

4/2024

říjen–prosinec

vydává *Spokojený domov, o. p. s.*



Křest charitativního kalendáře pro Ludmilu: Když se setkávají generace – strana 8



**Václav Knop
dostal Oscara**
strana 2



**Přispějte
Spokojenému
domovu na nové
auto**
strana 6



**Koně přinášejí
seniorům klid
a pohodu**
strana 9



**Spolek zve na další
výlety**
strana 14

Spokojený domov si užil oslavu výročí. Václav Knop na ní dostal Oscara

V pátek 20. září 2024 to bylo přesně 20 let ode dne, kdy byl do tehdejší evidence občanských sdružení zapsán Spokojený domov, organizace pečující o seniory a handicapované přímo u nich doma. A právě v tento den se na zahradě Domu Ludmila ve Veselé uskutečnila oslava s mnoha významnými hosty. Herec Václav Knop dokonce při této příležitosti získal Oscara!

Odpolednem provázela moderátorka Klára Marešová a hlavním kulturním bodem programu bylo vystoupení zpěváka Jakuba Kazdy. Ač ho omezuje zrakové i pohybové postižení, dokáže dělat radost lidem okolo sebe svým zpěvem. Odpolednem zněl široký repertoár písní, od Jiřího Suchého přes Karla Zicha, Petra Hapku, Jaroslava Uhlíře až třeba po Franka Sinatru či Leonarda Cohena.

Významným hostem byl Václav Knop, legendární tělocvikář Jonáš z Hospody, hlas z nádražních rozhlasů, herec z mnoha filmů i divadelních představení, ale především spolehlivý profesionál a vtipný společník. Od roku 2013 je oficiálním patronem Spokojeného domova. Protože ho pár dní po oslavě čekaly rovněž významné narozeniny, Spokojený domov pro něj připravil překvapení v podobě sošky Oscara, kterou vyráběli klienti spřátelené organizace Fokus Mladá Boleslav.

Na oslavu zavítal i herec a loutkoherc Štěpán Tuček, tvář Domu Ludmila. Pográtulovat přišli také poslanec Ondřej Lochman, radní Mnichova Hradiště a předsedkyně komise pro rodinu a sociální záležitosti Vendula Šeflová, vedoucí odboru sociálních



Foto: Jan Fůšič

věcí a zdravotnictví města Stanislava Picková, vedoucí pečovatelské služby Mnichovo Hradiště Diecézní charity Litoměřice Vladimíra Havránková a další zástupci spolupracujících organizací, současní i bývalí zaměstnanci a samozřejmě veřejnost.

Návštěvníci měli možnost seznámit se s historií Spokojeného domova a zakoupit několik publikací, příležitost zavzpomínat si s bývalými i současnými zaměstnanci a dozvědět se informace o možnosti nominovat aktivní lidi s handicapem na Cenu Jiřího Flekny.

Služby Spokojeného domova, od počátku spjatého se jménem zakladatelky Kamily Sedlákové, se od roku 2005 postupně rozšířily z Mnichova Hradiště a okolí i do Mladé Boleslavi, na Turnovsko, Jičínsko a Železnobrodsko.

Petr Novák



Až do konce roku můžete nominovat aktivní lidi s handicapem na Cenu Jiřího Flekny

Slavnostní předání ceny se uskuteční v sobotu 15. března 2025 od 17 hodin a bude na něj navazovat bál Spokojeného domova.

Znáte v našem okolí někoho se zdravotním postižením, kdo se navzdory svému handicapu výrazně angažuje v umění, sportu či jiných aktivitách, případně pomáhá druhým? Až do 31. prosince ho můžete nominovat na Cenu Jiřího Flekny, kterou pořádá Spokojený domov.

Chcete někoho nominovat? Nebo si už teď zajistit vstupenky na slavnostní večer? Využijte uvedené kontakty.



VÍCE INFORMACÍ:

www.cenajirihoflekny.cz

facebook.com/cenajF

724 700 656



CENA JIŘÍHO FLEKNY

Spokojený domov
péče, která přijede za vámi



Jsmo jedním z hlavních partnerů webu www.proprarodice.cz. Najdete na něm vše, co je třeba k zajištění péče o seniory, a to přehledně a na jednom místě. Důležité formuláře, kontakty na úřady, informace o důchodech, přehled o péči o seniory, volnočasové aktivity a mnoho dalšího.

Lednový koncert v Bakově podpoří Spokojený domov

V lednu 2025 tomu bude přesně 300 let od narození významného skladatele a rodáka z Bakova nad Jizerou Jiřího Ignáce Linka. Spolek Via ad Artem společně s Církví československou husitskou k této příležitosti připravily výroční „Po-tříkrálový koncert“, jehož výtěžek bude věnován Spokojenému domovu. Koncert se koná **v neděli 19. ledna od 16 hodin** ve sboru Prokopa Velikého v Bakově nad Jizerou (Husova 555). Během odpoledne zazní Linkova díla, pastorely s vánoční a tříkrálovou tematikou. Vystoupí zde mimo jiné přední čeští operní sólisté Eliška Minářová, Jana Horáková Levicová a Josef Kovačič, dále třeba varhanice Linda Sítková. **Vstupné je dobrovolné a bude věnováno na podporu našich sociálních služeb**, díky kterým mohou seniory se ztrátou soběstačnosti a lidé s handicapem zůstat doma. Podpořit Spokojený domov budou návštěvníci sboru Prokopa Velikého moci i ještě před samotným koncertem, a to prostřednictvím dobročinného prodeje svařeného vína.

