

# ZPRAVODAJ

organizace Sociální služby Šternberk,  
příspěvková organizace



## Úvodní slovo místostarosty města Michala Oborného



Vážení a milí čtenáři,

jsem velmi rád, že Vás mohu opět po čase pozdravit cestou úvodníku Zpravodaje, který pro Vás připravuje organizace Sociální služby Šternberk. A hned se u této organizace zastavím. Musím otevřeně říci, že jsem velmi rád a věřím, že Vy také, že organizace tohoto typu u nás ve městě působí. Není totiž samozřejmostí, aby v každém městě naší velikosti byla takováto organizace pro občany města k dispozici. To, že byla městská příspěvková organizace před mnoha lety zřízena, se nyní potvrzuje jako dobrý krok. Desítky, zejména pracovníci, jsou denně v terénu a pomáhají s běžnými starostmi všem, kteří jejich pomoc potřebují. Několik miliónů korun, které jsou z městského rozpočtu ročně organizaci poskytnuty, jsou dobře vynaloženými prostředky a umožňují strávení důstojného stáří v prostředí Vašich domovů.

Samozřejmě vnímám, že potřebnost navýšení počtu míst v domově pro seniory, je další nutnou podmínkou, aby se ve Šternberku žilo lépe. O tomto projektu hovoříme už pátým rokem, nyní je těsně před dokončením projektová dokumentace rekonstrukce budov v ulici Opavská 2, 4 (bývalé lesnické učiliště). Přesto, že se nám v minulých letech podařilo zorganizovat několik velkých staveb a rekonstrukcí budov (školky, kulturní dům) za výborné ceny, u této investiční akce nemůžeme nalézt shodu s projektantem, který, zřejmě pod vlivem možné dotace, realizační cenu násobně navýšil, čímž realizaci zabrzdil. Věřím, že po přepracování projektové dokumentace, budeme moci k realizaci nového domova pro seniory přistoupit, protože projekt je velmi účelný a ideálně koncipován pro svoje účely.

Služba Senior taxi je v začátku svého působení v ulicích města. Má přispět ke zvýšení mobility starších občanů města při cestách k lékaři, na nákupy, apod. Uvědomujeme si, že věkový limit 75 let, který byl v počátku nastaven, neuspokojuje většinu těch, kteří by tento způsob přepravy potřebovali zlevnit. Při zavádění služby jsme ale nechtěli systém zahltit, bylo potřeba ověřit kapacity taxislužby, skutečný zájem s vydáním průkazů Senior taxi apod. Nyní máme první čísla, zájem není nijak přehnaný, takže můžeme hovořit o snížení věkové hranice.

*Dokončení na straně 2*



Po skončení měsíce května provedeme vyhodnocení provozu Senior taxi ve městě a ve spolupráci s odborem sociálních věcí zřejmě nastavíme a oznámíme veřejnosti nová pravidla pro službu Senior taxi.

Další projekt, ze kterého mám velkou radost, mimo jiné také proto, že je o něj stále vzrůstající zájem, je fungující služba městské policie: „Volám v tísni“. Mohu zde zmínit dobrou zprávu, že pro další zájemce o tuto službu jsou připravena nová tisková tlačítka, a to v počtu 20 ks. Služba je veřejností velmi kladně hodnocena a mnohokrát za období necelých dvou let pomáhala.

Závěrem příspěvku Vám chci sdělit, že jsem velmi rád občanem našeho krásného města, ve kterém je samozřejmě pořád co zlepšovat. Mnoho se toho ale již podařilo, a mě těší a dělá mi radost, že mohu být u toho.

Přeji Vám krásné léto, krásné chvíle strávené se svými blízkými a na shledanou na některém příštím setkání.

Michal Oborný

*Pozn.: Fotografie na první straně jsou z akcí Zájmových klubů v letech 1999 - 2017*

<b>OBSAH ČÍSLA:</b>	<b>STR.</b>
Úvodní slovo místostarosty města Michala Oborného	1
O nás – Zájmové kluby pro seniory ve Šternberku	3
Rozhovor s Mgr. Hanou Dvorskou	7
Rozhovor s Mgr. Pavlem Brancuzkým	8
Fotopříloha	10
Ohlédnutí za událostmi v organizaci	12
Poděkování	15
Zábava	16
Jiné důležité informace	18
Co připravujeme	18
Fotografie z akcí organizace	20

---

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

## ZÁJMOVÉ KLUBY PRO SENIORY VE ŠTERNBERKU

### HISTORIE ZÁJMOVÝCH KLUBŮ DO ROKU 2005

Mluvit o historii zájmových klubů je zřejmě trochu nadnesené, vždyť jde jen o pár let v porovnání s během dějin. Nicméně si myslíme, že stojí za zmínku, připomenout si alespoň základní fakta, která vzniku zájmových aktivit, určených přímo pro seniory města, předcházela.

Až do konce roku 2005 probíhaly ve Šternberku různé zájmové aktivity zaměřené na seniory pod Klubem důchodců nebo Svazu invalidů. Tato dvě uskupení pořádala převážně zájezdy, výlety, exkurze, později rehabilitační a rekondiční pobyty, atd. Také ještě existovaly Kluby důchodců při Chronotechně a Morávii. Jejich oficiální činnost však postupně zanikla.

Aktivit zaměřených cíleně na skupinu seniorů a osob se zdravotním postižením bylo jen několik, cvičení v Sokole, společenské a kulturní akce, které pořádala Pečovatelská služba v hale Komenského 40, o dalších nevíme.

