplo, které zahřeje i vaši duši

V dubnu 2023 jsme nainstalovali do tří centrálních koupelen sálové stropní přímotopy, které poskytnou našim klientům větší tepelnou pohodu při koupání. Zařízení charakterizuje také energetická úspornost, prostorová úspora a jednoduché ovládání. Teplo se přenáší přímo na těla uživatelů a objekty v místnosti, což vytváří efektivní a příjemnou formu vytápění. Jsme hrdí, že můžeme našim klientům poskytnout tuto inovativní technologii a vytvořit tak dokonalé prostředí pro jejich koupací zážitek. **-red-**



## Nutrice je nejvíce, aneb Výživě přikládáme

## nejvyšší prioritu

Zdravé stravování vnímáme jako klíč k dobrému životu v každém věku, proto jsme v dubnu 2023 uspořádali intenzivní dvoudenní školení personálu Domova Hortenzie na téma nutriční péče. Vedla ho zkušená nutriční poradkyně Jana Kalivodová. Informace ze školení budou mít k dispozici zaměstnanci v přímé péči i kuchyni. Tématu výživy se chceme i nadále věnovat prioritně – jako jednomu z hlavních pilířů komplexní péče v naší organizaci. **-red-**





## Vítání jara s moderní cimbálovou muzikou Poštár

Krásná akce, plná úsměvů a zpěvu u cimbálu se konala 4. dubna 2023. K tomu byl každý obdarován balíčkem dobrot pro skvělou jarní náladu.

## V dubnu se dožila 101 let paní Blažková

Naše klientka paní Božena Blažková z Veřovic se 27. dubna 2023 dožila úžasných 101 let! Zástup gratulantů na ni sice čekal v pozoru, ale jinak po celou dobu oslavy panovala uvolněná a veselá atmosféra. Za zřizovatele Domova Hortenzie přišel oslavenkyni poblahopřát náměstek hejtmana Moravskoslezského kraje pro oblast sociálních věcí Jiří Navrátil.

Paní Boženka je velmi vitální a usměvavá dáma. Její dcera Jaroslava vyprávěla přítomným o tom, jak těžký, ale přitom poctivý život maminka měla a jak je nyní vděčná za vynikající péči, které se jí dostává.



## Náležitě jsme oslavili Velikonoce



## V zdravém těle zdravý duch

Oznamujeme, že 1. května 2023 uspořádal TJ Sokol Frenštát pod Radhoštěm v areálu Domova Hortenzie župní přebor dvoučlenných družstev v petanque. Konec hlášení. Nazdar!



## Letošní první grilovačka. Chutnalo, a moc!

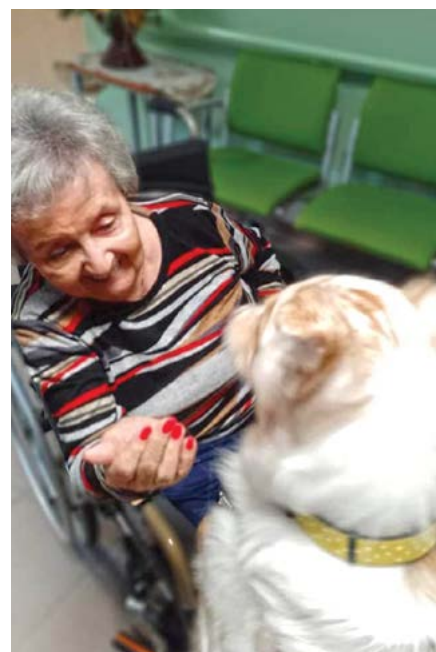


## Ministerská návštěva

Zažili jsme příjemnou, neformální návštěvu ministra životního prostředí Petra Hladíka. Zavítal k nám 5. května 2023 v rámci své cesty do regionu Moravskoslezský kraj.

## Canisterapie: Léčivá síla zvířecích společníků

Průběžně chodí klientům Domova Hortenzie dělat společnost sympatičtí pejsci. Dle studií canisterapie pomáhá zlepšovat náladu, snižovat stres, podporovat fyzickou aktivitu i optimalizovat krevní tlak. Interakce se zvířaty posiluje komunikaci, snižuje pocit osamělosti a dokonce podněcuje vznik nových přátelství mezi seniory.



## Léto budiž pochváleno!

**V létě se příroda mění v barvitě divadlo a každý kousek krajiny ožívá. Pojdme si připomenout pohádkový letní čas našeho mládí. Tehdy měl každý strom i květ svůj nezaměnitelný tón, který se tetelil v horkém vzduchu...**

Usměvavé slunce sálalo do všech koutů od samého rána. Pole se zlatými klasy se táhla do nekonečna a později voněla po čerstvém seně. Dopoledne jsme sbírali lesní plody, odpoledne se koupali v rybníku, v noci pozorovali hvězdy a snili v rozkvetlé zahradě o tom, co nás čeká. Právě léto dokáže z paměti vydolovat tu úžasnou vůni domova, radosti a nostalgie zároveň.

I když svět pokročil a mnoho věcí se dnes zdá jiných, pořád si můžeme léto skvěle užít. Těšme se na procházky v parku, v němž stromy stíní naše křehká těla. Těšme se na vonící zahrady, kde budeme moci sázet kytičky a pozorovat, jak kvetou. Těšme se na společnost našich vnoučat, která nám přinesou radost a energii. K té ale musíme přispět i sami.

## Šťastné léto v každém věku díky síle přírody

V červnu je slabší tenké střevo, které posílí (překvapivě lahodný) čaj z proskurníku, slézu a divizny. Stav střeva zlepší také jablka, cibule, kapusta, květák, brokolice, kmín a fazole uvařené společně s bylinou satirejkou. Určitě si pochutnejme i na jahodách plných antioxidantů, které právě dozrávají.

V červenci je třeba udržet v kondici krevní oběh. Měsíček lékařský, kaštanová tinktura, hořčiny, pohanka, cibule, česnek, kopřivová šťáva nebo zelený čaj jsou našimi parťáky. Znamení je i kopr vonný, který snižuje krevní tlak, prokrvuje srdce, vyháňá střevní parazity a pomáhá s látkovou výměnou. A vlašovičnickový olej chrání pokožku lidí i zvířat proti klíšťatům.

