

Zpravodaj Domova Vesna

DOMOV VESNA

ÚNOR 2024



Zpravodaj Domova Vesna

Obsah:

Úvodní slovo ředitele

Jak na rýmu

Informace

-sociální úsek

- technický úsek

- stravovací úsek

Úspěchy Domova Vesna:

- Značka kvality

Ohlédnutí za uplynulými akcemi

Plánované akce

Něco pro bystré hlavy

František Hrubín / Zima

Zmrzl rybník, struha,
už je zima tuhá.
Led už drží na kaluži,
kdo tam bruslí, ať se tuží.
Už je sněhu převelice,
nebojím se metelice.
Ať si hvízdá meluzína,
jenom když je prima zima.

Oldřich Mikulášek / A potom k večeru

A potom k večeru, když stále, stále sněží,
je slyšet hudbu; komu nezněla,
nemohl, Petrove, na špičkách dvou tvých věží
viděti tancovat bílého anděla.

Trochu se zachvíval a se závanem křídla
zdvihl se vítr, vločky na mě vál.
Jednu z nich polkl jsem, aby se nenastydla
a jako zázrakem sních kolem roztával.

Zpravodaj Domova Vesna

Vážení klienti a přátelé Domova Vesna,

s radostí se na těchto stránkách opět setkáváme, tentokrát ve vydání našeho časopisu Vesna, které přináší zprávy z našeho společného domova. Především bych rád vyjádřil svou upřímnou omluvu za nepříjemnosti, které v poslední době pociťujete v důsledku probíhajících rekonstrukcí a oprav. Věřte, že si plně uvědomuji, jak mohou tyto změny narušit klid a pohodu Vašeho každodenního života. Je však důležité zdůraznit, že všechny tyto kroky jsou prováděny s jediným cílem: zajistit, aby Domov Vesna zůstal pro Vás krásným, pohodlným, a především bezpečným místem pro život.

Zároveň bych Vás rád se vší transparentností informoval o finanční situaci našeho domova. Rok 2024 je pro nás výzvou, s kterou se musíme společně popasovat. Finanční realita nám klade před sebe úkoly, které nemůžeme ignorovat. Dotace Ministerstva práce a sociálních věcí byla výrazně snížena s poukazem na možnost zvýšení úhrad Vás našich klientů. Po pečlivém zvážení všech možností a s ohledem na udržení vysoké kvality služeb, které Vám poskytujeme, jsme se rozhodli k nezbytnému navýšení úhrad. Toto rozhodnutí nebylo učiněno lehkomyšlně a věřím, že naleznete pochopení pro jeho důvody a nutnost. Navýšení bude rozděleno do dvou částí, a to od března a následně od května na konečný stav.

Na závěr bych rád zdůraznil, že moje dveře – stejně jako srdce – jsou pro Vás vždy otevřené. Jsem zde, abych naslouchal Vaším potřebám, odpovídal na Vaše dotazy a sdílel s Vámi radosti i starosti naší společné cesty. Společně tvoříme Domov Vesna a jen společně můžeme zářit ještě jasněji.

S úctou a přáním mnoha krásných společně prožitých chvil,

Vít Macháček

Ředitel Domova Vesna

Jak na rýmu?

Zima dorazila a s ní i období nachlazení. Znáte to... Snad každý z nás alespoň jednou přes zimu dostane rýmu. Z nosu teče, máme zahleněné dutiny, hlava bolí, oči uslzené a k tomu červený odřený nos z neustálého smrkání.

Babské rady na rýmu, aneb co opravdu pomáhá

Než si představíme jednotlivé body, sepsali jsme pro vás přehledně tipy, které mohou zaručeně pomoci. Alespoň od našich babiček a prababiček.

- Inhalace páry a éterických olejů
- Poctivý kuřecí vývar
- Horká koupel
- Bylinné čaje (máta, meduňka, šalvěj, jitrocel...)
- Jezte hodně ovoce (pomeranče, mandarinky...)
- Doplňte **zinek**
- Česnek je všelék
- Výplach solným roztokem
- Dostatečný spánek
- Omezte stres na minimum

Bylinky proti rýmě

• Rýmovník (Plectranthus)

Jak již název napovídá, tato bylinka je přímo určená při obtížích s nachlazením. Navíc, lze ji pěstovat po celý rok za oknem, takže je kdykoliv po ruce. Její dužnaté lístky božsky voní – nejčastěji je vůně přirovnána k mátě a meduňce. Využívá se buď napřímo – prsty rozmělníme listy u nosu, nebo připravujeme extrakty z listů. Prostě a jednoduše – tuto bylinku prostě doma mít je poklad.