### ROZVOJ ZÁJMOVÝCH KLUBŮ OD ROKU 2006

Začít s aktivitami, které by byly ušity na míru jednotlivým skupinám seniorů, ale nebylo vůbec jednoduché. Chyběly peníze, prostory a také zaměstnanci. Zkusili jsme tedy využít prvních dotačních titulů EU a naše nápady, myšlenky a záměry uceleně sepsat do projektu s názvem: „**Poradenské a vzdělávací středisko pro seniory a osoby se zdravotním postižením**“. Hlavním cílem projektu bylo zabránit zvyšování počtu osob ohrožených sociálním vyloučením, snížení sociální izolace těchto osob, jejich zapojení do kulturního a společenského života a motivace a aktivizace těchto osob k celoživotnímu učení a vzdělávání, a to vše prostřednictvím zřízení Poradenského a vzdělávacího střediska pro seniory.

Podstatné bylo také dosažení vyšší kvality poskytovaných služeb a rozšíření nabídky služeb. Klienti nechtěli jen pasivně přijímat nabídku služeb, ale chtěli se aktivně podílet na trávení svého volného času, což jim právě projekt umožnil.

Mohli jsme přijmout zaměstnance, vybavit prostory, nakoupit pomůcky, materiál, nábytek a vše potřebné k zahájení projektu. Nabídka, která vzešla z projektu, se rozdělila do 3 témat: zahrnovala poradenskou činnost, vzdělávací programy a motivační a aktivizační programy.

#### 1) PORADENSKÁ ČINNOST

Do poradenské činnosti patřilo podávání základních informací a pomoc v orientaci v oblasti sociální, zdravotní, bytové, poradenství při vyplňování různých formulářů a žádostí týkajících se sociálních a zdravotních služeb a péče, aj. Zázemí pro tuto činnost bylo vytvořeno v přízemí DPS Komenského a funguje v dnešní Recepci - pokladně dodnes.

#### 2) VZDĚLÁVACÍ PROGRAMY

Mezi vzdělávací programy patřilo pořádání přednášek z různých oblastí (zdravotnictví, historie, kultura, apod.), besedy, kulturní akce. Po dobu trvání projektu šlo o desítky akcí, dnes si většinou tyto akce tvoří členové zájmových klubů sami. Zejména z prostorových důvodů tyto akce prakticky vůbec nepořádáme.

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

### 3) MOTIVAČNÍ A AKTIVIZAČNÍ PROGRAMY

Jednalo se o dlouhodobé aktivizační a motivační programy pro seniory a osoby se zdravotním postižením, podporu zájmových činností formou pravidelných setkávání.

**Dne 6. 9. 2006** byl slavnostně zahájen provoz Poradenského a vzdělávacího střediska a zahájena pravidelná činnosti zájmových klubů. V níže uvedené tabulce je rozložení klubů včetně jmen lektorů z roku 2006.

DRUH KLUBU	LEKTOR	POČET PŘIHLÁŠENÝCH	ČAS	MÍSTO
Klub práce s PC a internetem	Mgr. Josef Roudný	42	Úterý 13,00-15,00	Učebna PC Uničovská 51a
Veřejný internet	-	15	každý všední den 8,00-12,00	Učebna PC Uničovská 51a
Klub zpěvu	Mgr. Alexandra Grmelová	1	Pátek 13,00-15,00	Učebna Komenského 40
Klub kultury	Marie Kotišová Jana Konupčíková	16	Středa 1x měsíčně 14,30-16,30	Učebna Komenského 40
Klub ručních dovedností	Jana Ničová Věra Hradilová	7	Pondělí 13,30-15,30	Klubovna Uničovská 51a
Klub vaření	Marie Sladká	6	Úterý 1x za 14 dní 13,00-15,00	Klubovna Uničovská 51a
Rehabilitační cvičení	Bc. Pavel Brancuzký	40	Středa 16,00-17,00 17,00-18,00	Tělocvična ZŠ nám. Svobody
Jóga v denním životě	Eva Spěváková	30	Pondělí 16,00-17,00	Tělocvična ZŠ nám. Svobody

**ZÁŘÍ 2006** – nepodařilo se realizovat Klub zpěvu

**ŘÍJEN 2006** – rozšíření Klubu práce s PC a internetem na 2 skupiny, později byly skupiny dokonce 4.

**PROSINEC 2006** – rozšíření Rehabilitačního cvičení na 3 skupiny

#### ZÁJMOVÉ KLUBY JAKO SOCIÁLNÍ SLUŽBA OD ROKU 2007

V průběhu realizace projektu došlo k vydání nového zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách s účinností od 1.1.2007. V souvislosti s tímto zákonem došlo k přeměně zájmových klubů na registrovanou sociální službu – konkrétně se jednalo o Sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením.

Tato změna s sebou přinesla nejen pro pracovníky střediska, ale i pro klienty řadu nových povinností. Jako sociální služby byly zájmové činnosti dále poskytovány zdarma, ale bylo nutné podat si žádost o sociální službu, uzavírat s klienty smlouvy o poskytování sociální služby, každá změna (např. času a místa) znamenala dodatek ke smlouvě, bylo zavedeno pravidelné individuální plánování průběhu sociální služby, apod.

Sice výrazně narostla administrativa, na druhou stranu byly ale tyto činnosti podporovány formou dotací Ministerstva práce a sociálních věcí, a to řádově částkou 500.000 Kč/ročně.