Srpen může přinést nerovnováhu organismu. Játra a metabolismus jsou přetížené, a to může zvyšovat teplotu těla. Při únavě nastává čas na jaterní dietu a čaje s hořčiny. Nezapomínejme ani na hořčík a vitamín B6. Pro imunitu se doporučuje lykopen z tepelně upravených rajčat a samozřejmě vše, co zrovna roste či dozrává na zahradách. I letní bylinka z květináče má neobyčejnou sílu!

Léto nám prostě každým svým okamžikem připomíná, že i v pokročilém věku můžeme najít krásu a užitek ve všem, co nás obklopuje. Takže vydejme se na naši vlastní dobrodružnou cestu, ať už to bude vycházka na lavičku nebo jen vzpomínání na minulá léta.

-el-



Zahrada Domova Hortenzie v létě



Saturejka zahradní



Letní ovoce je zdravé a hlavně velmi chutné

## Představujeme standardy kvality pro jednání se zájemcem a smluvní pravidla

**Standardy kvality sociálních služeb mimo jiné zahrnují ustanovení o pravidlech pro hodnocení žádostí zájemců (Jednání se zájemcem o sociální službu) a postup pro uzavření Smlouvy o poskytování služby sociální péče v Domově Hortenzie.**

Sociální poradenství a poradenství o postupu pro přijetí žadatele v Domově Hortenzie poskytuje kvalifikovaný sociální pracovník.

Pravidla pro podávání a hodnocení žádostí zahrnují především postup sociálního šetření žadatele a celkového zhodnocení žádosti s ohledem na sociální situaci, potřebnost pomoci a podpory v rámci zvládnutí soběstačnosti a dalších okolností, které odůvodňují potřebu poskytování pobytové sociální služby. Na základě provedeného sociálního šetření je jeho žádost hodnotícím týmem bodově ohodnocena. Hodnotící tým je ve složení ředitele domova, vedoucí sociálního úseku a vedoucí zdravotního úseku. Může dojít i k zamítnutí žádosti, a to pokud žadatel vyžaduje pomoc a podporu, kterou mu poskytovatel není schopen v rámci svých kompetencí zajistit (žadatel vyžaduje péči ve zdravotnickém zařízení nebo v jiném odborném zařízení sociální služby).

Při hodnocení žádostí a práci s poradníkem žadatelů do Domova Hortenzie ctí odborný tým pro posuzování žádostí zásady jako je respekt k žadateli a jeho individuálním potřebám, spolehlivost, ohleduplnost, důstojnost, srozumitelnost podávaných informací, diskrétnost a mlčenlivost.

Žádost, která je hodnotícím týmem bodově ohodnocena, je zařazena do pořadníku žadatelů s ohledem na počet přidělených bodů. Přidělené místo v pořadníku je aktuální pouze

pro ten okamžik, než je zařazena nová příchozí žádost nebo je aktuálně přehodnocena jiná žádost. To znamená, že když přijde nová žádost a žadatel potřebuje více péče (získá větší počet bodů), posouvá ostatní žadatele na jiná místa. Na nejvyšší místa v pořadníku se řadí žadatelé s nejvyšší mírou potřebnosti péče celodenní sociální služby. Poskytovatel si ponechává také možnost zhodnocení žádosti zájemce o službu jakožto hodnocení situace zvláštního zřetele, která reaguje na mimořádně tíživou a naléhavou situaci žadatele.

Při uvolnění kapacity domova je žadatel s nejvyšší mírou potřebnosti navštíven v místě aktuálního pobytu za účelem sociálního šetření, kdy s ním vedoucí sociálního úseku (sociální pracovníce) a vedoucí zdravotního úseku (zdravotní sestra) ověří jeho potřebnost pobytové sociální služby domov pro seniory, projednají jeho individuální požadavky a potřeby s ohledem na soběstačnost, sociální situaci a zdravotní stav (vytvoří se první verze individuálního plánu – plánu pomoci a podpory, osobních cílů a plánu rizik).

Jestliže dojde k souladu požadavků žadatele s možnostmi poskytovatele, uzavře se smlouva podle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů, a to písemně. V případě, že potřebuje žadatel podporu při podpisu smlouvy a má ustanoveného opatrovníka nebo zmocněnce, uzavírá tuto smlouvu tato osoba. Pokud žadatel není schopen ze zdravotních důvodů jednat při uzavírání smlouvy a nemá soudem ustanoveného opatrovníka či zmocněnce, uzavírá mimořádně smlouvu Městský úřad obce s rozšířenou působností Frenštát pod Radhoštěm, a to dle § 91 odst. 6 zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů.

*Kristýna Ambrožová, vedoucí sociálního úseku*

### Stručně o standardech kvality sociálních služeb 3 a 4

Pravidla pro hodnocení žádostí a uzavření smlouvy jsou důležitou součástí poskytování kvalitních sociálních služeb v Domově Hortenzie. Jaká je standardizovaná a zároveň běžná praxe? Kvalifikovaný sociální pracovník poskytuje poradenství a pomoc při přijímání žadatelů. Hodnotící tým zohledňuje sociální situaci, potřebu pomoci a soběstačnost při zkoumání žádostí. Poradník je aktualizován podle přidělených bodů, přičemž žadatelé s největší potřebností péče mají přednost. Při uvolnění kapacity je provedeno sociální šetření a vyhodnocení individuálních potřeb žadatele. Pokud jsou splněny požadavky, uzavře se písemná smlouva. V případě potřeby asistence při podpisu smlouvy se jedná s opatrovníkem nebo zmocněncem, jinak jedná Městský úřad Frenštát pod Radhoštěm.



## FRANTIŠEK BOBAL a jeho pohled na spokojenost ve světě plném výzev

**Obdivuhodné kondici se těší téměř 95letý František Bobal, žijící v Domově Hortenzie od roku 2020. Jeho rodina je rozeseta ve Frýdlantu nad Ostravicí, Pstruží a okolí. Všestranně aktivní senior má dvě dcery, čtyři vnoučata a v srpnu očekává už osmé pravnouče. Pro všechny sepisuje knížku „Dědečku, vyprávěj“, ale na počítači, prý kvůli těžkým hornickým prstům. Pan Bobal je nejen IT nadšencem, ale také oddaným fanouškem SK Slavia Praha a vášnivým gurmánem, který se specializuje na valašské lahůdky.**

### ■ Jaká jsou vaše nejpamátelnější dobrodružství z mládí?

Narodil jsem se 9. srpna 1928 v malé obci Klečůvka na Zlínsku. Ze všeho nejraději vzpomínám na soutěže, hry i noční výpravy na skautských táborech v letech 1947, 1948 a 1949. První dva se konaly na Valašsku, v Semetíně a Hovězím, ale třetí až v Kaprounu v jižních Čechách. Ve svém rodišti jsem působil jako zakladatel a vedoucí skautské organizace, než ji pak v souvislosti s politickým děním zrušili.

