

Foto: Hana Majerová

**„Bud' sám tou změnou,  
kterou chceš vidět ve světě.“**

*Mahátma Gándhí,  
1869–1948*



Foto: Zuzana Kalinová



„Poděkujme jako děti za jablko  
za vše co bývalo, znovu kdysi bude  
za to že věrná po dni přicházela noc  
za zarputilé ráno

Poděkujme jako děti za jablko  
bez výčitek, bez pokorné pýchy  
poděkujme jako děti za jablko  
že nás měl čas  
jak rybář rybu v síti“

*Jiří Pavlica, Hradištan,  
z písně „Poděkování“*

## SLOVO ŘEDITELE



Vážení čtenáři,

právě jste otevřeli prosincové vydání zpravodaje Domova Hortenzie. Náš zpravodaj vychází čtyřikrát do roka a jeho obsah průběžně mapuje život a aktivity v našem Domově. Na jeho stránkách se můžete začíst do vyprávění našich obyvatel a také se sezná-

mit s naší prací, která je velmi náročná, ale krásná. Je to totiž jedna z mála prací, která má smysl už tím, že je.

Právě konec roku je obdobím bilancování, kdy si vedle sebe řadíme úspěchy a neúspěchy, ztráty a nálezy, a nakonec i radost a bolest, kterou nám život za uplynulý rok přinesl. V dnešní nejisté době se o to více ukazuje, jak důležité jsou především mezilidské vztahy, jakou hodnotu má pohoda a porozumění, pevné rodinné zázemí a úcta člověka k člověku. Naprostá většina našich uživatelů si u nás v Domově Hortenzie nejvíce cení jediné jediné věci. A to přítomného času, který jim věnuje druhý člověk. Snad pro onu nezvratnou skutečnost, že si uvědomují, že toho času už mnoho nemají.

O to více je každá chvíle, kterou strávíme se svými drahými, každé laskavé slovo, každý úsměv tím nejkrásnějším, co můžeme druhému člověku dát. A je jedno, jestli tím člověkem je babička, vaše dítě nebo jen kolemjdoucí neznámý člověk. Nikdo z nás totiž neví, jak dlouho se bude moci na druhé usmívat. A proto úsměvem a laskavostí nešetřeme. Pro mě osobně je prožívání přítomného času s našimi klienty velkou lekcí pokory a jsem za ni vděčný. Pomáhá mi totiž uvědomit si to, co je skutečně důležité a jaké mám v životě štěstí.

Přeji vám všem krásné prožití vánočních svátků v kruhu lidí, kteří vás mají rádi, a ať je pro vás rok 2025 plný úsměvů.

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



## Vánoce v Hortenzii: Tři betlémy, tři příběhy

**Vánoce v Domově Hortenzie ve Frenštátě pod Radhoštěm letos ožívají třemi betlémy, které přináší sváteční kouzlo a připomínají vánoční tradice.**

Betlémy, zrozené v 13. století v Itálii díky svatému Františkovi z Assisi, se od té doby staly symbolem Vánoc a uměleckým vyjádřením příběhu narození Ježíše Krista. Letos máme v Domově tyto tři:

- 1. Největší betlém** – vyřezávaný, před hlavní budovou, je skutečným uměleckým dílem, které upoutá svou detailní řezbářskou prací. Přináší sváteční atmosféru a pozvání k rozjímání. Slavnostní „Rozsvícení betlému Domova Hortenzie“ se konalo ve středu 27. listopadu 2024 za účasti početných hostů několika generací a pěveckého sboru Senzaband.
- 2. Nejstarší betlém** – vyřezávaný, pod vánočním stroměčkem v jídelně, je nejpočetnější a nese stopy dlouhé historie. Každá postavička vypráví svůj příběh.
- 3. Nejnovější betlém** – perníkový, umístěný ve třetím patře, upekla dcera jedné z klientek. Spojuje vánoční pekařské zvyklosti a rodinnou atmosféru.

-red-



## Je to prosté, stavba roste!

Domov se zvláštním režimem Hortenzie, o němž jsme vás rozsáhle informovali v minulých číslech zpravodaje, má být dokončen v září roku 2025. Stavbu pečlivě kontrolujeme a jsme rádi, že vše probíhá dle plánů.



## Na kongresu bazální stimulace

Zúčastnili jsme se IX. Česko-slovenského kongresu bazální stimulace v Ostravici, který přinesl inspirativní setkání odborníků z domova i ze zahraničí. Získané poznatky plánujeme využít k rozvoji péče o naše klienty a dokončení certifikace našeho pracoviště v této metodě.



## Opět jsme nastrojili vánoční stromek v Havlíčkově ulici



## Nové elektrospotřebiče pro naše klienty

Dobrá zpráva: Dokončujeme vybavování pokojů našich klientů novými ledničkami, televizemi, lampičkami a rychlovarnými konvicemi. Díky spolupráci s Moravskoslezským krajem vyřešíme problémy s nevyhovujícími spotřebiči klientů, zajistíme bezpečný provoz a snadnější servis.