**Na základě poptávky od občanů města, byly vytvořeny nové kluby – Trénink paměti (lektor Mgr. Marie Neumannová, poté PhDr. Pavel Kolda) a Klub angličtiny (lektor Mgr. Jana Magdoňová).**

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

## ZMĚNY V ROCE 2011

V červnu roku 2011 došlo na základě závěrů Inspekce kvality poskytování sociálních služeb k úpravě cílové skupiny, pro něž byla služba určena a některé činnosti byly nadále poskytovány jako sociální služba a některé se staly opět zájmovými kluby:

**Sociálně aktivizační služby** – Klub angličtiny, Klub práce s PC a internetem, Klub ručních dovedností, Podpora práce s internetem, Trénink paměti.

**Zájmové kluby** – Aktivizační cvičení pro seniory, Jóga pro zdraví, Klub seniorů

## ZÁJMOVÉ KLUBY JAKO SOUČÁST STŘEDISKA AMBULANTNÍCH SLUŽEB

Oddělení Ambulantních služeb vzniklo 1.9.2014 jako součást organizace Sociální služby Šternberk a zahrnovalo:

- a) Sociálně aktivizační služby
- b) Odlehčovací službu
- c) Zájmové kluby
- d) Půjčovnu kompenzačních pomůcek

**PROSINEC 2014** – z důvodu poklesu zájemců o tuto službu byl zrušen klub Podpora práce s internetem (dříve Veřejný internet). Dnes už mají lidé počítač včetně připojení internetu běžně doma, služba nebyla potřeba.

**Od 1.1.2017** došlo za účelem efektivnějšího a kvalitnějšího poskytování služeb k velkým změnám, a to především v souvislosti s ukončením poskytování dotací MPSV na tyto služby. Pro rok 2014, 2015 i 2016 byla dotace 0,- Kč.

**K 31.12.2016** byla zrušena registrace sociální služby Sociálně aktivizační služby pro seniory. Zároveň se změnil činnosti poskytované v rámci sociální služby zpět na zájmové kluby. Zrušen byl pouze Klub angličtiny, protože ve městě Šternberku byla k dispozici výuka angličtiny zvýhodněná právě pro seniory a nebylo nutné, aby ji zajišťovala i organizace s ohledem na klesající počet zájemců.

## SOUČASNOST

Zájmové kluby prošly od počátku svého vzniku až do dnešního dne řadou změn. Některé kluby zanikly a naopak jiné byly nově otevřeny. O velkém rozvoji klubů svědčí i srovnání roku 2011 a 2017 uvedené v tabulce níže. V roce 2011 fungoval ještě Klub vaření, Klub angličtiny a Podpora práce s internetem, které již nejsou v současné době poskytovány. Nově došlo k otevření druhého Klubu seniorů a Klubu zpěvu a k rozšíření kapacity u všech stávajících klubů. Počet uživatelů v Klubu seniorů I. za rok 2011 není uveden, protože v té době nebyl ještě evidován. Rozvoj zájmových klubů by nebyl možný bez neutuchajícího zájmu obyvatel města Šternberka a bez profesionálních lektorů, kteří mají na starosti vedení těchto klubů.

Od 1.1.2017 zahrnuje středisko Ambulantních služeb:

- a) Zájmové kluby
- b) Půjčovnu kompenzačních pomůcek
- c) Čtenářský koutek
- d) Zpravodaj organizace

**ÚNOR 2017** – po krátké přestávce byl znovuotevřen Klub ručních dovedností v nových prostorách a s novým vybavením, díky změně prostor bylo možno zvýšit kapacitu klubu na 14 klientů

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

**ČERVEN 2017** – z důvodu velkého zájmu seniorů města Šternberka byl otevřen druhý klub seniorů, cílem klubů seniorů je pravidelné setkávání, získávání nových kontaktů a informací, pořádání výletů, apod.

**ÚNOR 2018** – otevření Klubu zpěvu s intervalem setkávání 1x za 14 dní

**Druhy zájmových klubů:**

DRUH KLUBU	LEKTOR/VEDOUcí	KAPACITA	ČAS	MÍSTO
Aktivizační cvičení pro seniory	Mgr. Pavel Brancuzký	51	Středa 15,30-16,30 16,30-17,30 17,30-18,30	Tělocvična ZŠ nám. Svobody
Jóga pro zdraví	Eva Spěváková	24	Pondělí 16,00-17,00	Tělocvična ZŠ nám. Svobody
Klub kultury	sociální pracovník	20	dle programu	Učebna Komenského 40
Klub práce s PC a internetem	Mgr. Jaroslav Zetel	18	Středa 9,00-10,30 11,00-12,30 13,30-15,00	Počítačová učebna Hanácká 2
Klub ručních dovedností	Mgr. Lenka Reimerová	14	Pondělí 13,30-15,30	Aktivizační místnost Hanácká 2
Klub seniorů I.	Jarmila Patáková	25	Středa 14,00-16,00	Klubovna Uničovská 51a
Klub seniorů II.	Jan Kašpárek	25	Úterý 14,00-16,00	Klubovna Uničovská 51a
Klub zpěvu	Mgr. Lenka Reimerová	14	Pátek 13,00-15,00	Učebna Komenského 40
Trénink paměti	Bc. Natálie Bělajevová	18	Úterý 1x za 14 dní 13,00-14,00	Učebna Komenského 40