Nadace EPCG podpořila Spokojený domov dvěma novými vozy Škoda Octavia

Nadace EP Corporate Group (EPCG) poskytla ve spolupráci s Auto Jarov na dva roky naší organizaci dva vozy Škoda Octavia. Rozšířila tak vozový park o auta vybavená nejnovějšími technologiemi, které zajišťují bezpečnou a plynulou jízdu, čehož si při své profesi naši pečovatelé velice cení.

Díky kvalitě jsou oba vozy vytiženy a preferovány jak pracovníky, tak i seniory například v případě potřeby jejich dopravy k lékaři, na úřad či na výlet. Domovy našich klientů, kterým pomáhají naši pracovníci, se mnohdy nachází v hůře přístupných lokalitách, a tudíž je velmi vítán i silnější motor, který obě auta mají. Již během prvního měsíce se ujelo na cestách k seniorům – našim klientům oběma vozy okolo tisíce kilometrů.

Automobily nám krásně doplňují mimo jiné i další z Nadace EPCG podpořený projekt výzvy Doma je doma, který realizujeme od února 2024 a díky němuž můžeme poskytnout dostatek potřebné péče seniorům v jejich domácím prostředí.

Milá nadace EP Corporate Group, děkujeme, že jste v tom s námi!

Martina Michalcová



Paliativní péče. Zaměstnanci se školili, jak pomoci v nejtěžších okamžicích

Ve čtvrtek 17. října proběhlo v prostorách zasedací místnosti ve Veselé školení Poskytování paliativní péče v podmínkách sociálních služeb. Téma školení je v domácím prostředí poslední dobou ne právě málo časté, a tak jsme na něj vyslali i významnou část těch pracovníků, kteří jsou u nás zaměstnáni nově a s paliativní péčí ještě nemají zkušenost.

Školení vedla zkušená a do naší organizace se nejen s tímto tématem vracějící Kristýna Bredlerová, která opět dokázala přítomné účastníky zaujmout nejen formou, jakou podala toto nelehké téma, ale také svým lidským a empatickým přístupem. S využitím své bohaté praxe poukázala na aspekty paliativní péče o člověka v terminálním stadiu života s důrazem na psychiku klienta. Poukázala na to, že mnozí z nich jsou rádi, když se i v těch těžších chvílích nevytratí humor (byť třeba i černý).

K dění na školení naše pečovatelka Bára přidává: „Byly nám kladeny obtížné otázky, například: Co bychom dělali, kdyby nám lékař sdělil, že máme pouhých 365 dní života? Máte hodinu na zabalení kufrů a pak vás odvezou do domova důchodců. Jak

byste se cítili? Nad čím byste přemýšleli na smrtelné posteli? Všechny tyto otázky mají neuvěřitelnou hloubku a člověk si najednou uvědomí, jaké občas řeší malichernosti. Pro paliativní uživatele je dle mého názoru velmi důležitý kontakt s druhou osobou (pohlazení, držení za ruku, příjemný a milý přístup).“

Školení je jedním ze čtyř podpořených nadací EP Corporate Group v rámci našeho projektu Podpora kvalitní terénní péče vzděláváním, vol. 2. Děkuje-me.

Martina Michalcová



Dvě pracovnice absolvovaly stáž v hospici

Dvě pracovnice z naší turnovské pobočky se v prvním listopadovém týdnu zúčastnily třídní stáže v Hospici Anežky České v Červeném Kostelci.

Obě si velice pochvalovaly, jak skvěle jim pracovníci hospice umožnili stát se po dobu tří dnů součástí jejich týmu, který doprovází své klienty v terminálním stadiu života. Díky klidné atmosféře a profesionální péči pracovníků hospice mohou klienti prožívat důstojný odchod, což byl velmi užitečný zážitek, který budou pečovatelky rády předávat svým kolegům i pečujícím rodinám.

Tento komplexní zážitek z paliativní péče bude pracovnícím nápomocný v péči o nemocné lidi v tomto stadiu, pokud se rozhodnou dožít v domácím prostředí, kde my jako organizace pečujeme.

Stáže postupně absolvují i pracovníci z našich dalších středisek.

Martina Michalcová



HOSPIC
ANEŽKY
ČESKÉ

Naše pomoc v každodenním životě: Příběh pana Josefa

Pan Josef žije na vesnici nedaleko Mnichova Hradiště se svým věrným psem. Každý den ho navštěvuje jeho rodina. Dříve si zvládal vše zařídit sám – vyzvedával obědy a chodil na procházky se svým čtyřnohým společníkem, ale postupně začal zapomínat. Naše služby mu pomáhají udržet si soběstačnost. Pracovníci mu asistují s přípravou jídla, podáváním léků a doprovází ho na procházkách.

Pan Josef má rád karetní hry a šachy, které hraje s našimi pracovníky. Tyto chvíle přinášejí příjemné zpestření nejen jemu, ale i našemu týmu. Jednou

měsíčně ho navštěvuje sociální pracovníce, která s ním probírá nabízené služby a také si s ním ráda zahraje.

Díky podpoře Nadačního fondu Škoda Auto může pan Josef nadále žít ve svém domově, kde se cítí v bezpečí a s radostí očekává každou návštěvu pracovníků Spokojeného domova.



Pomozte Spokojenému domovu získat nové auto

Klientů přibývá. Tím stoupá nejen potřeba zvýšit počet pracovníků, ale i služebních automobilů. Podpořte naši sbírku na Donio.cz a pomozte nám tak obnovit a rozšířit náš vozový park, abychom mohli nadále umožňovat našim klientům život v jejich přirozeném domácím prostředí.