## Svatomartinské odpoledne a Slavnost otevírající zimu

**Tradičně, jako každý rok, nás přišel navštívit svatý Martin – patron Frenštátu pod Radhoštěm.**

Spolu s místostarostou města Zbyňkem Vágnerem prošel všechny pokoje Domova Hortenzie, aby jeho obyvatelům podal ruku, obdaroval je tolarem císaře Rudolfa II. a potěšil vlídným slovem. Po skvělém svátečním obědu, huse se zelím a knedlíkem, byla připravena Slavnost otevírající zimu s hudebním doprovodem Ládi Kokeše a Zbyňka Ternera.

## Ať zazáří betlémské světlo

Pod tímto názvem jsme si 3. prosince 2024 nadělili skutečně nádherný hudební dárek, vystoupení skvělého klavíristy a zpěváka Jiřího Kryštofa Najvara.



## Už 35 let spolu!

Společně s paní Libuší jsme 28. října 2024 oslavili výročí 35 let od jejího nastěhování do Domova Hortenzie. Přišli poblahopřát všichni dlouholetí zaměstnanci i vedení Domova. Oslava byla připravena formou slavnostního stolu s dortem, občerstvením i šampusem. Paní Libuše byla velmi potěšená, dojata a poctěná, že jsme si na její výročí zde v Domově vzpomněli.



## Oslava Dne seniorů s Kristýnou Šebkovou a Hvězdami, které nehasnou



U příležitosti Dne seniorů v Domově Hortenzie vystoupila brněnská herečka a zpěvačka Kristýna Šebková. V podání této interpretky s nezaměnitelným silným hlasem zazněly největší hity českých, ale také zahraničních zpěvaček, kterými byly a stále jsou Edith Piaf, Barbara Streisand, Helena Vondráčková, Lara Fabian, Marie Rottrová, Hana Zagorová či Marta Kubišová. Nechyběly ani písně od nezapomenutelné skupiny ABBA. Celý zážitek podpořil brilantní zvuk doplněný o upřímný projev plný humoru a životních příběhů.

## Dušičkový čas

U příležitosti listopadové Památky zesnulých jsme na přání klientů navštívili místní hřbitov a zapálili svíčky jako tiché vzpomínky na jejich blízké. Naši klienti velmi ocenili, že jsme jim tuto návštěvu umožnili.



## Od prosince do února

**Sníh pokrýl krajinu, je třpytivá a klidná, ovšem i mrazivá... Poslední měsíc roku je pro mnohé nejkrásnějším časem, protože se těší na vánoční svátky.**

Své kouzlo má i předvánoční, adventní období. Na **svatou Barboru (4. 12.)** se dávají do vázy nařezané třešňové větvičky, takzvané barborky. Pokud na Štědrý den rozkvetou, znamená to pro dívky štěstí, lásku a do roka i svatbu. V předvečer svého svátku, připadajícího na **6. 12.**, kráčí ztemnělými ulicemi bělovousý dobrotivý **Mikuláš**, doprovázený andělem a čertem. Děti, které po celý rok nezlobily, mohou očekávat bohatou nadílku.

Po svátku **Lucie (13. 12.)** už brzy přijdou **Adam a Eva (24. 12.)** a s nimi **Štědrý večer** – plný radosti, veselosti, štědrosti, rodinné pohody a štěstí, ale i trochy nostalgie a vzpomínek u rozsvíceného stromečku s dárky. Každá rodina má své štědrovečerní zvyky a pokrmy. Významným vánočním svátkem je **Štěpán (26. 12.)**, den koledování, obcházení příbuzných a přátel. Bujarý je pak poslední prosincový den, Silvestr, spojený s půlnočním přípitkem a přáním dobrého příštího roku.

Na začátku ledna visí sluníčko nad obzorem opravdu jen o maličký kousek výš než o zimním slunovratu. Na **Tři krále (6. 1.)** je to už ale o něco lepší. V tento den se tradičně odstrojuje vánoční stromeček a můžeme pomalu vyhlížet jaro. Třeskutá lednová zima je však v pořádku. Říká se totiž, že když krtek ryje v lednu, končí zima až v květnu. A to si určitě nepřejeme.

Další pranostika, vztahující se k budoucí úrodě, zní: „**Únor bílý, pole sílí.**“ Třetí zimní měsíc bývá ve znamení lyžařského sportu či sněhové architektury. Připomeňme si třeba každoročně hojně navštěvované **Ledové sochy** na Pustevnách. K únoru patří i **masopustní průvody** s medvědem, kobyloou, kominíkem, smrtkou, spoustou řemeslníků a hudebníků. V tyto dny se zvesela hoduje a tancuje. **Popeleční středa** pak zahajuje **předvelikonoční půst**.