### ■ Můžete se podělit o nějaké zvláštní vzpomínky na své rodiče nebo prarodiče?

Ještě v první třídě, v roce 1934, jsem se učil u petrolejové lampy. Elektrinu u nás zavedli až v roce 1936. Ale pak už byl vývoj

rychlý. Měli jsme třeba první elektrický sporák ve vsi. Maminka tak mohla dát „na jedničku“ vařit slepičí polévku a v klidu odejít na pole. Z prarodičů jsem poznal jen mamčinu maminku Františku, ročník 1861. Měli jsme se moc rádi, ale bohužel zemřela během mého skautského pobytu v jižních Čechách, takže jsem nebyl na pohřbu. Babička se provdala už v 17 letech za o moc staršího souseda. Když jsem se ptal, zda ho měla ráda, řekla jen: „Zvykla jsem si.“ Měla s ním 13 dětí, z nichž se 10 dočkalo dospělosti.

### ■ Co považujete za svou hlavní životní profesi nebo zaměstnání?

Ačkoli jsem se vyučil knihařem a poměrně dlouho jezdil autobusem, nejvýznamnějších je pro mě 22 let práce v ostravském dole Stalin II, později Heřmanice. Razil jsem tam chodby, rubal a dělal i další profese. V penzi jsem pak ještě přes 20 let působil jako kostelník v římskokatolickém farním kostele Panny Marie Královny v Ostravě-Mariánských Horách. Rád bych zmínil i svůj dvouletý pracovní pobyt na Ukrajině, ještě před kostelníčením. Bylo to ve městech Vynycja a Bar, kde zaváděla nové technologie firma ČKD Praha. Zvláště v dnešní těžké době si tyto časy připomínám a velmi cítím s lidmi z Ukrajiny.

### ■ Popište největší výzvu vašeho života i to, jak jste ji zvládl.

Jednoznačně práce v ostravských dolech, k níž jsem přešel od řidiče autobusu, jezdícího v kravatě. Snadné nebylo ani stěhování ze Zlínska na Ostravsko v roce 1961, v mých téměř 33 letech. Ale dostal jsem byt a zvykl si. S rodinou jsme bydleli v Havířově a později v Ostravě. Nyní mám díky této éře pěkný důchod.



### ■ Co vás nejvíce inspirovalo v průběhu vašeho života?

Žena a děti, které jsem rád pomáhal rozvíjet. Práce na šachtě byla drsná, ale domů jsem ji netahal. Jakožto věřící jsem trval na náboženské výchově a mým dcerám kvůli tomu komplikovali vzdělání. Přesto si svou cestu našly.

### ■ Jak se v průběhu let změnila vaše představa o štěstí a spokojenosti?

Beru svůj život, jak jde... Rozhodně je naplněný. Cítil jsem se vyrovnaně ve všech jeho etapách. Stávkovat nechodím 😊.

### ■ Máte nějaký životní sen nebo cíl? Podařilo se vám ho dosáhnout?

Toužil jsem na vlastní oči spatřit Svatou zemi – Jeruzalém, Betlém, Nazaret a další lokality spojené s působením Krista. Ale už tam v žádném případě nepojedu. Musí mi stačit, že jsem navštívil poutní místa Lurdy, Mariazell, Řím a Vatikán. Proto doporučuji u každého snu neprodleně jednat.

### ■ Co vás nejvíce těší aktuálně – zde ve frenštátském Domově Hortenzie?

Mám tu přátele, se kterými podnikáme různé věci. Rád se účastním zdejšího společenského dění, třeba vystoupení dětí ze školky Montevláček. Jakmile předvedou své dovednosti a my zatleskáme, už se ke mně ženou a dostanou dobroty. Zvláště s Maxíkem jsme velcí kamarádi – pokaždé mi mává už zdálky. Navštívili mě i jeho prarodiče. Minulého Mikuláše jsme upevnili přátelství dárkem, kdy mi Maxík přinesl ponožky, sladkosti a ovoce. No a teď už se pomalu chystá do školy...

### ■ Co myslíte, jaké jsou největší změny ve společnosti od doby, kdy jste byl mladý?

Lidé měli dřív hodně dětí, ale uživili je. O dnešním pohodlí se jim mohlo jen zdát. Vůbec se mi nelíbí, jak je náš stát v současnosti zadlužený.

### ■ Jaké máte rady pro mladší generace, které čelí výzvám moderního světa?

Jednoduše bych jim poradil dvě věci: skromnost a obětavost.

*Děkujeme. Myslím, že vám mohu za všechny čtenáře popřát zejména pevné zdraví, pokoj a mnoho lásky od vašich blízkých. Ať vám každý den přináší nové zážitky a radost ze života.*

**Eva Lhoťanová**



F. Bobal (vpravo) na skautském táboře roku 1948



*K sedmi jménům pravnoučat brzy přibude osmé*



## Příklady táhnou, potvrzuje KARLA ŠUTORKOVÁ KOCSISOVÁ

**Známé latinské přísloví „Slova povzbudí, příklady táhnou“ uvádí v Domově Hortenzie denně do praxe Karla Šutorková Kocsisová, aktivizační pracovníce zabývající se rehabilitací seniorů. Plná energie se podělila o své cenné zkušenosti a přístup k péči o klienty.**

### ■ Jak dlouho se již věnujete své profesi?

Do Domova Hortenzie jsem nastoupila v roce 2019, po profesní etapě aktivizace v denním stacionáři Diakonie. Ještě předtím jsem 13 let pečovala o imobilní maminku. Při domácí práci na počítači, v režimu 24 hodin 7 dní v týdnu. To bylo ze všeho nejnáročnější...