„Již 9 let pracuji ve Spokojeném domově jako pečovatelka a osobní asistentka. Provádím službu v terénu – navštěvuji naše klienty v jejich vlastních domovech a pomáhám jim se vším, co už sami nezvládnou. S osobní hygienou, podáním jídla, drobným úklidem. Naši klienti jsou převážně senioři, někdy však i mladší osoby s handicapem. Někteří z nich nemohou být již sami doma. V době, kdy rodina je v práci, jejich blízkého ohlídám. Tento čas mu zpříjemním vycházkou, čtením, povídáním,“ říká pečovatelka Mirka.

„Já a moji kolegové navštěvujeme naše klienty nejen ve městě, ale i v malých vesničkách. Proto se neobejdeme bez služebních aut. Bez nich bychom se za našimi klienty nedostali a nemohli bychom tuto práci vykonávat,“ vysvětluje Mirka.



Paní Anna (90 let), která potřebuje k zajištění základních životních potřeb péči 24/7, žije společně se svou dcerou. V době, kdy je dcera v zaměstnání, přebírají péči o paní Annu zaměstnanci Spokojeného domova. V rámci služby má paní Anna díky služebním automobilům možnost vyjet s pečovateli i na výlety, které si moc užívá.

Díky vaší podpoře můžeme i nadále poskytovat tyto důležité služby. Pomozte nám zajistit nový vůz, abychom mohli pomáhat lidem, jako je paní Anna, zůstat co nejdéle ve svém domově.



Starosta Lužan Martin Mitlöhner: Klienti si služby Spokojeného domova

■ Petr Novák

Anketa se starosty tentokrát míří na Jičínsko, ke starostovi Lužan Martinu Mitlöhnerovi.

Čím jste chtěl být jako malý?

Nevzpomínám si, že bych měl nějaké vysněné povolání. Možná jsem chtěl být jako všechny děti hasičem, policistou nebo popelářem.

Jak jste se dostal na pozici starosty?

Vystudoval jsem hospodářskou politiku a veřejnou správu na Univerzitě Pardubice, což je s nadsázkou vlastně studium pro úředníky. Už v rámci studia jsem se zajímal o dění v obci a současně jsem tu působil ve sboru dobrovolných hasičů, a tak jsem ještě za studií v roce 2002 poprvé kandidoval do zastupitelstva. Další volby v roce 2006 jsem těsně vyhrál a stal jsem se neuvolněným starostou. Každodenní agendu vykonávala kolegyně místostarostka Valentina Šmejdomá, které patří mé velké poděkování, protože mě do práce starosty postupně zaškolovala, a já jsem při tom měl prostor nabírat pracovní zkušenosti se získáváním dotací v Jičíně. A po dalších volbách v roce 2010 jsem už nastoupil do funkce uvolněného starosty, kterou vykonávám dodnes.

Zbývá vám čas na nějaké koníčky?

Záleží na aktuální situaci, ale většinou se čas na koníčky najde, bez toho by to dlouhodobě nešlo. Volný čas trávím kolem domu a na zahradě, nebo se jdeme s manželkou někam projít nebo projet na kole, případně si jdu zahrát squash.

Na co je vaše obec nejvíce hrdá?

Věcí, které se podařilo v uplynulých letech realizovat, je hodně. Postavili a zrekonstruovali jsme více než 4 km chodníků a silnic, zasítvali pozemky pro výstavbu rodinných domů, vybudovali jsme školní kuchyň s jídelnou, máme vybavený a zrekonstruovaný společenský sál, fungující a vybavenou školu, zmodernizovali jsme čistírnu odpadních vod. To všechno bez úvěrů, jen z dotací a vlastních prostředků. Nejvíce hrdý jsem ale na to, že se v zastupitelstvu v posledních letech sešla parta, která se dokáže na důležitých věcech vždycky domluvit.

Co vaši obec naopak v současné době nejvíce trápí?

Z těch hmatatelných věcí jsou to chybějící chodníky ve třetině obce, chátrající opuštěný areál zemědělského družstva s bývalým zámečkem ve středu obce, nevyhovující prostory pro mateřskou školu nebo nedostatečné zázemí pro techniku a zaměstnance obce. Osobně mě trochu trápí neochota některých občanů zapojit se do veřejného života a udělat občas něco nezištně pro ostatní. Ale věřím, že lidé brzy pochopí, že někdy je třeba trochu více myslet i na druhé, a situace ve společnosti se zlepší.

Jak se vaše obec věnuje seniorům a zdravotně postiženým?

V obci působí několik organizací, které poskytují sociální služby. Snažíme se jim v rámci našich možností poskytnout finanční podporu na jejich práci, v případě potřeby s nimi spolupracujeme na řešení aktuální situace konkrétních klientů. Finanční podporu poskytujeme také organizacím zajišťujícím ambulantní a pobytové služby v okolních městech. Kromě toho nabízíme občanům pomoc při řešení situací, se kterými si neví rady v běžném životě. Jednou za rok pořádáme posezení se seniory, na kterém mají prostor setkat se se zástupci obce, ale hlavně si popovídat mezi sebou. Seniorům chodíme po pěti letech s malým dárkem popřát k narozeninám. Většinou je to oboustranně příjemné setkání, kdy strávíme čas s oslavencem a vyslechneme si jeho životní příběh, jeho aktuální starosti nebo informujeme o dění v obci.

Jak se vám spolupracuje se Spokojeným domovem?

Spokojený domov je jednou z organizací, které na našem území poskytují pečovatelskou službu. Jsem rád, že je v obci tento druh sociálních služeb dostupný, a že si občané mohou dokonce vybrat jeho poskytovatele. Co vím z doslechu, klienti si služby Spokojeného domova pochvalují.

Co v nejbližší době chystá obec pro své občany?