Nejznámější únorové svátky jsou **Hromnice (2. 2.)**, **Blažej (3. 2.)**, **Dorota (6. 2.)**, láskyplný **Valentýn (14. 2.)** a **Matěj (24. 2.)**, neodmyslitelně spojený s pražskou **Matějskou poutí**. Název měsíce souvisí se slovem „nořit“, protože se noří, pukají a lámou ledy. Je jediným přestupným měsícem, takže jednou za čtyři roky v kalendáři objevíme datum 29. února. Naposledy to bylo v roce 2024.

**Eva Lhoťanová**

*(Zdroj: Pranostiky. Rokem krok za krokem, Z. Kovaříková a V. Lyčková, Albatros, 2006)*



# Hodnocení kvality služby prostřednictvím veřejného závazku

**Blížící se konec roku přináší pro vedení organizace prostor, v němž je potřeba se zamyslet na tím, zdali jsme v daném roce naplnili to, co jsme si naplánovali.**

Povinnost k hodnocení a plánování služby ukládá standard kvality sociální služby č. 15 – Hodnocení kvality služby. Kritéria tohoto standardu žádají, aby poskytovatel služby hodnotil, zda je způsob poskytování sociální služby v souladu s definovaným posláním, cíli a zásadami sociální služby a osobními cíli jednotlivých osob. Poslání, cíle a zásady služby jsou součástí standardu kvality sociální služby číslo jedna.

Každoročně v lednu se stanovují nové cíle organizace pro následující rok, které navazují na níže uvedené obecné cíle organizace. Obecné cíle vyjadřují tematicky směřování organizace. Stanovení dílčích cílů pomáhá organizaci v kvalitním řízení sociální služby a jejím rozvoji. Cíle jsou stanovovány pro rozvoj kvality poskytované služby v oblastech ubytování, stravování, sociální péče, ošetrovatelské péče, vzdělávání pracovníků, technického a materiálního zázemí a podobně. Doba splnění cílů je zpravidla 1 rok a podle charakteru cíle je stanoven kratší či delší termín pro jeho splnění. V měsíci lednu každého roku se vždy hodnotí, nakolik se podařilo splnit cíle stanovené pro předchozí rok.

Níže vám předkládáme znění poslání, obecných cílů a zásad organizace.

## POSLÁNÍ

Posláním Domova Hortenzie ve Frenštátě pod Radhoštěm je poskytovat bytovou sociální službu seniorům se sníženou soběstačností zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.

## CÍLE

**Cílem** Domova Hortenzie je zajištění celodenní služby uživatelům tak, aby byli individuálně podporováni v soběstačnosti, a aby jim bylo zabezpečeno důstojné, bezpečné a klidné prostředí v prostorách Domova.

## Obecné cíle

1. Domov mezigeneračního setkávání
2. Domov plný života
3. Domov přátelský k dobrovolníkům
4. Domov přátelský k veřejnosti
5. Domov pro běžný život
6. Domov kvalitních služeb
7. Domov bezpečný
8. Domov zabezpečující spektrum služeb pro seniory

## ZÁSADY

Domov Hortenzie má stanoveny zásady poskytované služby s ohledem na cílovou skupinu uživatelů domova pro seniory.

## Heslo: „S radostí“

- **1. S – Spolehlivost:** Pomáháme uživatelům s tím, s čím potřebují. Neslibujeme to, co není možné splnit.
- **2. R – Rodina:** Usilujeme o dobrou spolupráci s rodinou a jinými blízkými osobami, podporujeme tímto jejich vzájemné vazby a ceníme si informací od nich poskytnutých.
- **3. A – Asistence:** Snažíme se být pružní a přizpůsobit se aktuálním potřebám uživatelů.
- **4. D – Doprovázení:** Zásada Doprovázení je zcela zaměřena na poskytování paliativní péče. Pracovníci Domova se snaží po celou dobu pobytu uživatele, aby jeho život v Domově byl příjemný, jeho aktivity smysluplné a pomoc a podpora laskavá, individualizovaná a odborná. Stejně tak pracovníci Domova svou činností a přístupem usilují o to, aby i závěr života seniora byl důstojný a citlivý.
- **5. O – Ohleduplnost:** Přistupujeme k uživatelům s úctou a bez předsudků. Uživatelům poskytujeme prostor pro jejich vyjádření.



- **6. S – Spolupráce:** Spolupráci při péči o uživatele vnímáme jako stěžejní základ pro kvalitní péči, neboť nejen rodina, ale i kolegové a jiné osoby či další odborníci mohou svým dílem přispět ke komplexní pomoci.
- **7. T – Týmová spolupráce:** V péči o uživatele je pro nás důležitý názor každého odborného pracovníka – pečovatelky, sociální pracovníce, zdravotní sestry, lékaře a jiných. Důležité jsou pro nás také informace od dalších osob, které znají uživatele.
- **8. Í – Invence:** Tvořivost, kreativita a nápaditost je podstatná nejen v oblasti pečovatelské činnosti, ale také v oblasti podpory prožívání volného času uživatelů. Invence při aktivizacích je významná proto, aby běžné dny uživatelů nezůstaly jen všední a obyčejné.