	KAPACITA	POČET KLIENTŮ ZA ROK 2017	POČET KLIENTŮ ZA ROK 2011
Aktivizační cvičení pro seniory	51	938	540
Jóga pro zdraví	24	510	320
Klub práce s počítačem a internetem	18	393	720
Klub kultury	20	400	164
Klub ručních dovedností	14	356	120
Klub seniorů I.	25	812	-
Klub seniorů II.	25	116	-
Trénink paměti	18	157	150
<b>CELKEM</b>	<b>195</b>	<b>3682</b>	<b>2014</b>

**ROK 2018**

Na rok 2018 je naplánováno první společné setkání klientů ze všech zájmových klubů a jejich lektorů s představiteli města Šternberka a se zástupci organizace Sociální služby Šternberk, p.o. Více informací v sekci Připravujeme na straně 18.

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

# ROZHOVOR S MGR. HANOU DVORSKOU

Rozhovor s ředitelkou organizace Mgr. Hanou Dvorskou vedly sociální pracovnice střediska Ambulantní služby, Mgr. Gabriela Šínová a Bc. Natálie Bělajevová, k jejichž pracovním povinnostem patří právě zabezpečování zájmových klubů.

**Co Vás jako první napadne, když se zeptám: “Jak to všechno začalo?”**

Naprosto přesně si vybavuji, jak jsem před mnoha lety, tipuji rok 2001, přijela na stáž do Sociálních služeb pro seniory Olomouc, tehdy zněl jejich název Domov – penzion pro důchodce a pečovatelská služba a jak mne doslova ohromilo množství proseniorských aktivit, které ve svých střediscích nabízeli. V roce 1999, když jsem nastoupila na post vedoucí Pečovatelské služby Šternberk, se nic takového pro seniory nedělo. A pokud dělo, tak pouze v rámci Klubu důchodců, případně Svazu invalidů (dnes SPCCH), 2 krát do roka pak probíhala akce v rámci Domu s pečovatelskou službou (dále jen DPS) v hale Komenského 40. A to bylo vše. V Olomouci nabízeli spoustu kroužků, ruční práce, vaření, hraní karet, zpěvu, atd. Jejich slavné uskupení Zpěvanky, které vzniklo v roce 2001, sjezdilo se svými vystoupeními velkou část republiky, a to s věkovým průměrem členů okolo 80 roků!

**Inspirovalo Vás to?**

Velmi. V rámci našich finančních možností jsme přidali další aktivity, zejména venku v areálu DPS – například u nás koncertoval orchestr Základní umělecké školy a vystupoval pěvecký sbor z německého Sternbergu. Ještě před dostavbou nároží ulic Hanácká a Uničovská jsme toto zákoutí často využívali pro různá posezení s harmonikou u táboráku. Vzrostlé břízy a živý plot dotvářely pro tyto akce opravdu moc příjemnou atmosféru. Kvůli stavbě jsme se však museli přesunout k ulici Komenského, tam však už tyto akce neměly takový úspěch, a to kvůli chybějícímu zastínění daného místa. I poslední stromy na ulici Komenského šly letos k zemi, takže jsme od pořádání podobných akcí zcela upustili.



Ještě chci zmínit, že jsme poprvé v roce 1999 ozdobili ve dvoře areálu DPS vánoční strom, a tato tradice trvá až dodnes. Za zmínku stojí, že v prvních letech jsme strom vždy dostali buď od občanů, nebo šternberských firem, a dosti komplikovaně se nejen přivážel, ale hlavně stavěl. V posledních letech už máme zasazený strom vlastní. Má to být smrček, který moc nevyroste...no nevím. ☺

**Jaké další aktivity nebo akce se Vám dařilo realizovat?**

Zkoušeli jsme keramiku, malování keramiky, tvoření velikonoční výzdoby, pořádali jsme setkání s představiteli města, občas k nám přicházely děti z mateřských a základních škol. Dlouhá léta jsme také pořádali burzy oděvů a obuvi. Často k nám přijížděla cimbállovka z Uničova. Nic z toho se ale nedělo

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

pravidelně. Množily se dotazy a podněty především obyvatel DPS a našich dalších klientů, na možnosti zájmových aktivit, zaměřených přesně na jejich potřeby. My jsme na to však neměli ani prostředky a už vůbec ne potřebné prostory.



### **To už začínaly první dotace a projekty?**

Ano, ten úplně první investiční projekt jsme chystali v roce 2002, ten se ale netýkal zájmových klubů. Až v roce 2004 - 2005 začaly další větší projektové výzvy. Ta, do které jsme se přihlásili s projektem „Poradenské a vzdělávací středisko pro seniory a osoby se zdravotním postižením“, se jmenovala Společný operační regionální program (SROP). Celkové náklady projektu byly **2 859 710 Kč**, **projekt byl podpořen** v plné výši a trval od 1.1.2006 do 30.6.2008.

### **Co se díky němu povedlo?**

V souvislosti s tímto projektem vzniklo nové oddělení organizace, a to Poradenské a vzdělávací středisko, které poskytovalo poradenskou a vzdělávací činnost pro seniory a osoby se zdravotním postižením a hlavně motivační a aktivizační programy. Kromě opravdu bohatých kulturních a vzdělávacích akcí zaměřených přímo na seniory, díky projektu vzniklo celkem 8 nových zájmových klubů. Konkrétně Klub kultury, Klub práce s PC a internetem, Veřejný internet, Klub zpěvu, Klub ručních dovedností, Klub vaření, Rehabilitační cvičení a Jóga v denním životě.