### ■ Jaký vliv má aktivizace a rehabilitace na fyzickou kondici a pohyblivost seniorů?

Je nesporné, že rehabilitace výrazně přispívá k celkovému zdraví a pohodě seniorů. Cílem našich rozmanitých rehabilitačních aktivit je zlepšení nebo alespoň udržení stávající pohyblivosti klientů. Usilujeme rovněž o zvýšení soběstačnosti u seniorů s různými stupni omezené hybnosti.

### ■ Jak se v Domově plánují a realizují rehabilitační aktivity klientů?

Rehabilitační péči o jednotlivé klienty nastavujeme v rámci pravidelných schůzek multidisciplinárního týmu individuálního plánování. Konkrétní techniky cvičení vybíráme s přihlédnutím k aktuálnímu pohybovému i psychickému stavu každého klienta, s využitím optimálních rehabilitačních postupů a pomůcek.

### ■ Popište prosím vaše metody a techniky používané při rehabilitaci seniorů.

Základem jsou individuální a skupinová cvičení – pohybová, relaxační a dechová, s prvky jógy. Za velmi efektivní považuji terapii stroji MOTOMed. Pohybové stroje s motorovým pohonem a nastavitelnou zátěží využíváme pro osoby s omezenou pohyblivostí i pro osoby upoutané na lůžko, pro pasivní i aktivní cvičení. Naši uživatelé si také chválí uvolňovací masáže prováděné masážním strojkem i vibrační plošinu pro uvolnění svalstva, zlepšení prokrvení a svalového tonu. Tyto vymoženky techniky opravdu pomáhají a navíc šetří síly personálu.

Mezi další běžnou rehabilitaci patří různé relaxační a úlevové techniky, nácvik mobility na lůžku a nacvičování chůze s využitím vysokého hydraulického či nízkého chodítka, případně čtyřbodových holí. Na základě přání klienta nebo

jeho rodiny zde také dochází externí fyzioterapeutka. Samozřejmě sledujeme vývoj v oblasti rehabilitace seniorů a aktivně zařazujeme novinky.

### ■ Přibližte své způsoby motivace seniorů k aktivní účasti na rehabilitačních aktivitách.

V rozhovorech s klienty oceňuji jejich zájem o rehabilitaci, snažím se o pozitivní přístup a snížení obav. Zdůrazním, že pokud se něco nedaří hned, může to vyjít příště. Například, i když jsme dnes do rehabilitace aktivně nezapojili nohy, zaměříme se na jejich pasivní uvolnění. Během procesu je nezbytné projevat empatii a respektovat individualitu každého klienta.

### ■ S jakými výzvami jste se už dokázala vyrovnat při rehabilitaci seniorů?

Během své práce jsem musela čelit odmítání, nedostatku komunikace i frustrace ze strany klientů. Nicméně, je klíčové udržovat optimismus, protože má zásadní vliv na efektivitu rehabilitace. Vzhledem k tomu, že pracuji s 89 obyvateli Domova Hortenzie, je samozřejmě náročné vyhovět všem jejich potřebám. Ale pokud některý klient, zejména po nástupu do zařízení, vyžaduje intenzivnější rehabilitační péči, snažím se mu věnovat více času a podpory. Mám příklad pana Karla, který byl původně upoután na lůžko. Postupně se nám podařilo posílit jeho fyzickou kondici natolik, že dokonce tancoval na zdejších akcích a plesech!

### ■ Jak celkově hodnotíte účinnost a úspěšnost své práce?

Těší mě, že většina z našich obyvatel rehabilitační aktivity využívá a vítá. Oblíbili si zejména skupinová cvičení, na kterých také znamenitě funguje příklad ostatních. Při zvládání profese mi pomohly i absolvované kurzy: Diagnostika pohybového aparátu, Rehabilitační ošetřování v praxi sociální služby, Pohyb a jeho specifika ve vyšším věku a při onemocnění demencí, Kognitivní rehabilitace a další. Díky nim jsem si rozšířila odborný rozhled a lépe porozuměla potřebám seniorů. Velmi oceňuji i podporující prostředí v naší organizaci, týmovou spolupráci a komunikaci s kolegy, kteří sdílejí stejný zájem o péči o naše obyvatele. Jsem hrdá na svou práci a ráda vidím pozitivní výsledky, kterých dosahujeme prostřednictvím aktivizace a rehabilitace seniorů.

*S úctou a vděčností za možnost rozhovoru,*

**Eva Lhoťanová**



## Společně s Moravskoslezským krajem míříme k realizaci projektu DZR Hortenzie

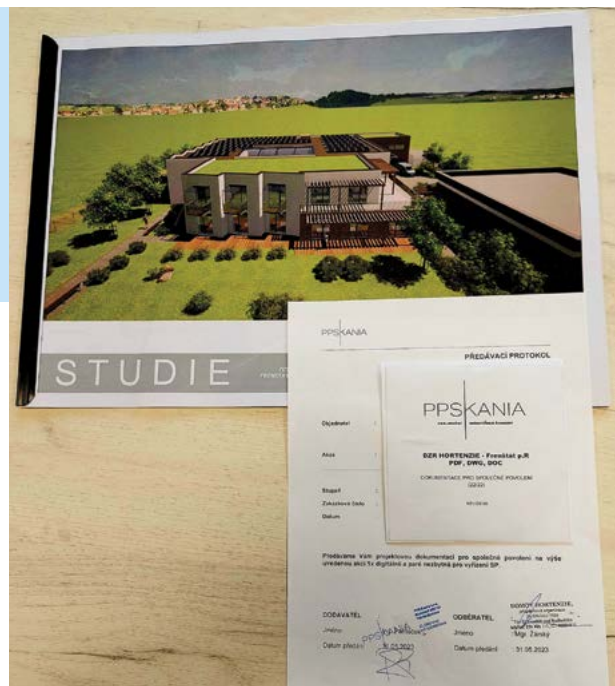
Na konci května 2023 obdrželo vedení Domova Hortenzie kompletně zpracovanou projektovou dokumentaci Domova se zvláštním režimem od projekční firmy PPS Kania. Tento dokument představuje důležitý milník v přípravě projektu a umožňuje nám pokračovat dál v jeho realizaci.