V týdnu těsně před Vánoce má škola v místním kostele hodinový kulturní program, který je hojně navštěvovaný. Na Štědrý den místní nadšenci v kostele rozdávají betlémské světlo. Do konce roku potom ještě proběhne v kostele varhanní koncert.

Křest charitativního kalendáře pro Ludmilu: Když se setkávají generace

Podpořte koupí kalendáře péči o seniory

Ve středu 9. října se v Domě Ludmila ve Veselé uskutečnil slavnostní křest charitativního kalendáře, který vznikl na podporu tohoto jedinečného zařízení pro seniory. Akce probíhala v rámci celostátního Týdne sociálních služeb a přinesla nezapomenutelné okamžiky, které symbolicky propojily generace.

Již v 9 hodin dopoledne začal den otevřených dveří, během kterého měli návštěvníci možnost poznat útulné prostory Domu Ludmila a načerpat z rodinné atmosféry, která prostředí v něm činí tak výjimečným. Dům vyniká svou přátelskou a vstřícnou péčí o své obyvatele. V dopoledních hodinách potěšilo malé i velké diváky kouzelné loutkové divadlo herce Štěpána Tučka, tváře Domu Ludmila, který přinesl radost v očích seniorů i dětských návštěvníků.

Vrchol celého dne nastal v 15 hodin, kdy došlo ke slavnostnímu křtu kalendáře. Ten vznikl z iniciativy dvou studentek, Natálie Zajícové a Anety Doudové, které se přihlásily do programu Dobro-druzi Nadače Via. Přináší snímky seniorů od osmi talentovaných regionálních fotografek. Křest byl mimořádný nejen svou charitativní povahou, ale také pro svou atmosféru vyjadřující propojení generací – a to nejen studentek, fotografek a seniorů. Patronem kalendáře je totiž již zmíněný Štěpán Tuček, který si k sobě přizval vzácného hosta, svého o dvě generace staršího učitele, zkušeného loutkáře a loutkoherce Františka Pešána. V neposlední řadě je nutné zmínit tvář z titulní strany, pana Miroslava Beneše, který je dědečkem jedné z fotografek, Denisy Kadeřábkové, a rovněž se zúčastnil slavnostního křtu osobně. Dorazili i další rodinní pří-



Foto: Eva Zajícová

slučníci fotografek i hostů, čímž symbolizovali nejen kontinuitu rodinných hodnot, ale také hlubokou úctou ke starším generacím.

Křtilo se netradičně – šálkem čaje – oblíbeným nápojem obyvatel Domu Ludmila. K slavnostnímu dopoledni přispělo úvodní slovo majitelky domu Kamily Sedlákové, filantropky, která se již více než čtvrtstoletí stará o zajišťování co nejkompaktnějších služeb seniorům a handicapovaným na Mladoboleslavsku a v Českém ráji. Dům Ludmila je jen jedním z jejích přínosů tomuto cíli.

Výtěžek z prodeje kalendáře bude věnován na podporu Domu Ludmila, který poskytuje péči a podporu seniorům. Součástí projektu je také putovní výstava fotografií, která během roku 2025 navštíví různá místa v regionu.

Kalendář pro Ludmilu není jen sbírkou krásných fotografií, ale především projektem, který přináší hřejivou vzpomínku na naše prarodiče, připomíná důležitost péče o starší generace a propojuje minulost s budoucností. Poděkování patří všem, kteří tento projekt podpořili a pomohli přinést radost, potěšení a naději obyvatelům Domu Ludmila.

Petr Novák

www.kalendarproludmilu.cz



Foto: Eva Zajícová

Dům Ludmila
Na Návsi 229
Mnichovo Hradiště – Veselá

FB: dumludmila
IG: dumludmila
www.dumludmila.cz

KALENDÁŘ PRO LUDMILU

JE NA SVĚTĚ!

Charitativní projekt na podporu
Domu Ludmila ve Veselé
u Mnichova Hradiště

2
STUDENTKY

8
FOTOGRAFEK

1
KALENDÁŘ



Autorky projektu – středoškolské studentky:
NATÁLIE ZAJÍCOVÁ ◦ ANETA DOUDOVÁ

Fotografky:
EVA ZAJÍCOVÁ ◦ ADÉLA KAVALÍROVÁ ◦
DENISA KADEŘÁBKOVÁ ◦ DITA NIESNEROVÁ ◦
KATEŘINA BÍBRLÍKOVÁ ◦ MONIKA MENKE ◦
RENATA PAZDEROVÁ ◦ ROMANA ČÁSLAVSKÁ

www.kalendarproludmilu.cz

MALYRA   NADACE VIA  DUOPRESS
TISKÁRNA I POLYGRAFICKÁ VÝROBA

Svámi fotografiemi do kalendáře přispěly:

- **Eva Zajícová** – patronka projektu, která zachycuje rozmanitost lidských emocí a ráda se podílí na smysluplných projektech.
- **Dita Niesnerová** – cestovatelka a milovnice květin a zvířat, která poskytla fotografii z cesty po indonéském ostrově Flores.
- **Kateřina Bíbrlíková** – umělecká fotografka, jež obohatila projekt unikátní fotografií své babičky, se kterou měla hluboký vztah.
- **Adéla Kavalírová** – fotografka a novopečená maminka, která přispěla snímky svého dědečka, symbolizujícími úctu a moudrost stáří.
- **Monika Menke** – specialistka na ženské portréty, jejíž tvorba vyniká jemností a citlivostí.
- **Denisa Kadeřábková** – autorka fotografie svého dědečka, jehož příběh je ústředním motivem kalendáře.
- **Renata Pazderová** – fotografka rodinných vztahů a portrétů plných emocí, která zachytila radost a blízkost rodinného života.
- **Romana Čáslavská** – fotografka seniorů a jejich rodin, jež pravidelně fotí svou babičku se svými vnoučaty.