### **Takže některé kluby fungují už 12 tím rokem?**

Ano, je to obdivuhodné, že?

### **Co myslíte, čím je to způsobeno?**

Měli jsme obrovské štěstí na lektory. Bez nich bychom žádný klub tak dlouho provozovat nedokázali. Paní Spěváková, pan Brancuzký, pan Roudný, paní Vyhnánková, .. A samozřejmě máme úspěch díky podpoře Města Šternberk. Neznám jiné město srovnatelné velikosti, které by v takovém rozsahu zájmové činnosti pro seniory podporovalo. V současné době nelze najít žádný dotační titul, kterým by se alespoň částečně některé náklady uhradily, veškeré náklady jdou tedy na vrub městu. V roce 2017 to bylo cca 1,4 mil.Kč.

### **Přání do budoucna?**

My bychom moc potřebovali nějaké větší zázemí pro naše klubové aktivity, momentálně jsme dosti omezeni malými prostory v areálu DPS. Ale senioři nejsou jenom v DPS. Ve vhodných prostorách blíže k centru města, bychom mohli nabídnout nejrůznější zájmové a vzdělávací akce i ostatním seniorům ve městě. Současné vedení města nám přislíbilo pomoc při hledání vhodných prostor, jednou z variant je i přízemí budovy po Vincentinu na Bezručově ulici. Tak uvidíme.

## **ROZHOVOR S MGR. PAVLEM BRANCUZKÝM**

**O další rozhovor jsme požádali Mgr. Pavla Brancuzkého, který je lektorem Klubu aktivizačního cvičení.**

### **Dobrý den, mohl byste se nám představit a popsat svou činnost pro organizaci?**

Dobrý den, jmenuji se Pavel Brancuzký, pracuji v OLÚ Paseka, p.o. jako fyzioterapeut a v organizaci Sociální služby Šternberk, p.o. vedu zájmový klub „Aktivizační cvičení pro seniory“. V současné době je přihlášeno 51 klientů, kteří jsou rozděleni do tří skupin. Intenzivně se zaměřuji nejen na fyzickou, ale i psychickou spokojenost každého klienta.

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

### **Co Vás k práci se seniory přivedlo a jak dlouho už pracujete se seniory?**

Se seniory se setkávám díky své profesi často. Pokud někdo na sobě pracuje a má aktivní přístup, vidíte seniory spokojené, plné energie a chuti do života. Velkou měrou tomu přispívá právě pohyb.

Když jsem byl osloven paní ředitelkou Mgr. Hanou Dvorskou, zda bych se nechtěl podílet na projektu „Zájmové kluby“ jako lektor aktivizačního cvičení, byla to pro mě příležitost a nyní obrovská zkušenost, jak je možné si i v seniorském věku udržet fyzickou kondici, dobrou náladu a třeba najít nové přátele. Aktivizační cvičení pro seniory funguje ve Šternberku již 12. rokem.

### **Jak vzpomínáte na začátky Aktivizačního cvičení pro seniory?**

Na začátky vzpomínám rád, i když nebyly úplně snadné. Bylo potřeba vše dobře zorganizovat, zajistit nejen prostory, ale i cvičební pomůcky a vytvořit koncepci, což se podařilo. Nejdříve byly otevřeny dvě skupiny s kapacitou 15 osob, velmi brzy se však otevřela skupina třetí a já byl mile překvapen, kolik seniorů ze Šternberka a okolí má zájem cvičit. Nyní jsou otevřeny 3 skupiny s celkovou kapacitou 51 klientů.

### **Když srovnáte začátky cvičení pro seniory a současnou situaci, vnímáte nějaké změny?**

Změny vnímám velké, především ve výkonech klientů, kvalitě provedení cviků a přístupu k této aktivitě. Cvičení na velkých míčích se pro většinu klientů stalo součástí jejich života. Postupně se doplňovaly nové cvičební pomůcky (overbally, therabandy, činky, labilní plochy, ...) a začalo se cvičit s hudbou. Přátelská atmosféra v každé skupině dnes dokáže pomoci překonat i těžší chvíle, které v určitých obdobích života může prožívat každý z nás.

### **Čím je podle Vás Aktivizační cvičení pro seniory přínosné?**

Na tuto otázku by vám spíš odpověděli senioři sami. Já vidím přínos aktivizačního cvičení především ve zlepšení zdravotního stavu klientů. Tzn. zvýšená stabilita a svalová síla, zlepšení koordinace pohybu, snížení bolestí páteře a nosných kloubů a zpomalení degenerativních procesů. V neposlední řadě se klienti naučí přizpůsobit se tempu, žít v přítomnosti a klást důraz na kvality a hodnoty. Mým cílem je, aby z každé hodiny cvičení odcházeli klienti tzv. příjemně unavení a zároveň plní energie, která jim vydrží minimálně do příští středy ☺.

### **Pořádáte i jiné společné aktivity než jen cvičení v tělocvičně?**

Ano, provozujeme kondiční pohybovou aktivitu „Nordic walking“, tedy chůzi se speciálními holemi. Klienti se učí správnou techniku, vyzkouší si zacvičit v přírodě a samozřejmě nesmí chybět cíl cesty - osvěžení v nedaleké hospůdce.