*Kristýna Ambrožová,  
vedoucí sociálního úseku*

## VĚRA BAČOVÁ: Čtyři desetiletí trpělivosti a ochoty pomáhat

**Nedávno uplynulo 40 let od chvíle, kdy paní Věra nastoupila do Domova Hortenzie. Za tu dobu se stala nepostradatelnou součástí týmu i milovanou kolegyní. Přináší radost všem kolem sebe – ať ji potkáte na recepci, v šicí dílně nebo prádelně. Tým Domova jí poděkoval za obětavou práci a dobré srdce. A my si nyní zrekapitulujeme tuto úctyhodnou profesní éru.**

### ■ Paní Bačová, vzpomenete si ještě na den svého nástupu?

To vím přesně, bylo to 1. listopadu 1984. Ve věku 23 let jsem se zde ujala úklidu pánského oddělení. Časem jsem začala působit i v prádelně a jako švadlena, což bylo v souladu s mým vyučením. Potom k tomu přibyla recepce, a tak je to dodnes.

### ■ Jak vypadá váš běžný pracovní den v recepci nebo u šití?

Na recepci se střídáme dvě, vždy po týdnu. Především zapisujeme návštěvy a sledujeme EPS, tedy hlídáme čidla požáru. Taky klientům vaříme kávu, naléváme vodu, vysvětlujeme cestu příchozím, krmíme rybičky...

V rámci svého „šicího“ týdne klientům i personálu opravuji oděvy. Nově příchozím je označuji, a to tak, že na ně nažehluji etikety se jménem, vytištěné z počítače, nebo je přišívám. Dříve se k označování oděvů používala čísla – vytištěná či napsaná na stužkách. Baví mě ta pestrost činností – týden jsem mezi lidmi a pak to mám klidnější.

### ■ Důležitým tématem je v domově pro seniory také praní. Jak se vyvíjelo od 80. let až po současnost?

Na začátku se v prádelně Domova používaly bubnové pračky, ždímačky a dřevěné sušáky na plyn. Byla to velká dřina, pracovali jsme v gumákách a zástěrách. S prádlem se neustále manipulovalo – od namáčení přes pračku, ždímačku a sušák až po skříň.

Dnešní automatické pračky s dávkovači a elektrické sušičky výrazně usnadnily práci, i když část prádla se stále suší tradičně. Přesto zůstává práce v prádelně náročná.

### ■ Jaké změny pozorujete v provozu Domova Hortenzie celkově?

Změny jsou samozřejmě velké. Dříve se více přijímali chodící, aktivnější lidé. Klientky před polednem oblékly zástěry, nastoupily do kuchyně, jídelny nebo i skleníku a pomáhaly. Vše bylo volnější. Dnes je denní režim klientů sešněrovan množstvím předpisů. Ale má to své opodstatnění, protože jsou tu přijímáni klienti v celkově horším zdravotním stavu.

Mně v současnosti šéfuje pan Gerlich, s nímž byl rozhovor v minulém zpravodaji. Za svou dlouhou praxi v Domově Hortenzie jsem vystřídala 7 ředitelů: byla to paní Dobiášová, paní Holubová, paní Hrachová, paní Hrubanová, pan Šula, pan Absolon a nyní pan Žárský.

Pozitivně vnímám, že dnes je tu vše mnohem akčnější. I když pečovatelky jsou více zatíženy, klienti to velmi oceňují a jejich spokojenost nás těší.



### ■ Jak se staráte o svou kondici a vyrovnanost při náročných práci s lidmi?

Po celou dobu v Domově Hortenzie jsou mou výhodou denní směny. I tak to nebývalo snadné. Třeba o prázdninách jsem někdy brala do práce syna, který si tu hrál na zahradě. Během života jsem měla třikrát nachystanou výpověď, protože na mě přišla „ponorka“, ale vždy jsem ji vzala zpět. A myslím, že zde vytrvám až do penze. Asi i přetáhnu.

Bydlím tady ve Frenštátě pod Radhoštěm, i když na jiném konci. Od jara do podzimu jezďím do práce na kole a potom chodím pěšky. Takže jsem v kondici. Práce mezi lidmi se mi líbí – mám je ráda.