Koně přinášejí seniorům klid a pohodu

Pampi a Nevada. Tak se jmenují dvě kobylinky, které pravidelně zpestřují život obyvatelům Domu Ludmila. Tato netradiční návštěva jim vždy vykouzlí úsměvy na tvářích. Hipoterapie je totiž výborná metoda pro zlepšení fyzického i psychického zdraví. Koně přinášejí nejen klid a pohodu, ale také spoustu radosti a pozitivních emocí. Děkujeme spolku Terapeutický kůň za jejich opakované návštěvy a městu Mnichovo Hradiště za finanční příspěvek, díky kterému našim klientům můžeme tento úžasný zážitek zprostředkovat.




 **Dům Ludmila**
sociální služby

**Podpořte naše odlehčovací služby
a pomozte nám pomáhat s láskou!**



sbírkový transparentní účet
324787516/0300



Co zahrnuje pedikúra prováděná zdravotní sestrou?

Nohy jsou jednou z nejzatěžovanějších částí lidského těla. Proto bychom jim měli věnovat minimálně stejně pozornosti jako například obličej nebo rukám, které jsou viditelné na první pohled, a bývají považovány za vizitku svého majitele.

Zátěž nohou, způsobená například nošením nevhodné obuvi, může mít za následek suchou, popraskanou a otlačenou kůži a být zdrojem bolesti a dalších zdravotních komplikací. Péče o nohy by tedy měla být nezbytnou součástí osobní hygieny. V domácích podmínkách je vhodné především starat se o správnou délku nehtů a nohy si pečlivě promazávat.

Péči o zrohovatělou kůži, tvrdou kůži na patách, otlaky, kuří oka a zarůstající nehty raději svěřte odborníkům. Při ošetření dobře vidí každé i špatně přístupné místo na nohou, dokáží odhadnout, jakou vrstvu zrohovatělé kůže je třeba odstranit, a odborně vyřeší i všechny nepříjemné komplikace.

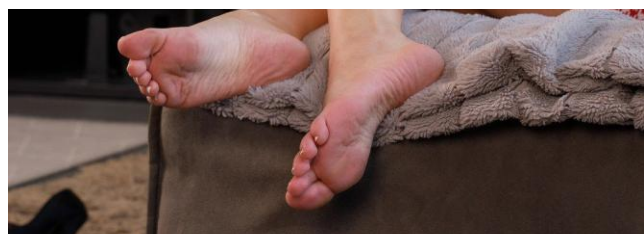
V rámci domácí zdravotní péče můžete využít odborné pedikérské ošetření, které zajistí vyškolená zdravotní sestra ve vašem domácím prostředí nebo v prostoru provozovny na adrese Na Návsi 44, Mnichovo Hradiště – Veselá. Je určeno především pacientům s defekty dolních končetin a diabetikům, ale také všem, kteří mají o tuto službu zájem.

Pedikúra může mít několik variant:

- Suchá varianta – přístrojová
 - Polosuchá – zkrácení doby koupele
 - Mokrá (s použitím AHA kyselin, nebo koupel v minerální soli s přísadou antibakteriálních olejů)
- Služba je nadstandardní a není hrazena ze zdravotního pojištění. Stávající klienti naší domácí péče mají dopravu zdarma. Ceny se řídí dle aktuálního ceníku. Základní sazba zahrnuje prvotní ošetření, odstranění zrohovatělé kůže, zkrácení a vyčištění nehtů.

Za příplatek je možné další ošetření, například odstranění velkého množství zrohovatělé kůže pomocí AHA kyselin, ošetření zarůstajícího nehtu, tamponáda + desinfekce, ošetření kuřího oka, ošetření mykózy, ošetření bradavic, odstranění modelace z nehtů, lakování, masáž nohou a lýtky či poradenství.

Více informací a objednávky na telefonu 723 989 016.



Film o smrti, který změní váš pohled na život

V pátek 1. listopadu se ředitelka Kamila Sedláková spolu s několika kolegyněmi vydala do kina na **Tajemství smrti**. Celovečerní dokumentární film Viliama Poltikoviče se vydává na dobrodružnou cestu k otázkám kolem smrti a strachu spojeného s ní. Prostřednictvím hereckého průvodce Jaroslava Duška prozkoumává, jak pomocí strachu ze smrti můžeme využívat a ovládat chování lidí. Film nahlíží na různé kulturní přístupy k tématu smrti, včetně těch, které smrt nevnímají jako strašák. Moderní věda, stejně jako tradiční moudrost, nabízí alternativní pohledy na smrt, které mohou změnit naše chápání života. Skrze osobní příběhy lidí, kteří překonali svůj strach ze smrti, nám film ukazuje, že přístup ke smrti může ovlivnit kvalitu našeho života.



Firemní kultura – základ naší práce!

Díky projektu EU se vzděláváme v tématech potřebných pro naši činnost.

V září byl v Malyře zahájen cyklus školení projektu **Zlepšeme vzdělávání v regionu**. Firma je od konce září proškolená už na dvě témata – firemní kultura a osobnostní typologie. Aktuálně se školí téma komunikace zaměřená na pacienta a čekají nás témata interní komunikace a konfliktní situace, pro vedoucí pracovníky je připraveno ještě téma vedení lidí a motivace. Několik termínů nás čeká do konce roku a poslední školení budou následovat v lednu a únoru. Každý zaměstnanec bude proškolen v rozsahu minimálně 40 hodin. Školení zajišťuje firma Everest, s. r. o.