### **Zažil jste nějaké úsměvné nebo naopak náročné situace při své práci se seniory?**

Náročnější situace se samozřejmě za celou dobu trvání vyskytly. Například pád z míče, náhlá zdravotní indispozice klienta, ale vše se podařilo zvládnout bez následků. Úsměvných zážitků je ale mnohem víc. Nikdy nechybí vtipná historka, dokážeme si udělat legraci sami ze sebe, občas se někdo na cvičení tak těší, že přijde o hodinu nebo i den dříve ☺. Klienti, kteří se přihlásili, mají zkrátka smysl pro humor a datum narození pro nás není podstatné.

### **Co byste vzkázal seniorům, kteří mají o cvičení zájem, ale obávají se náročnosti cvičení?**

Obavy ať hodí za hlavu. Každý cvičí v tempu, které mu vyhovuje. Když je nějaká poloha moc náročná, dá si chvilku pauzu nebo improvizuje v poloze jiné. Naše heslo zní: „Co nemůžu, nedělám!“ jak říkala babička mojí ženy.

# FOTOPŘÍLOHA



První učebna z roku 2006



Učebna rok 2018



Učebna počítačů a veřejného internetu z roku 2006



Učebna Klubu práce na PC a internetu rok 2018



Pracovní porada s lektory rok 2006



Setkání obyvatel DPS s představiteli města:  
Zleva: H. Chromčáková, I. Czabeová, D. Hoppová,  
Mgr. Petr Skyva, Mgr. Jiří Zemánek



Klub angličtiny



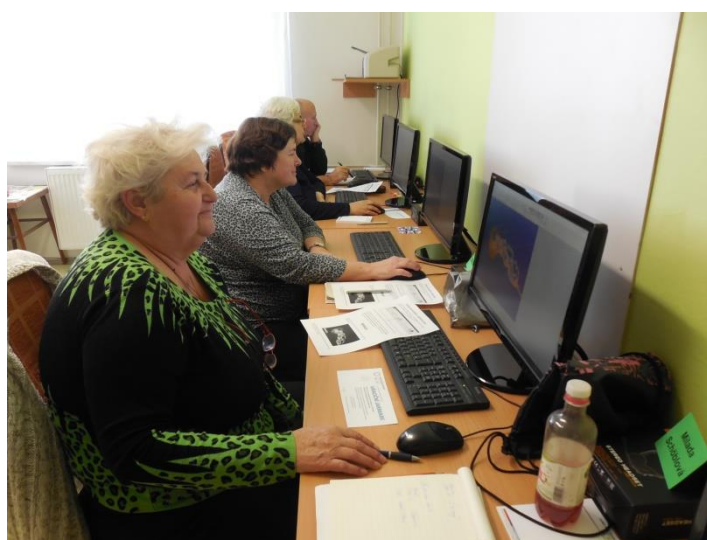
Jóga pro zdraví



Aktivizační cvičení pro seniory



Nordicwalking



Klub práce s PC



Klub ručních dovedností

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

**Přednáška „Opera nekouše“** – Dne 24. 1. 2018 pro oba naše Kluby uspořádala přednášky spisovatelka a lektorka Bc. Dana Šimková. Klub seniorů I. se s ní vydal na exkurzy do zákulisí oper a operet prostřednictvím poutavé interaktivní přednášky s názvem „Opera nekouše“, která měla zejména díky velkému množství ukázek u členek Klubu velký úspěch.

**Přednáška „Vynálezy v průběhu století“** - Klub seniorů II. pak měl možnost poznat příběhy věcí, které denně používáme, aniž bychom věděli, kde se vzali a kdo je vymyslel, a nakouknout tak pod pokličku vzniku například toaletního papíru nebo zubního kartáčku v přednášce s názvem „Vynálezy v průběhu století“.

**Filmové odpoledne s filmem „Teorie tygra“** – Dne 21. 2. 2018 Klub seniorů I. uspořádal filmové odpoledne s úsměvným českým filmem Teorie tygra. V němž se účastnice promítání mohli pobavit nad vrtochy stárnoucího veterináře v podání Jiřího Bartošky, který touží po svobodě a splnění svých snů. Klub seniorů se změnil v malý kinosál, kde se podávalo i malé občerstvení v podobě kávy a koblihů a všechny přítomné si představení velmi užily.

**Výlet do Litovelského Pomoraví** - S příchodem jara pak Klub seniorů I. uspořádal společný výlet do Litovelského Pomoraví „Za sněženkami“. Tento první letošní výlet se jim vydařil a již se těší na slunečné počasí, kdy plánují další společné akce.

**Turnaj v žolíku** - Klub seniorů II. uspořádal 23. 1. 2018 v klubovně „Turnaj v žolíku.“ Byla sestavena dvě družstva po 4 hráčích, kteří sehráli 3 partie a dva vítězové pak postoupili do finále. Do finálového mače postoupili dvě ženy a muži tak zůstali v tomto turnaji poraženi. Vítězce srdečně blahopřejeme.

**Přednáška „Vaše denní porce zdraví“** - Dne 20. 3. 2018 přijela na téma „Vaše denní porce zdraví“ přednášet paní Dagmar Langová. Přednáška se týkala zejména bylinek, zdravého životního stylu a přírodních léčiv a produktů se zaměřením na život v seniorském věku.