*Děkuji a přeji, ať vám následující roky přinesou jen to nejlepší!*  
**Eva Lhoťanová**



## KVĚTOSLAVA TICHÁ: Moudrost a síla v každém věku

**Paní Květoslava Tichá ve věku 91 let sdílí své vzpomínky a životní zkušenosti. Od dětství v Ostravě přes válečné časy až po klidný čas v Domově Hortenzie. Její příběh je plný vzestupů i pádů, lásky i ztrát.**

### ■ Paní Tichá, vyprávějte nám o svém dětství.

Narodila jsem se v roce 1933 v Ostravě jako jediné dítě svých rodičů. Tatínek byl vyučený kloboučník. Po válce měl firmu, ale jen do znárodnění roku 1948. Potom pracoval na šachtě u výtahu. Nebyli jsme bohatí, ale i ve válce bylo vždy alespoň na chleba s marmeládou. Bydleli jsme blízko náměstí v hodně starém domě, v Pivovarské ulici, kde jsem zažila i bombardování. Jako dítě jsem ale v bezpečí u svých rodičů neprožívala stres. Dnes už tento dům nestojí, na tom místě je parkoviště.

### ■ Kde a jak jste se připravovala pro budoucí život?

Maminka mě hodně brzy dala na gymnázium, ale bylo náročné, takže po primě jsem ho nechala a šla se učit modistkou. Učanky musely dělat vše, ale zvládla jsem to a za tři roky se vyučila. Ovšem únor 1948 zhatil tatínkovy plány na naši spolupráci ve firmě. Sodhodláním se pustil do těžké práce na šachtě, i když měl drobnější postavu.

### ■ Kde jste profesně zakotvila vy?

Působila jsem na nádraží Ostrava-střed, v telefonní ústředně a u telegrafu. Chodily tam zprávy z ostravských hutí. V roce 1952 jsem se vdala, manžel Rudolf byl o 12 let starší. Pracoval v Nové huti – NHKG. Ovládal svařování olovem, a tím živil rodinu. Syn Rudolf se narodil v roce 1952 a dcera Vladimíra v roce 1955.

### ■ A co bylo dál?

Vedli jsme klasický rodinný život. Když děti povyrostly, nastoupila jsem na Krajské ředitelství pošt. Všechno se tehdy počítalo z hlavy, ještě před kalkulačkami, natož počítači. Svě povolání modistky jsem nemohla využít, protože v 50. letech se klobouky nenosily, jen šátky uvázané pod bradou. Ale bavilo mě šití a pletení, takže jsem vytvářela oblečení dětem.

Bohužel náš syn ve 33 letech zemřel po těžké nemoci. Když odcházel, řekl nám rodičům: „Děkuji vám za všechno, co jste pro mě udělali.“ Byla jsem velmi dojatá z toho, jak si vážil dobré rodiny a pěkné práce. S osudem jsme se však museli smířit. Čas plynul, na věčnost odešel také manžel, a já jsem žila blízko své dcery v Ostravě.



### ■ Co vás vedlo k rozhodnutí přesídlit do Frenštátu pod Radhoštěm?

Po nějakých zdravotních problémech jsem si uvědomila, že nechci být na dceři závislá. Proto jsem od ledna 2024 zde v Domově Hortenzie. Tento životní krok jsem si „zrežirovala“ sama. Vladka na můj popud obešla domovy pro seniory v širokém okolí a tento zvítězil. Paní vedoucí ji všude provedla. „Mami, tam se ti bude líbit,“ řekla mi. Tak jsem se přihlásila a po sedmi měsících se zde uvolnilo místo. V Trojanovicích máme chatu, takže dcera je každý týden u mě.

### ■ Jak se vám tu žije?

Zkoušela jsem i jednolůžkový pokoj, ale do čtyř dnů jsem byla s vděčností zpět na svém původním lůžku. Nechci být sama a se spolubydlíci si vždy porozumím. Baví mě tu jídelna à la kavárna, hudba a zábava. Ráda si dám víno se zákuskem. Zúčastnila jsem se výletů na Ondřejník a Javorník. Počasí bylo hezké, ale z Javorníku jsme viděli víc. Zaklepávám, že zdravotní mi zatím slouží.

### ■ Rodina vám také dělá radost?

Od syna mám vnučku a od dcery vnuka, vnučku a už i pravnučku. Dcera byla provdaná do Polska, ale po rozvodu se s oběma dětmi vrátila, čemuž jsem ráda. Vnučka bydlí v mém bývalém bytě a je tam spokojená. Dobře jsem se rozhodla. Dcera má svůj život a máme nejlepší vztahy. Sice jsem v jiném domově pro seniory nebyla, ale jsem přesvědčena, že tento je nejlepší!