V současné době jsme v úzké spolupráci se zřizovatelem Domova, kterým je Moravskoslezský kraj, a intenzivně pracujeme na přípravě podání projektu do aktuální dotační výzvy z Národního plánu obnovy. Tento fond poskytuje finanční podporu pro rozvoj sociálních služeb a infrastruktury, což je klíčové pro náš projekt.

### Budoucnost sociální péče – Domov se zvláštním režimem v roce 2026

Pokud se vše podaří podle našich plánů, očekáváme, že v roce 2026 bude v místě dnešního sadu, vedle kotelny, stát moderní Domov se zvláštním režimem s kapacitou 30 lůžek. Tímto rozšířením budeme moci poskytnout vysoce kvalitní péči a ubytování pro klienty s Alzheimerovou nemocí a stařeckou demencí.

Jednou ze zásadních součástí nového pobytového zařízení bude zážitková zahrada, uzpůsobená specifickým potřebám obyvatel. Poskytne jim prostor pro relaxaci, rehabilitaci i aktivní trávení volného času. Je důležité, abychom vytvořili prostředí, které podporuje fyzickou i duševní pohodu klientů.



Jsme nadšeni a plni optimismu ohledně budoucnosti projektu Domova se zvláštním režimem. Věříme, že díky úzké spolupráci s Moravskoslezským krajem a podpoře fondu Národního plánu obnovy uvedeme do života zařízení plně odpovídající potřebám sociální péče 21. století. Těšíme se na další kroky v procesu a na to, až budeme moci začít s realizací tohoto významného projektu.

*Marian Žárský, ředitel Domova Hortenzie*

## Nový dětský koutek - centrum mezigenerační zábavy

V rámci podpory mezigeneračního setkávání s dětmi jsme s pomocí obce Mořkov zařídili v Domově Hortenzie dětský koutek.

Herna je volně přístupná rodinám klientů a hlavně malým návštěvníkům, kteří chodí navštěvovat své babičky a dědečky.



Často se stává, že dospělí si chtějí ještě popovídat a děti už se nudí. To je skvělá příležitost k využití hraček, omalovánek, houpačky, různých her i dalšího zařízení našeho hracího koutku.

Tento nápad v našem Domově samozřejmě uvítaly také děti z mateřských školek Frenštátu i okolí, které k nám pravidelně docházejí se svými programy. Po vystoupení si vždy pochutnají na připraveném čaji i dobrotách a s radostí si pohrají v této části Domova určené pro děti.

Těší nás, že se podařilo vytvořit klidnou a příjemnou atmosféru pro návštěvy s malými dětmi. Tak přiveďte do Hortenzie i nejmladší členy rodiny a prožijte zde společné chvíle plné radosti!

*Kristýna Brablcová, vedoucí aktivizací*

## Marlenka, aneb Exkurze do světa sladkostí s našimi klienty

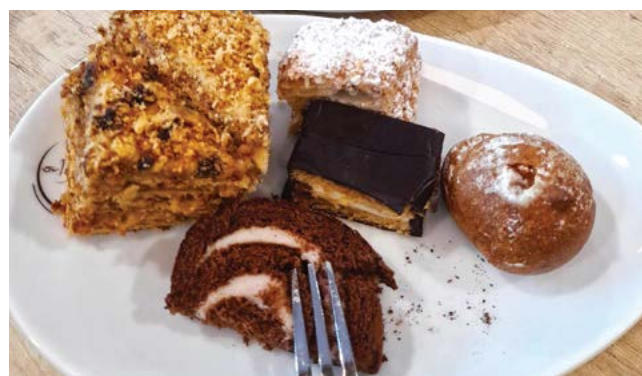
**V květnu 2023 jsme měli úžasnou příležitost vydat se s našimi klienty na exkurzi do výroby společnosti Marlenka ve Frýdku-Místku, kterou založil Armén Gevorg Avetisyan. Dnes už její znamenité medové dorty uchvátily celý svět!**

Tato zážitková návštěva nám umožnila poznat fascinující příběh a historii společnosti. Naši senioři se navíc mohli dosyta pohostit medovými dezerty a specialitami podniku Marlenka, na nichž jsme si pochutnávali spolu s tradičně připravovanou kávou v džezvě.

Během exkurze jsme měli jedinečnou možnost nahlédnout do provozu a sledovat celý proces výroby Marlenky a dalších lahůdek. Naši klienti si dokonce mohli nakoupit veškerý sortiment výrobků Marlenka v podnikové prodejně. Mnozí už plánují absolvovat tuto exkurzi ještě jednou a se svými blízkými.

Celé dopoledne jsme si společně užívali příjemnou atmosféru. Výlet do světa sladkostí přinesl našim klientům nejen zážitek, ale i radost a nadšení.

*Kristýna Brablcová, vedoucí aktivitací*



## Venkovní aktivity plní sny uživatelů



**Jen co v přírodě zavládlo vytoužené jaro s předzvěstí teplých letní dnů, spousta uživatelů se začala těšit na pobyt venku – jak v areálu zahrady Domova Hortenzie, tak při procházkách po okolí.**

Pečovatelky v rámci plnění individuální péče či po dohodě takovéto procházky a pobyt venku nabízejí, čímž plní sny uživatelů. Je libo zjet si na nákup? Jistěže...! Nebo se jen pokochat rozkvetlou přírodou? I toto přání vmžiku zrealizujeme.

Krásnou procházku nabízí nedaleký obchod. Cestička vede okolo řeky Lomné svěžím, zeleným parkem. Je to oáza pro oči i duši. Uživatelé si sami nakoupí, co potřebují, a poohlédnou se po tom, co by se mohlo hodit příště. Také zkontrolují místa, která dříve sami navštěvovali a zavzpomínají. Další populární lokalitou je sousední restaurace Střelnice. Nabízí skvělé posezení, bezvadný přístup a vychlazené pivo.

Klienti se těší i na aktivity organizované ve venkovních prostorách Domova Hortenzie, k nimž patří grilování, skupinové cvičení, harmonika, kavárna či vystoupení dětí ze školek. Vše, co se koná venku, se u nich těší velké oblibě. Na každou činnost je naše pečovatelky rády doprovodí.

Nezbývá než popřát uživatelům mnoho slunečných dnů a spoustu hodin strávených venku – jak v doprovodu pečovatelek, tak i rodinných příslušníků.