**Návštěva velitele Městské policie Šternberk** - Dne 17. 4. 2018 přijal pozvání do Klubu seniorů II. velitel Městské policie Šternberk pan Mgr. Libor Šamšula, který seznámil přítomné členy Klubu s bezpečnostní problematikou v našem městě, poté následovala diskuze nejen k tématu bezpečnosti, ale také o dalším plánovaném rozvoji města.

**Šternberský hrad** - Dne 15. 5. 2018 se členové Klubu seniorů II. společně vydali na prohlídku Státního hradu Šternberk. Přes menší komplikace a nepřízeň počasí byla akce zajímavá a podnětná. Kastelánka hradu paní Gottwaldová vzala skupinku do hradní kaple a velmi podrobně informovala o historii hradu. Poté se účastníků ujala průvodkyně, která je s odborným výkladem provedla po celém hradě.

## VELIKONOČNÍ ČAS KLIENTŮ AMBULANTNÍCH SLUŽEB A OBYVATEL DPS

Velikonoční svátky jsou již zdárně za námi, a proto přinášíme několik málo informací o tom, jak je prožili obyvatelé Domu s pečovatelskou službou a klienti ambulantních služeb. V čase předvelikonočním členky Klubu ručních dovedností připravily krásné výrobky z papíru a plsti, kterými jsme pak ozdobili halu organizace Sociální služby Šternberk, p. o. na ulici Komenského 40. K Velikonocům také neodmyslitelně patří barevná vajíčka a vrbové větvičky, které zdobí areál DPS. Obyvatelům DPS, ale i našim pracovníkům přinesly pohodovou jarní atmosféru.

### AZYLOVÝ DŮM V DALOVĚ

**Pálení čarodějnic** - Konec měsíce dubna patří již tradičně čarodějnicím. Děti se za pomoci svých rodičů poctivě připravily, a to vytvořením své vlastní čarodějnice, kterou v pondělí 30. 5. 2018 slavnostně spálily.

**Sportovní den** - Teplé jarní počasí láká všechny ven, a tak si pracovníci azylového domu připravili pro děti menší sportovní den, který proběhl 13. května 2018. Děti se po zimě pořádně protáhly a užily si spoustu zábavy.

### DOMOV PRO SENIORY

**Předání Penny medvídků** - Dne 16. 2. 2018 navštívili Domov pro seniory Šternberk dobrovolníci zastupující mezinárodní humanitární organizaci ADRA, aby předali uživatelům domova plyšové medvídky v rámci projektu „Medvědí rodina“, pořádaného Penny marketem ve spolupráci s Ťatánou Kuchařovou a její nadací Krása pomoci. Tento projekt byl zaměřen a určen pro osamělé seniory žijící v domovech pro seniory. V rámci doprovodného programu zahráli pan Denis a David Galanopulosovi na kytaru.

**Canisterapie v domově pro seniory** - Od 5. 3. 2018 v domově pro seniory začala probíhat Canisterapie, neboli terapie zaměřující se na léčbu prostřednictvím kontaktu člověka se psem. Paní Mendrová se svou cvičenou labradorkou Stelou bude domov navštěvovat pravidelně 1x za 14 dní formou společných a individuálních terapií probíhajících v pokojích imobilních klientů. Tyto speciální terapie zahrnují také polohování uživatele s pejskem a mnoho dalších praktik, které u klientů navozují příjemné pocity a přispívají tak ke zlepšení jejich celkového stavu.

**Výroba květin z papíru** - S příchodem jara a rozkvétajících luk dorazila tato atmosféra i do Domova pro seniory ve Šternberku. V rámci společných aktivit si klientky domova vyrobily poměrně náročné květiny z papíru, které nyní zdobí naši společenskou místnost.

### Výzdoba velikonočních kraslic

Před velikonočními svátky klientky domova neponechaly nic náhodě a pustily se do dekorace velikonočních kraslic, které jsou neodmyslitelným symbolem Velikonoc. Vejce se dekorovaly různými způsoby od malby horkým voskem, přes samolepky tradičních vzorů po navlékání fóliových sukének, čemuž předcházelo poctivé barvení vajec v OVO barvách.

### Velikonoční vyšlehání

Ve čtvrtek 29. března navštívila domov pro seniory dvojice již známých hudebníků, pan Korhoň s panem Zapletalem, kteří přišli seniorkám zpříjemnit dopoledne skvělou hudbou, která rozproudila všechny zúčastněné a jako odměnu za závěrečné vymrskání a odříkání tradiční básně, si pánové od každé nadšené posluchačky odnesli vaječnou výslužku, kterou samy vytvořily.

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

**JIŽ 312 ZÁJEMCŮ SI V BŘEZNU VYZVEDLO PRŮKAZ SENIOR TAXI**

Celkem 312 zájemců si již vyzvedlo průkaz senior taxi, ty se vydávaly v úterý 20. a ve čtvrtek 22. března v Kulturním domě. Novou službu s názvem SENIOR TAXI zavádí ve spolupráci s firmou Taxi Kopíček město Šternberk. První jízdy mohli senioři využít již od 20. března, musí si však vyřídit speciální průkaz, na který má nárok senior starší 75 let s trvalým bydlištěm ve Šternberku. Cestující se jím budou prokazovat při nástupu do vozidla taxislužby Kopíček.

Držitel průkazu SENIOR TAXI má nárok na pět zvýhodněných jízd v každém kalendářním měsíci. Zvýhodněná cena činí 30 korun za jednu jednosměrnou jízdu. Ta může být uskutečněna pouze po Šternberku, nevztahuje se na místní části ani okolní obce. Přepřavovaná osoba může mít s sebou maximálně jednu osobu jako doprovod.