*Moc vám děkuji za milé povídání  
a přeji pokojné vánoční svátky.*

**Eva Lhoťanová**

## Nové polohovací pomůcky k prevenci proleženin

**V domově pro seniory se staráme o pohodlí našich klientů. Proto jsme nově pořídili polohovací pomůcky, které pomáhají předcházet vzniku proleženin u těch, kteří jsou dlouhodobě upoutáni na lůžko.**

Hlavní příčinou vzniku proleženin je stlačení měkkých tkání mezi kostí a tvrdou neprodyšnou podložkou, kdy dochází k nedostatečnému prokrvování. Pokožka a svaly jsou pak nedostatečně vyživovány, chybí jim kyslík a postupně nastává odumírání tkáně.

Cílem polohovacích pomůcek je odlehčení zatížených partií, zejména pat, hýždí, loktů a ramen,



kteří jsou náchylné ke vzniku dekubitů a potřebují pravidelnou změnu polohy.

Pomocí polohovacích válců, bloků, klínů, podložek a opěradel mohou pečovatelky imobilní osobu na lůžku snadno zafixovat v jiné poloze a předejít tak vzniku dekubitů.

**Gabriela Dvořáková,**  
vedoucí přímé péče, oddělení B



Individuální plány aktivit



## Multidisciplinární tým: Klíč k vyšší kvalitě péče

**Domov Hortenzie, jakožto poskytovatel pobytové sociální služby, pečlivě plánuje průběh služby. Záměrem tohoto plánování je, aby nevznikl nesoulad mezi tím, co od sociální služby očekává klient, a co nabízí a zajišťuje poskytovatel.**

Proto se pravidelně scházíme v multidisciplinárním týmu, který tvoří vedoucí přímé péče, vedoucí aktivizací, sociální pracovnice, zdravotní sestra a klíčový pracovník.

Společně hodnotíme situace jednotlivých klientů, jejich potřeby, možnosti, požadavky, přání a osobní cíle. Každý ze členů týmu přináší cenné informace, které jsou zapracovány do individuálních plánů klientů. Zabýváme se také tématy jako nutriční péče, paliativní péče, bazální stimulace nebo validační přístup.

Výsledkem je jedinečný individuální plán klienta, který zajišťuje poskytování služby na míru.

**Kristýna Machová,**  
sociální pracovnice



## Vydařený výlet na Velký Javorník

Mezinárodní den seniorů, 1. října 2024, jsme oslavili ve velkém a opravdu aktivně. Jak? No přece parádním výletem na Velký Javorník s nadmořskou výškou 918 metrů. Věk je jen číslo!



## Vystoupení pěveckého souboru Šátek z Tiché



V pohankovém mlýně  
Šmajstrla jsme zjistili,  
jak pohanková strava  
pomáhá předcházet  
civilizačním  
chorobám



## Saxofon Radima Nováka



## Mobilním zahrádkám se daří



## Záříjové Vinobraní s cimbálovou muzikou Poštár



## Z našich podzimních přání k narozeninám



**Paní Květoslava, 91 let**



**Paní Marie, 86 let**



**Paní Miroslava, 85 let**



**Paní Jana, 78 let**

## Vystoupení pěveckého sboru Garrendo

Listopadový koncert pěveckého sboru Garrendo z Gymnázia a Střední průmyslové školy elektrotechniky a informatiky byl pro nás všechny skutečným pohlázením. Mladé hlasy přinesly radost, svěžest a posílily mezigenerační propojení.





## Duchovní posila - mše svatě

V Domově Hortenzie se pravidelně konají mše svatě, které přinášejí chvíle zklidnění, duchovní posilu a vzácnou příležitost k obohacujícímu setkání. Děkujeme všem, kteří jsou přítomni v těchto krásných okamžicích.



## Rána plná chutí s již tradičními rautovými snídaněmi



## Zima je tady! Nákupy teplého oblečení



## Společně ve světě společenských her

## Canisterapie: Léčivý dotek psí věrnosti



**Ponořila jsem se do svých dětských vzpomínek a v souvislosti s Vánoce mi vybavilo, co se v naší kunčické chaloupce dělo okolo „zlatého prasátka“ i poté. Ráda se o ně s vámi podělím...**

## Vánoce

(úryvky z kapitoly)

### Zlaté prasátko?

Po celý Štědrý den se měl držet přísný půst, jídlo se vařilo až ke Štědré večeři. Mívali jsme ale na okraji plotny hrnec bílé kávy uvařené s přidávkem cikorky, té jsme se mohly přes den napít. Maminka se smála a říkala, že uvidíme zlaté prasátko, když se budeme postit. Ale když se vytáhly z pekarčáku čerstvé voňavé koláčky, neodolala jsem, a tak to zlaté prasátko jsem nikdy neviděla.

Té práce se strojením stromečku, pečením koláčů, vařením, úklidem a obsluhou dobytka (který pro půst pochopení neměl) bylo tolik, že den rychle utekl a nastal očekávaný Štědrý večer. K Štědré večeři jsme mívali každoročně hrachovou polévku a bílou krupicovou kaši. Ach jo – bílá krupička, to bylo pro mne sváteční jídlo, měla jsem ji moc ráda. Během roku vařila maminka jenom „vrťanku“ = tmavá kaše uvařená ze zrní hrubě

pomletého – povrceného na žernech. Dnes sice vím, že ta tmavá kaše byla zdravější, ale bylo v ní plno slupek ze zrní a měla docela jinou chuť než bílá krupice, moc ráda jsem ji neměla.