Zpravodaj Domova Vesna

- **Rakytník řešetlákový**

Není to přímo bylina – spíše keř s typicky oranžovými plody, přesto však nesmí v našem výčtu chybět. Rakytník je známý zdroj vitamínu C a díky tomu najde využití nejen při rýmě, ale doporučuji jej v podobě sirupu nebo extraktu při chřipce, angíně a obecně – při virózách. Užívat můžete plody i šťávu.

- **Černý bez**

Nenápadný keř s chutnými plody. Přesto, velký pomocník v domácí lékárně. Základem jsou sušené listy či květy – čaj je výtečný a může napomoci ulevit při nachlazení. Vhodná je jeho kombinace s hluchavkou, šalvějí nebo podbělem.

- **Divizna (Verbascum)**

Tuto bylinku máme moc rádi – nejvhodnější jsou odvary ze sušených květů – využít můžete květy divizny velkokvěté či malokvěté.

- **Levandule lékařská (Lavandula angustifolia)**

Typická bylina, která najde své uplatnění díky vysokému obsahu éterických olejů. Její fialová barva je uklidňující. Vhodná je jak v sušené podobě, tak v podobě odvaru. Já mohu doporučit ještě tinkturu.

- **Heřmánek pravý (Matricaria chamomilla)**

Univerzální bylina, která našla v přírodní lékárně své výsostné místo. Pravidelné užívání heřmánkového čaje je vhodné při nachlazení na podporu našeho organismu.

- **Šalvěj lékařská (Salvia officinalis)**

Na závěr můj favorit – šalvěj – který je úžasný v podobě bylinných sirupů. Můžeme jej užívat jako odvar či ve formě tinktury. Mimo rýmu jej doporučuji při odkašlávání, tam je neocenitelným pomocníkem.

Zpravodaj Domova Vesna

Informace - Sociální úsek

Navýšení úhrad za ubytování od 1.3.2024

Od 1.3.2024 budou navýšeny úhrady za ubytování, a to o 25 Kč na den. Měsíčně bude navýšení tedy činit 775 Kč (31 dní). Navýšení bude z důvodu navýšení částek za ubytování ve vyhlášce 505/2006 Sb., a tím snížení dotace z Moravskoslezského kraje. Během roku 2024 bude navýšena i úhrada za stravování vzhledem k růstu cen potravin.

Mgr. Lenka Mockovčíaková, DiS. – vedoucí sociálního úseku

Technický úsek

V rámci technického úseku, bychom Vás chtěli informovat o rekonstrukcích a opravách, které probíhají nebo budou probíhat.

1. Oprava elektroinstalace páteřní sítě – ubytovací část, tato oprava probíhá od 2.2.2024. Jsou vyměňovány nové přívody elektřiny v bytových jednotkách. Postupně budete informováni sociální pracovníci o přestěhování na jiný pokoj na nezbytnou dobu (cca 2 dny).
2. Od 19.2.2024 bude probíhat výměna zárubní a protipožárních dveří na chodbách v jednotlivých podlažích.

Jiří Janík – vedoucí technického úseku

Stravovací úsek

Změny ve stravě budou nyní hlášeny ve čtvrtek mezi 8:30-9:30 v jídelně domova.

Naděžda Škutová – vedoucí stravovacího úseku

Zpravodaj Domova Vesna

Úspěchy Domova Vesna

Značka kvality – Cílem Značky kvality v sociálních službách je poskytnout novým uživatelům sociální služby či zájemcům o ni, ale také jejich rodinným příslušníkům, jednoznačnou informaci o tom, jakou kvalitu mohou od života v daném zařízení sociálních služeb očekávat. Jde o systém externí certifikace, který je založen na tzv. udělování hvězd. V praxi tak již při vstupu do zařízení uvidí jak jeho nový uživatel, tak případně i jeho rodina, zda jde např. o zařízení dvouhvězdičkové nebo pětihvězdičkové. Značka kvality v sociálních službách hodnotí všechny důležité aspekty poskytování sociální služby, a to pouze z jednoho úhlu pohledu – z pohledu samotného uživatele této sociální služby.

Naše organizace v této certifikaci obdržela ocenění 5 hvězdičkami. Slavnostní odhalení bude probíhat 13.2.2024 ve 14 hod. před budovou Domova Vesna.



Zpravodaj Domova Vesna

Ohlédnutí za uplynulými akcemi

Tančení s vozíčky



Den otevřených dveří



Zpravodaj Domova Vesna

Mikulášská zábava



Dářečky



Zpravodaj Domova Vesna

Ježíškova vnučata



Tři králové



Zpravodaj Domova Vesna

Plánované akce:

- 13.2.2024 Setkání s uživateli
- 13.2.2024 Slavnostní odhalení ocenění Značka kvality
- 20.2.2024 Canisterapie
- 5.3.2024 Canisterapie
- 14.3.2024 Škraboškový ples
- 19.3.2023 Canisterapie

Ještě nás čeká:

Zábavné odpoledne

Gratulace

Velikonoční výstava

Něco pro bystré hlavy