Firemní kultura není jen fráze, ale spočívá především v každodenních činech. Díky cyklu školení jsme se společně ponořili do hodnot, které nás spojují. Budujeme prostředí založené na respektu, důvěře a podpoře – protože věříme, že naše pracovní atmosféra je základem poskytování nejlepší péče našim pacientům. Pod odborným vedením jsme se utvrdili v tom, jak důležité není jen co děláme, ale také proč to děláme. Těšíme se na další kroky k ještě silnějšímu a soudržnějšímu týmu.

Projekt **Zlepšeme vzdělávání v regionu** se realizuje v rámci Operačního programu Zaměstnanost plus, registrační číslo: CZ.03.01.03/00/22_040/0002297.

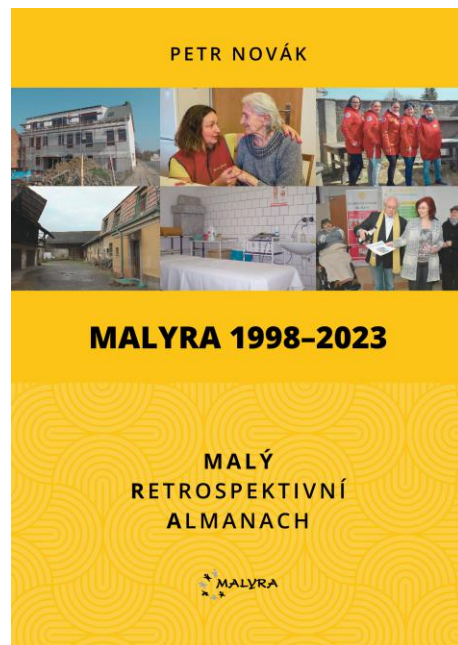


Připomeňte si čtvrtstoletí Malyry v knižní podobě

Na podzim vyšla brožura, která připomíná 25 let fungování Malyry. Dozvíte se, jak Malyra postupně rozšiřovala spektrum aktivit, přečtete si příběhy některých zaměstnanců i pacientů, připomenete si stavbu Domu Ludmila, období covidu a mnoho dalšího. Kniha je k zakoupení za 98 Kč na jednotlivých pracovištích Malyry, případně po domluvě na telefonním čísle 724 700 656.



Podpořte
domácí
paliativní péči!



Novinky z nakladatelství Kanopa

Nakladatelství Václava Knopa Kanopa představuje nové audioknihy.



Cavan Scott: Sherlock Holmes a Pláč nevinných

Čte: Václav Knop

Za příčinu smrti kněze je sice označena cholera, ale když se k Holmesovi dostane zpráva o dalším mrtvém knězi, který zemřel za stejných okolností, nabude přesvědčení, že oba muži byli někým otráveni.

Holmes s Watsonem se dozví, že oba muži byli vysláni z Vatikánu, aby prozkoumali údajný zázrak – tělo filantropa a obchodníka s otroky Edwyna Warwicka z osmnáctého století, které se v hrobě nerozložilo.

Nabízí se otázka: Je namístě, aby papež svatořečil muže, který zbohatl díky obchodování s otroky?

Tělo Edwyna Warwicka někdo ukradne a tak začne být všem jasné, že mají co do činění se smrtelným spiknutím



Antonín Mazáč: Letargie

Čte Martin Sobotka

V srdci lázeňského města se odehrává krvavá hra. Sériový vrah si vybírá za oběti ty nejpodivnější existence. Policie zpočátku zločiny vyšetřuje jako klasické vraždy, ale po chvíli začne být všem jasné, že za jejich smrtí se skrývá něco mnohem většího než pouhá touha po pomstě. Je zřejmé, že si pachatel své oběti vybírá podle specifického vzorce.

Bývalý vyšetřovatel Alexandr Kraus, který zná zákoutí karlovarského podsvětí jako své boty, je povolán, aby se na případ vrhl. Ten má ale svých problémů víc než dost, raději se vydal na dráhu psaní krimi článků v domnění, že bude žít poklidný život. To ale ještě netušil, jaký návrat do kalných vod místního podsvětí ho čeká...

Užijte si autorem zkrácenou verzi kriminálky z Karlových Varů od současného českého autora detektivních románů Antonína Mazáče.

Kristýna Sládečková: Smrková Tišina

Čte Martina Hudečková

Čtyři skupinky přátel se rozhodnou strávit dovolenou uprostřed šumavských lesů – Rudolf s jeho partou tří kamarádů, Jakub s jeho přítelkyní Sašou, Richard s manželkou Emou a skupina studentů v čele s šarmantním sukničkářem Márou.

Právě Mára, jakožto charismatický vypravěč, se ujme zábavy a vypráví partě strašidelné válečné historiky u ohně, které se údajně odehrávaly na místě, kde právě nocují. Saša z něj nemůže spustit oči a nakonec to mezi nimi zajiskří. Ráno ale nastává šok – po Jakobovi jako by se slehla zem.

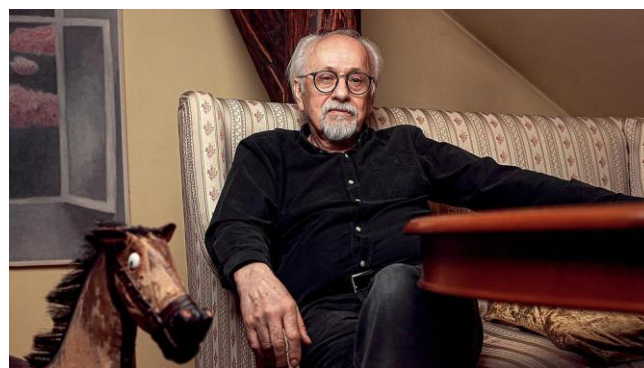
Když po Kubovi všichni začnou pátrat, stává se příběh ještě zamotanější – v lesích najdou jiného muže v bezvědomí.