O tom, že v některých rodinách mají k Štědré večeři kapra, o tom se u nás doma jenom povídalo. Ale mi to nevadilo, nikomu jsem kapra nezavíděla. Později, až se nám trochu lépe dařilo, jsme si též kapra koupili, ale to už jsem měla asi 16 let. Maminka mívala někdy chuť na omáčku ze sušených švestek nebo z povidel, asi že ji vařivala některá její paní, u které za svobodna sloužila. Aby taková omáčka byla opravdu dobrá, měly se do ní přidat mandle a jiné drahé přísady, ale mamince chutnala i v docela prostém provedení.

### Stolování

Se stolováním se u nás nikdy velkých cavyků nenadělalo, tím spíše v době vánoční. Na stole trůnil stromeček,

a tak se tetince k lůžku přistavil stolek (obyčejná židle s opěrátkem) a na něj se dalo jídlo pro všechny. Jídávali jsme buď ze společné mísy, ale často též z jednoho talíře, do kterého se třeba několikrát jídla přidalo, aby se všichni najedli. Tetinka si hověla v lůžku, jedla z lůžka a my ostatní – tatínek a tři děti jsme posedali nebo poklekali dokola kolem židle.

...

Po Štědré večeři zpíval tatínek s tetinkou koledy. Maminka vždycky říkala, že zpívat neumí a já jsem se hrozně styděla a nevydala jsem ze sebe ani hlásek. Dárčky nám Ježíšek nenosil, náš Ježíšek byl chudobný, ale to jsem brala jako samozřejmost a vůbec mi to nevadilo. Vždyť to bylo všechno krásné i tak. Pěkně to nedávno vyjádřila lidová básnířka paní Pituchová: „Vánoce – ty vždycky voněly čtyrynkú, byli jsme bohatí, měli jsme maminku!“

**Marie Konvičková**



# Legislativní okénko

## Co je valorizace důchodů?

Valorizace důchodů je zákonné navýšení všech státem vyplácených důchodů (starobní, invalidní, vdovský/vdovecký, sirotčí). Výše valorizace závisí na inflaci v období před valorizací a růstu mezd.

## Kdy se důchody valorizují?

Důchody se standardně valorizují k 1. lednu a v případě inflace vyšší než 5 % i v mimořádných termínech (5 měsíců po měsíci, v němž byla poprvé překročena výše 5% inflace).

## Valorizace důchodů od ledna 2025

- zvýšení základní výměry o **260 Kč** na 4 660 Kč, která je pro všechny příjemce důchodu stejná,
- **procentní výměra** se zvyšuje o **0,6 %**,
- důchod od ledna 2025 vzroste v průměru o 358 Kč,
- průměrný důchod bude činit 21 059 Kč.

## Valorizační doplatek pouze v lednu 2025

Vzhledem k tomu, že zvýšení důchodů náleží podle zákona již od 1. 1. 2025, obdrží klienti také tzv. valorizační doplatek, a to za období od 1. 1. 2025 do dne předcházejícího dni lednové splatnosti jejich důchodu. Například výplatní termín důchodu je 15. den v měsíci, valorizační doplatek bude za 14 dní (1. 1. 2024–14. 1. 2024). Doplatek bude vyplacen ve stejném termínu a stejným způsobem jako navýšený důchod.

## Zvláštní příspěvek k důchodu

Zvláštní příspěvek náleží jako odměna lidem ve starobním a invalidním důchodu, kteří se účastnili národního boje za vznik a osvobození Československa v letech 1939 až 1945 a rovněž náleží některým pozůstalým po těchto osobách, tedy vdovám a vdovcům. Dále se jedná o poskytování příplatku k důchodu ke zmírnění některých křivd způsobených komunistickým režimem v oblasti sociální.

Zvláštní příspěvek je opakovanou měsíční dávkou a vyplácí se zároveň s důchodem. Zvláštní příspěvek byl zaveden již v roce 2005.

Konkrétně mají na zvláštní příspěvek při splněných podmínkách nárok tyto osoby:

- účastníci odboje z období 2. světové války
- účastníci povstání v květnu 1945
- osoby soudně rehabilitované
- osoby mimosoudně rehabilitované
- vdovy a vdovci

## Zvýšení zvláštního příspěvku od ledna 2025

- pro osoby ve starobním a invalidním důchodu zvýšení o **169 Kč** na 2 985 Kč měsíčně
- pro vdovy a vdovce zvýšení o **85 Kč** na 1 493 Kč měsíčně

## Zvýšení tzv. výchovného od ledna 2025

- poprvé od jeho zavedení dojde také k navýšení tzv. **výchovného**, které bude za jedno vychované dítě náležet ve výši **503 Kč**

## Zvýšení důchodů spojené s věkem

- 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.