*Lenka Janáčková, vedoucí přímé péče odd. A*

## Rizika vs. svoboda: Jak se Domov vyrovnává s výzvami individuálního plánování

**Individuální plánování je v Domově Hortenzie klíčovou součástí péče o uživatele. Mezi důležitá hlediska tohoto plánování patří vyhodnocení možných rizik, s nimiž se uživatelé mohou setkat. Ale co přesně je riziko?**

Rizikem označujeme určitý druh nebezpečí nebo události, která může způsobit ztrátu nebo újmu. V běžném životě se s riziky setkáváme všichni. Cílem není se jim za každou cenu vyhnout, ale najít správnou rovnováhu mezi bezpečím a svobodou. Uživatelé mají právo na nové zážitky, možnosti učení a růstu, proto je důležité pracovat s rizikovými situacemi individuálně. V našem Domově jsme proto vypracovali písemné rizikové plány pro každého uživatele. Tyto plány pravidelně přehodnocujeme a aktualizujeme na schůzkách multidisciplinárního týmu. Cílem je zajistit maximální bezpečí uživatele, aniž bychom ho zbytečně omezili. Přílišný dohled a kontrola totiž může vést k omezování, zatímco nedostatek asistence zase k ohrožení.

### Bezpečně k nezávislosti, aneb příprava uživatelů na výzvy budoucnosti

Náš personál se snaží uživatele informovat o možných rizicích a nabídnout jim řešení, která by je minimalizovala. Zároveň citlivě hodnotíme, zda je uživatel schopen dostatečně a samostatně řídit své zájmy a práva. Hlavním cílem je poskytnout uživatelům prostor pro rozhodování a nezávislost.

Mezi rizika, se kterými se uživatelé v našem Domově mohou setkat, patří pády, vznik dekubitů, malnutrice, dehydratace, ale také finanční zadlužování nebo nekontrolovaný odchod z Domova z důvodu narušené orientace. Důkladně se jim věnujeme a snažíme se minimalizovat jejich dopady.

Výzvy, které rizika představují, nám pomáhají posunout se vpřed. Práce s riziky je součástí našeho přístupu k péči a umožňuje nám vytvářet prostředí, v němž se uživatelé cítí bezpečně a zároveň mají svobodu prožívat plnohodnotný život.

*Kristýna Machová, sociální pracovnice*

**pokračování ze strany 4**

### Rautové snídaně vpravdě královské

V sobotu 6. května 2023 se v Londýně uskutečnila slavná korunovace krále Karla III. Ovšem my jsme se měli královsky už den předem, při rautové páteční snídani sváteční!



### Mazlivé květnové setkání s párkem afrických soviček



**Vystoupení Dětského studia z frenštátského Jandova stromořadí**

### Hostili jsme Vodnický Den dětí

V pátek 2. června 2023 hostil areál zahrady Domova Hortenzie a hasičské hřiště Za Střelnici velkolepý Vodnický Den dětí s Vitesco Technologies. Organizátoři připravili vodnické pohádky, zumbu a mnoho dalších dětských aktivit pro širokou veřejnost.



***Drobečkům z chleba se u nás říkávalo „odrobinky“. Sbírala jsem je ze stolu a dávala ohni. Dnes odrobinkami nazývám své vzpomínky. Také je pomalu sbírám. Vzácny je i ten nejmenší drobeček...***

## Luftáci

V posledním červnovém týdnu to začalo. Jizbečka u stařenky, která po celý rok sloužila tetě Haně – tenkrát ještě neprovdané tatínkově nejmladší sestře – se začala gruntovat. Veškerý nábytek i skříň se vynesly na dvůr. No, naštěstí ho nebylo tak mnoho. Postel, kostn, stůl, tři židle a lavička u kamen.

Stařenka si v putýnce rozdělali vápno, které bylo nahašeno a k dispozici po celý rok v díře na zahradě. Do vápna přidali trochu písku, aby stěna nebyla jak holý zadek hladká a nasypali modřidlo na prádlo, aby modrý nádech odpuzoval mouchy. Potom světničku dvakrát po sobě vybělili. Vždycky říkali bílit, ať používali barvu modrou nebo zelenou. Moje maminka, ta jenom líčila.

Zatímco stěny pomalu osychaly, drhla se podlaha – dlážka anebo mostiny. Pak přišla na řadu malá okénka, na něž se po umytí pověsily firhaňky z bílého mušelínu s kraječkami po stranách. Nakonec se vydrbaly zeleně natřené dveře. K večeru se do světničky stěhoval umytý a na sluníčku dobře vysušený nábytek. Postel dostala slamník vysoko nacpaný

čerstvou slámou – musela být pro tyto účely mlácena cepy, aby zůstala patřičně dlouhá. A nám drobotině bylo dovoleno na této voňavé kupě trochu poskakat – sláma se pěkně slehla. Na stružok se prostřela jako plát tvrdě naškrobená plachta a na ni se do vysoka nastlaly čistě povlečené peřiny. Světnička voněla čerstvým vápnem, vydrhnuté mostiny vydávaly vůni schnoucího dřeva, vítr si pohrával s firhaňkami v otevřených oknech. Na dlážku se ještě pohodilo pár vypraných jutových pytlů – žochů – a světnička byla připravena pro své každoroční hosty. Čekala na luftáky. Nepamatuji se, jak se ten pobyt zajišťoval. Zdali někdo přijel na domluvu, nebo „luftáky“ dohazovali dělníci, jezdící za prací do Ostravy. Světnička však byla obsazena každé léto.