Kdo je ten muž? Co se mu stalo? A kam se poděl Jakub? Když už si všichni myslí, že situace nemůže být podivnější a děsivější, začne se všem zjevovat tajemná postava v modrém svetru – může právě to být příčina všech temných záhad?

TYTO A DALŠÍ AUDIOKNIHY OBJEDNÁVEJTE NA:

www.kanopa.cz

608 445 862



KANOPA
NAKLADATELSTVÍ



REGENERAČNÍ
CENTRUM NA NÁVSI

Colonhydroterapie

Očista tlustého střeva
60 minut 1300 Kč

Marmová masáž

Celotělová ajurvédská masáž
120 minut 2100 Kč

Sportovní a relaxační masáž

60 minut 800 Kč

Reflexní masáž plosky nohy

60 minut 650 Kč

Maderoterapie

Dynamická masáž dřevěnými prvky a olejem
60 minut 800 Kč, 5x ošetření 3500 Kč

Epilace cukrovou pastou

Efektivní odstranění chloupků na těle i v obličeji
cena dle epilované plochy



777 412 266



774 087 331 – Anna Šípová, DiS.



Na Návsí 44, 295 01 Mnichovo Hradiště – Veselá



www.rcnanavsi.cz



@rcnanavsi

Spolek seniorů v září navštívil památky na Sázavě, na příští rok chystá další výlety

Spolek Seniorů nejen sobě má za sebou opět několik vydařených výletů a na příští rok plánuje další.

Ohlédnutí za zářijovým výletem

Ve sváteční pondělí 28. října jsme se vydali s našim spolkem Seniorů nejen sobě na další výlet. Navštívili jsme hned tři významné památky: zámek Zruč, hrad Český Šternberk a klášter Sázava.

Zámek Zruč nám nabídl fascinující pohled do minulosti. Jeho bohatá historie sahá až do středověku a při jeho prohlídce jsme se seznámili s různými stavebními slohy a dozvěděli informace o životě mocného rodu Kolowratů i neméně slavného rodu Schebků.

Po prohlídce jsme se přesunuli na hrad Český Šternberk, kde nás po krátké přestávce na občerstvení v areálu nádvoří čekala prohlídka stavby, která už od jejího založení roku 1241 je stále v držení rodu zakladatele hradu Zdeslava z Divišova. Při prohlídce jsme navštívili místnosti hradu, bohatě zařízené mobiliářem z různých stylových období, poznali významné členy sternberské rodiny a zároveň nahlédli do jejich způsobu života.

Poslední zastávkou bylo město Sázava. Zde nás čekal volný program a čas na oběd. Celý výlet jsme zakončili v prostorách Sázavského Kláštera, který je spojován s českým patronem, sv. Prokopem.

Všechny navštívené památky mají své kouzlo a ve spojení s nádherným slunečným počasím jsme si užili opravdu nádherný pohodový den.



Zámek Zruč nabídl fascinující pohled do minulosti.

Foto: spolek



Celý výlet jsme zakončili v prostorách Sázavského Kláštera, který je spojován s českým patronem, sv. Prokopem. Foto: spolek

Pozvánka na další výlety

Udělejte si čas na zážitky a pojed'te na další výlet s námi! Již nyní si můžete zapsat do diářů termíny 25. března (Muzeum Petrof, hvězdárna, prohlídka města Hradec Králové) a 29. dubna (hrad Strakonice, Protivín – Krokodýlí zoo). Dále se plánují výlety například do Muzea Dešná a na zámek Červená Lhota, do Litomyšle, Litoměřic (Zahrada Čech), na zámek Lysice a do Blanska, do Svatého Jana pod Skalou, na Koněpruské jeskyně a Tetín.

Na výlety je nutné se předem přihlásit. Odjezd je vždy z Mnichova Hradiště, Veselé, Bakova nad Jizerou, Kosmonos, Mladé Boleslavi a Benátek nad Jizerou.

V přípravě je katalog výletů na celý rok 2025. Veškeré podrobnosti a aktuality najdete na webu www.seniorinejensobe.cz. Bližší informace poskytnete také Pavel Svoboda na telefonu 702 051 284.

Seniorů nejen sobě

Momentky z cest za pacienty, selfička a další snímky od zaměstnanců zpestřují náš fotoarchiv

Dnes má doslova každý v kapse fotoaparát, což přináší nové možnosti. I my je využíváme pro zpestření naší činnosti, informování, dokumentaci a v neposlední řadě pro uchování trvalých památek. Zaměstnanci nám mohou zasílat fotografie, které dokumentují naši práci v terénu a týmové pracovní i další aktivity, jako vzdělávání, neformální setkání, povětrnostní podmínky, ale i krásné záběry z cest za pacienty a samozřejmě i kuriózní situace.

Za aktuální snímky děkujeme sestřičkám Radce a Tereze (snídaně v pneuservisu při přezouvání na zimní pneumatiky) a sestřičce Báře ze střediska v Železném Brodě za podzimní krajinu při cestě z Troskovic.



Výzva platí pro zaměstnance Spokojeného domova i Malyry. Fotografie, prosím, pošlete na e-mail foto@malyra.cz, respektive foto@spokojeny-domov.cz. Děkujeme!