## Valorizační oznámení (důchodový výměr)

Všem příjemcům důchodu (bez ohledu na to, zda dostávají důchod bezhotovostně na účet, nebo v hotovosti prostřednictvím České pošty) bude ČSSZ posílat **oznámení o zvýšení důchodu**, a to v období **od poloviny prosince 2024 do poloviny ledna 2025**, nejpozději ve výplatní den jejich důchodu.

Většina důchodců obdrží valorizační oznámení běžnou listovní zásilkou na svou adresu evidovanou ČSSZ. Majitelům **datových schránek pro fyzické osoby** bude valorizační oznámení zasláno jako příloha datové zprávy.

*Pavína Stašová, sociální pracovnice*



## Prosinec 2024

- 3. 12. Vystoupení klavíristy Jiřího Najvara
- Přednáška Jiřího Kráčalíka: „Kavkaz“
- 4. 12. Setkání obyvatel s vedením Domova
- 5. 12. Mikulášská družina s dětmi z MŠ Montevláček
- 6. 12. Mše svatá
- 9. 12. Adventní saxofon Radima Nováka
- 11. 12. Česko zpívá koledy
- 12. 12. Harmonika pana Piskoře
- 13. 12. Snídaně formou švédských stolů
- 17. 12. Vystoupení základní školy Tyršova
- 18. 12. Výbor obyvatel s vedením Domova
- 19. 12. Vánoční setkání s hudebním doprovodem DUO HARMONY
- 20. 12. Vánoční mše svatá
- 23. 12. Vánoční harmonika pana Piskoře
- 27. 12. Předsilvestrovské posezení s hudbou: DUO LENKA A JARDA
- 31. 12. Silvestrovské Bingo

## Leden 2025

- 9. 1. Silvestrovské Bingo

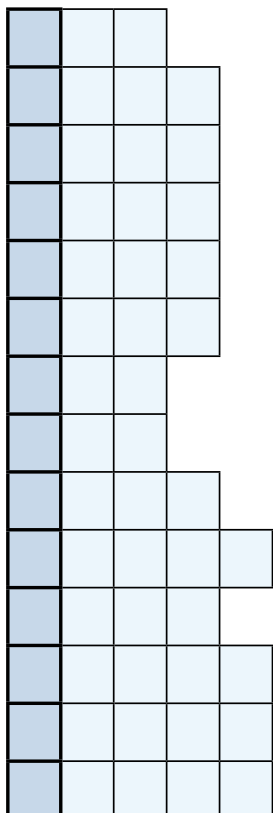
## Únor 2025

- 20. 2. Květinový ples



*Kristýna Brabčová, vedoucí aktivizací*

## Užijte si radost z hádanky:



1. 12měsíční úsek
2. Korálový ostrov
3. Přikrývka
4. Otvor ve zdi
5. Jídelní nábytek
6. Partnerka strýce
7. Část dne, kdy je tma
8. Dlouhé dějinné období
9. Reakce na dobrý vtíp
10. Živočich spjatý s medem
11. Jméno Kainova bratra
12. Pohyb těla v rytmu hudby
13. Domácí zvíře s ostrými drápkami
14. Platforma pro sdílení videí



## Máme nový POCT analyzátor

**Pro větší pohodlí klientů a v rámci zkvalitňování ošetrovatelské péče jsme zakoupili pro zdravotní úsek POCT analyzátor nové generace, založený na principu fluorescenční imunoanalýzy (FIA).**

Tento přístroj slouží k vyšetření biologických materiálů. V současné době je z nich možné stanovit až 30 různých parametrů. Primárně využíváme vyšetření CRP u klienta, které nám přesně ukáže, zda je pro správnou léčbu nutné nasadit antibiotika.

Přístroj STANDARD F200 byl vyvinut pro snadné a přesné měření mnoha parametrů přímo v zařízeních, jako je například náš Domov Hortenzie. Rychlé, vysoce přesné a spolehlivé výsledky usnadňují určení správné diagnózy a zvyšují kvalitu péče o klienta.

Kompaktní design přístroje STANDARD F200 umožňuje jednoduchou a pohodlnou práci. Analyzátor disponuje uživatelsky přátelským rozhraním s dotykovou obrazovkou a integrovanou tiskárnou.

Analyzátor STANDARD F200 rozpoznává automaticky vloženou destičku pomocí 2D čárového kódu. Přístroj rovněž naskenuje a zobrazí identifikaci pacienta na obrazovce, čímž je zajištěna dvojí kontrola označeného vzorku.

**Pavla Bednaříková,**  
vedoucí zdravotního úseku

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.