Začátkem července jezdívala několik roků po sobě porodní babka Riesová, drobná, šedovlasá, ale velmi energická žena s velmi krásnou dcerou Adou. Měla ještě další dceru, daleko krásnější, ale tu s sebou vozívala jenom na fotografii. Při manipulaci s benzínovým vařičem uhořela. Přestože jsem tuto strašnou příhodu slyšela ve velmi útlém dětství, navždy se mi zapsala do paměti. Dámy

Riesovy pak vystřídali Bernátovi. V Ostravě bydleli ve veliké vile a ke stařence jezdili se dvěma dětmi. Ty byly o hodně starší než já. Už dorůstaly do dospělosti. Zdena měla nádherné blond vlasy až do pasu, sedávala na lavičce pod oknem a pila z malovaného hrníčku smetanu. Já jsem tenkrát ještě ani nevěděla, jak chutná. Začínala pošilhávat po tenkrát ještě velmi mladém Josefu Strnadlovi. Do spisovatelské dráhy měl ještě daleko. Luftáckou sezonu uzavírali Dvouletých. Byli z Bohumína a jednou přijeli s několika kufry zcela mimo sezonu a prosili stařenku, zda by u nich mohli chvíli bydlet. Zůstalo jim jen to, co měli s sebou. Všechno jim zabavili Poláci. Bylo to v roce 1939. Prázdniny bez luftáků byly nemyslitelné. Do poklidného života přinášeli vzrušení, měli zcela jiné mravy a většinou hovořili jiným jazykem, ale vycházeli jsme s nimi vždycky velmi dobře. Asi proto se rádi vraceli. Užitek to přinášelo oběma stranám. Stařence zaplatili za bydlení, mléko, máslo, smetanu a dobrý domácí chléb a užívali si hlavně čerstvého luftu. Světničku pro ně měli připravenou skoro v každé chalupě. Kromě několika honosnějších sídel nebyla tenkrát v Trojanovicích ani jedna chata.

***Hana Juračáková***



# Zaostřeno na dekubitus - proleženinu

**Proleženina (dekubitus) je lokalizovaná oblast buněčného poškození způsobená poruchou mikrocirkulace a z ní vyplývající hypoxie (obecně menší či nedostatečné množství kyslíku pro tělesný metabolismus, než na které je organismus zvyklý).**

## Torrancova klasifikace stadií dekubitů

1. stadium — překrvení se zblednutím (kůže je zarudlá, ale nedochází k poruše mikrocirkulace);
2. stadium — neblednoucí překrvení (kůže postiženého místa je zarudlá a mírně vystouplá, může dojít k povrchovému poškození kůže);
3. stadium — zvrédatění (ulcerace postupuje přes celou dermis až na rozhraní subkutánní fascie);
4. stadium — zvrédatění subkutánní fascie (vřed je rozšířen do podkoží, dochází k poškození svalů, které jsou oteklé a zanícené);
5. stadium — nekróza svalu (odumření svalové tkáně spojené s infekcí – nekrotická tkáň je rozbředlá, hnilobně páchne, zbytky tkáně mají žlutozelenou barvu).

## Místa vzniku dekubitů

Dekubity vznikají na typických místech závislých na poloze nemocného. V poloze na zádech může docházet k jejich tvorbě nad kosti týlní, trnem 7. krčního obratle, hřebeny lopatek, loketními klouby, kosti křížovou a kostmi patními. Při polohování pacienta na boku je nutné sledovat možný výskyt proleženin v oblasti kosti spánkové, ramenního kloubu, velkého trochanteru, kolenních kloubů a kotníků. Dlouhodobá poloha na břiše může vést ke vzniku dekubitů nad lícími kosti, uchem, hřebeny kostí kyčelních a palci.

## Příčiny vzniku proleženin

Na vzniku dekubitů se podílí kombinace působení více sil. První z nich je tlak, svislá síla působící na kůži gravitací, přičemž pokožka a tkáň jsou stlačovány mezi kost a jiný tvrdý povrch, například matraci, zubní protézu apod. Další působící silou je tření, síla působící souběžně s kůží, kdy dochází k odírání kůže, třeba při tření kůže o prostěradlo, pokud posouváme ležícího. Třetí silou je střížná síla vznikající kombinací tlaku a tření.

## Faktory ovlivňující vznik proleženin

Vznik a rozvoj proleženin bývá zpravidla ovlivněn spolupůsobením různých faktorů. Podílí se na něm vlhkost, která může být způsobena inkontinencí pacienta (moč, stolice), potem, nesprávnou hygienou nebo drenáží. Jiným faktorem je mobilita, jelikož člověk za normálních okolností mění polohu, když pociťuje nepohodlí vyvolané tlakem na tělo, ale pacient postižený plegií (úplná ztráta hybnosti končetiny), apatií (netečnost, rezignace) či třeba poruchou vědomí má sníženou schopnost odpovídat na kompresi tkání. Poškození centrální nervové soustavy, například poruchy inervace predilekčních míst, mozku a míchy, vznik dekubitů také urychlují. Na vyšším riziku tvorby proleženin má svůj podíl také věk, jelikož ve vyšším věku je regenerační schopnost organismu omezena. Roli v rozvoji proleženin hraje rovněž stav výživy

a tělesná teplota. Špatný stav výživy výrazně ovlivňuje vznik a vývoj dekubitů v důsledku ztráty hmotnosti, ztráty podkožního vaziva a svalové atrofie (ubývání svalstva). Zvýšená tělesná teplota zase urychluje metabolismus buněk, což zvyšuje spotřebu kyslíku, a to i v místech vystavených zvýšenému tlaku. Posledním, ale neméně důležitým faktorem je souběžný výskyt jiné nemoci, protože nemoc narušuje obranyschopnost a regeneraci organismu. Zvláště se jedná o těžké dlouhotrvající choroby, maligní onemocnění, infekční onemocnění a podobně.

## Léčba dekubitů

### Program léčby

Pro léčbu dekubitů je nutné dodržet několik zásad. Musí být odstraněno působení lokálního tlaku a následně i případná nekrotická tkáň. Důležité je zahájení léčby lokální infekce, podpora dostatečné granulace, netraumatizující ošetření rány a v neposlední řadě úprava celkového stavu nemocného.

### Plán prevence a léčby proleženin

Pro prevenci vzniku dekubitů je důležité vyhodnotit ohrožení nemocného použitím spolehlivého vyhodnocovacího systému, případná rizika vzniku dekubitů přehodnotit při každé podstatné změně stavu nemocného, zvolit vhodnou pomůcku nebo zařízení na prevenci dekubitů, a hlavně je okamžitě začít používat. Nutné je vypracovat časový plán mobilizace či polohování nemocného a vše zaznamenat, nejrizikovější místa pravidelně podrobit kontrole, udržovat čistou kůži, dbát na dostatečnou hydrataci a správnou výživu a minimalizovat účinky souběžných onemocnění. V případě, že má pacient problémy s nespavostí, je velice důležité je co nejrychleji vyřešit. Jako každý jiný nemocný, i pacient s rizikem dekubitů či už s jejich projevy má potřebu psychické podpory.