PF 2025

Spokojený domov

MALYRA

REGENERAČNÍ CENTRUM NA NÁVSI

Dům Ludmila sociální služby

SENIOŘI NEJEN SOBĚ

Distribuční místa časopisu Spokojený domov:

Pokud máte zájem podílet se na distribuci našeho časopisu, kontaktujte, prosím, redakci.

Bakov nad Jizerou: Cukrárna U Pavoučka, Mírové náměstí 9; městský úřad, Mírové náměstí 208; Městská knihovna a Muzeum Bakovska, Mírové náměstí 84; zdravotní středisko, Tyršova 897. **Čtveřín:** obecní úřad, Čtveřín 95. **Dolní Bousov:** Městská knihovna a infocentrum, Kostelní ul. 141. **Dřevěnice:** obecní úřad, Dřevěnice 56. **Jičín:** Městský úřad, Žižkovo náměstí 18; kontaktní místo Spokojeného domova, o. p. s., Křížíkova 1099; oblastní nemocnice, Bolzanova 512. **Hrubá Skála:** obecní úřad, Doubravice 37. **Karlovice:** dům s pečovatelskou službou, Radvánovice 100. **Kněžmost:** dům s pečovatelskou službou, U Střediska 24; obecní úřad, Na Rynku 51; prodejna potravin, Hradištská 194. **Lázně Bělohrad:** městský úřad, nám. K. V. Raise 35. **Libuň:** obecní úřad, Libuň 27. **Liběchov:** městský úřad, Rumburská 53. **Malá Skála:** obecní úřad, Vranové 1. díl 122. **Mladá Boleslav:** kontaktní místo Spokojeného domova, o. p. s., Palackého 1327; městská knihovna, Václava Klementa 1229; magistrát – odbor sociálních věcí, Staroměstské nám. 69; informační centrum, Železná 107; Lékárna U Soudu, náměstí Republiky 760; Help Centrum, Na Kozině 9; Úřad práce, Jaselská 292; MUDr. Mária Oškerová, tř. Václava Klementa 869; MUDr. Filip Žákovský, Jiráskova 1320; MUDr. Pavel Soukup, Palackého 576/13; MUDr. Beáta Podholová, U Penzionu 1324; Česká pojišťovna, Bondy Centrum, tř. Václava Klementa 1459; Restaurace U Měšťáků, Laurinova 324. **Mnichovo Hradiště:** kontaktní místo Spokojeného domova, o. p. s., Na Návsí 44, Veselá; Malyra, Víta Nejedlého 596; trafika „Signál“, Masarykovo náměstí 283; Městské informační centrum, Poříčská 27; trafika (David Abraham), Masarykovo náměstí 240; čekárna lékařů, Masarykovo náměstí 692; MUDr. Jaroslav Pfeffer, Masarykovo náměstí 246; městská knihovna, Turnovská 717; poliklinika, Jana Švermy 395 (čekárny v přízemí a 1. patře); Cukrárna Za rohem, Víta Nejedlého 279; Restaurace U Kvapilů, Jana Švermy 384; Úřad práce, Jiráskova 1533. **Nemyčeves:** obecní úřad, Nemyčeves 78. **Podůlší:** obecní úřad, Podůlší 90. **Přepeře u Turnova:** obecní úřad, Přepeře 229. **Příšovice:** zdravotní středisko, Příšovice 185; dům s pečovatelskou službou, Příšovice 66. **Ptýrov:** obecní úřad, Ptýrov 19. **Sobotka:** městský úřad, Boleslavská 440. **Radim:** obecní úřad, Radim 6. **Radimovice:** obecní úřad, Radimovice 47; **Rovensko pod Troskami:** zdravotní středisko, Čechova 219; **Turnov:** kontaktní místo Spokojeného domova, o. p. s., Hluboká 144; Panochova nemocnice Turnov, 28. října 1000; Úřad práce, Palackého 192; městský úřad – odbor sociálních věcí, Skálova 84; Městská knihovna Antonína Marka, Jeronýmova 517; městské informační centrum, náměstí Českého ráje 26. **Valdice:** obecní úřad, Jičínská 37. **Vitiněves:** obecní úřad, Vitiněves 110. **Vlastibořice:** dům s pečovatelskou službou, Vlastibořice 9. **Žďár u Mnichova Hradiště:** obecní úřad, Břehy 20.

Hledáte práci? Aktuálně volné pracovní pozice:

pečovatel/pečovatelka v terénních sociálních službách (Mladoboleslavsko)

sociální pracovník (Mladoboleslavsko, Jičínsko)

sestra v domácí zdravotní péči (Mladoboleslavsko, Železnobrodsko)

fyzioterapeut/fyzioterapeutka (Mnichovo Hradiště)

paliativní lékař (Mnichovo Hradiště)

Více informací: www.spokojeny-domov.cz/kariera, www.malyra.cz/zamestnani

Spokojený domov, registrace MK ČR E 19810

Šéfredaktor: Mgr. Petr Novák

Redakční rada: Mgr. Tereza Mrázková, Mgr. Martina Michalčová, Ing. Michaela Švermová, Marie Kočová, Bc. Daniela Dutková, Bc. Helena Šolcová, Bc. Dominika Janoušová

Vychází 4x ročně. Číslo 4/2024 vychází 5. prosince 2024.

Náklad: 1 200 výtisků

Tisk: MS Polygrafie, s. r. o., Horka 35, 294 01 Bakov nad Jizerou

Vydává Spokojený domov, o. p. s., poskytovatel

registrovaných sociálních služeb: pečovatelská služba, osobní asistence, odlehčovací služby, odborné sociální poradenství

Sídlo: Na Návsí 44, 295 01 Mnichovo Hradiště – Veselá

IČ: 29043913, tel.: 774 423 414

E-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

www.spokojeny-domov.cz