### Pomůcky a zařízení používané k prevenci proleženin

K prevenci proleženin se využívají rozmanité pomůcky:

- molitanové podložky (různé velikosti a tvary – kolečka);
- matrace určené na vysoký stupeň dekubitů;
- přirozené ovčí rouno, chrániče na paty a lokty;
- polštáře (vzduchové, želatinové, ...).

### Ošetřovatelský proces

Pro získávání informací jsou používány běžné způsoby jako rozhovor, pozorování, dotazník a podobně.

Ošetřovatelská péče při dekubitech si klade několik cílů. Žádoucí je stav, kdy má nemocný čistou a neporušenou kůži, nemá příznaky nadměrného působení tlaku a nepociťuje bolest (nebo jen ve snesitelné míře). Pacient by také měl být schopen laicky objasnit pojem dekubitus, znát jeho příčiny i prevenci a měl by akceptovat pomoc druhých.

Pečující sestry by měly nemocnému pomoci změnit polohu, podle závažnosti každých 15 minut až 2 hodiny.

### Péče o hygienu

Hygiena je během léčby dekubitů velice důležitá. Kůže musí být udržována trvale suchá a čistá. Preventivně je vhodné provádět jemné masáže predilekčních míst, k mytí by neměla být používána mýdla, jelikož narušují pH kůže. Zároveň je nezbytná častá výměna osobního a ložního prádla.

*Pavla Bednaříková, vedoucí zdravotního úseku*



## Červen 2023

- 1. 6. Grilování
- 2. 6. Vodnický den dětí s Vitesco Technologies
- 6. 6. Vystoupení dětí z MŠ Trojanovice
- 6. 6. Přednáška p. Trubače a p. Fabiánové z frenštátského muzea
- 8. 6. Návštěva dětí z MŠ Montevláček Lichnov
- 13. 6. Setkání obyvatel s vedením Domova Hortenzie
- 14. 6. Tradiční kavárna se saxofonem Radima Nováka
- 15. 6. Den otevřených dveří s ukázkou dravých ptáků a harmonikou p. Piskoře
- 16. 6. Posezení ke Dni otců
- 19. 6. Přednáška Jiřího Kráčalíka o Dolomitech
- 20. 6. Výbor obyvatel
- 20. 6. Výlet do hospůdky
- 23. 6. Mše svatá
- 26. 6. Návštěva frenštátské jízdárny

## Červenec 2023

- 10. 7. Saxofon Radima Nováka
- 10. 7. Kulinařské odpoledne – pečeme pagáče
- 11. 7. Harmonika p. Piskoře pod ochozem
- 12. 7. Tradiční kavárna pod pergolou
- 13. 7. Výlet do stylové restaurace YDYKSEB
- 17. 7. Odpoledne s ovocným pohárem
- 18. 7. Vzpomínkové odpoledne – rekreace ROH
- 19. 7. Sportovní odpoledne – souboj v pétanque
- 20. 7. Mezigenerační setkávání s dětmi MŠ Montevláček
- 27. 7. Harmonika pod pergolou

## Srpen 2023

- 7. 8. Koktejlové odpoledne
- 8. 8. Výlet na Horečky a Valašskou rychtu
- 14. 8. Saxofon Radima Nováka
- 15. 8. Kvízové odpoledne
- 23. 8. Sportovní odpoledne – hod na cíl

Každé dopoledne v pracovním týdnu s výjimkou středy, kdy se koná tradiční kavárna, je připraveno skupinové kondiční cvičení, a to od 9.00 do 10.00 hodin a od 10.00 do 11.00 hodin. Na pravidelná sportovní středeční odpoledne se těšte od 13.30 do 15.00 hodin. Dál připravujeme i canisterapie, snídaně formou švédských stolů, kulinařské aktivity, muzikoterapie, keramické dílny, kreativní odpoledne, krásné čtení s městskou knihovnou, duchovní okénka a další akce. O všech vás budeme zavčas informovat.

**Kristýna Brabcová, vedoucí aktivit**

## Legislativní okénko

### Od 1. června 2023 se valorizovaly důchody:

- Základní výměra se nezvýšila, zůstala ve výši 4 040 Kč (zvyšovala se od 1. ledna 2023).
- Procentní výměra důchodu vzrostla o 2,3 %.
- Všechny důchody se zvýšily o pevnou částku 400 Kč.
- Průměrný důchod se zvýšil o 750 Kč.
- Průměrný důchod v ČR poprvé překročil hranici 20 000 Kč.

Mimořádné zvýšení důchodů od 1. června 2023 se týká všech důchodových dávek. Více peněz tedy dostanou nejenom penzisté (starobní důchodci), ale i ti, kteří pobírají invalidní důchody (I., II., III. stupeň) nebo pozůstalostní důchody (vdovský, vdovecký či sirotčí).

Valorizují se i důchody, které neplatí ČSSZ, ale Ministerstvo obrany nebo vnitra. Týká se to penzí pro vojáky, policisty, hasiče a podobně.

### Zvýšení důchodů

- Pokud je vám 85 let a více, zvýší se váš důchod o **1 000 Kč měsíčně**.
- Pokud je vám 100 let a více, zvýší se váš důchod o **2 000 Kč měsíčně**.

*Pavčina Stašová, sociální pracovnice*

## Tož to je jízda!

Na Valachoch sa říká: „Řeč má být krátká a klobása dlhúhá!“ A takto to vypadá, když si toto přísloví vezmú k srdci dva bodří ogaři Mirek (80) a František (94)..., a pustí sa v nedělu do výroby domácích klobásek. Celý Domov voní... Neskuteční borci! **-mž-**



Čtvrtletní zpravodaj Domova Hortenzie, příspěvkové organizace Moravskoslezského kraje, Frenštát pod Radhoštěm. **Redakce:** Mgr. Kristýna Ambrožová, Mgr. Eva Lhoťanová, Mgr. Marian Žárský. **Kontakt:** zarsky@domovhortenzie.cz. **Grafika:** Mgr. Kateřina Kučová. **Tisk:** Lupress s.r.o. Vychází v polovině března, června, září a prosince v nákladu 300 výtisků.