SENIOR TAXI je možné využívat pouze v pracovních dnech od 7 do 17 hodin. Služba se objednává telefonicky a vozidlo bude přistaveno nejpozději do jedné hodiny od potvrzení objednávky. Služba může být objednána jeden či dva dny předem. „**Pokud se služba SENIOR TAXI osvědčí, je město připraveno navýšit počet jízd za měsíc, případně snížit věkovou hranici přepravovaných osob,**“ sdělila vedoucí odboru sociálních věcí Jitka Zajacová.

K vyřízení průkazu je nutné přinést občanský průkaz a jednu aktuální fotografii o rozměrech 35 x 45 mm. Průkaz si mohou zájemci vyřídit od 29. března i na pokladně Městského úřadu Šternberk, Opavská 1 a dále každý čtvrtek od 8:00 do 11:30 a od 12:30 do 14:00 hod. První vyřízení průkazu je zdarma, v případě jeho ztráty či poškození je výroba nového průkazu zpoplatněna stokorunou. **Bližší informace získáte na e-mailové adrese: [seniortaxi@sternberk.cz](mailto:seniortaxi@sternberk.cz), na telefonním čísle 585 086 527.**

Zdroj: [www.sternberk.eu](http://www.sternberk.eu)

**SETKÁNÍ SVAZU POSTIŽENÝCH CIVILIZAČNÍMI CHOROBAMI ŠTERNBERK**

Ve dne 30. 3. 2018 proběhlo v Kulturním domě ve Šternberku setkání a členská schůze Svazu postižených civilizačními chorobami Šternberk. Dané akce se zúčastnili významní hosté: starosta města Šternberka Ing. Stanislav Orság, místostarosta města Šternberka pan Michal Oborný, ředitel Nemocnice Šternberk MUDr. Vítězslav Vavroušek, MBA, MPH a ředitelka organizace Sociální služby Šternberk, p.o. Mgr. Hana Dvorská. Každý z hostů se ujal slova a pozdravil všechny přítomné, poděkoval a vyjádřil radost, že se dané akce může zúčastnit. Všichni hosté také odpovídali na dotazy zúčastněných. Hlavní slovo měla předsedkyně Svazu postižených civilizačními chorobami paní Pospíšilová a výbor svazu. Celou akci doprovázel bohatý program a účastníci akce byli seznámeni se zprávou o činnosti ZO za rok 2017 a zprávou o hospodaření ZO za rok 2017, plánem činností svazu na rok 2018, atd. Všichni přítomní dostali od organizace Sociální služby Šternberk, p.o. ručně zdobené a vyrobené perníčky.

**MÁJOVÁ KAVÁRNA PRO KLIENTY TERÉNNÍCH SLUŽEB**

Dne 10. května 2018 připravili pracovníci terénních služeb organizace Sociální služby Šternberk, p.o. pro klienty oblíbenou kavárnu, tentokrát se jednalo o Májovou kavárnu. Májová kavárna byla určena pouze pro klienty terénních služeb, konkrétně se jednalo o klienty pečovatelské služby a Střediska ošetrovatelské péče. Zájem o kavárnu ze strany klientů byl velký a klienti si tak mohli po celý den vychutnat dobrou kávu s malým občerstvením a strávit tak příjemné chvíle při setkání s přáteli za poslechu známých písniček a s vůní dobré kávy.

# PODĚKOVÁNÍ



## PODĚKOVÁNÍ ZA DAROVANÉ KNIHY

---

Za rozšíření naší knihovny srdečně děkujeme paní Miroslavě Malaskové.

## PODĚKOVÁNÍ ZA REKONSTRUKCI DOMOVA

---

Vážený pane starosto, vážení zastupitelé města Šternberka,

rádi bychom Vám touhle cestou poděkovali za finanční podporu našeho domova, díky níž probíhá rozsáhlá rekonstrukce, která udělá tento domov modernější a zároveň klidnější.

Především oceňujeme krásný nový výtah a novou společenskou místnost, která je daleko větší, než původní koutek, kde jsme se s ostatními klienty scházeli, a tak jsme vděčni, že máme i prozatím, hezky vybavenou novou místnost, kde se scházíme každé úterý a pátek na aktivity, a také je to důstojné místo, kde se sejít a strávit čas s rodinou, která nás navštíví.

Když jsme se dozvěděli o plánované rekonstrukci, měli jsme obavy, jak bude vše probíhat. Přestože to pro mnohé z nás bylo náročné období plné hluku, prachu a narušení našeho klidu, jsme rádi, že to skončilo a s výsledkem jsme spokojeni. Děkujeme

Věrka, Vlasta, Ludmila a další klienti domova

## PODĚKOVÁNÍ PEČOVATELSKÉ SLUŽBĚ A STŘEDISKU OŠETŘOVATELSKÉ PÉČE O DOSPĚLÉ

---

Chci pochválit práci nových pracovníků, které ke mně nedávno začaly chodit, jak novou zdravotní sestřičku, tak i novou paní pečovatelku.

Klientka Pečovatelské služby a Střediska ošetřovatelské péče

## PODĚKOVÁNÍ PEČOVATELSKÉ SLUŽBĚ A STŘEDISKU OŠETŘOVATELSKÉ PÉČE O DOSPĚLÉ ZA MÁJOVOU KAVÁRNU

---

Velice si cením toho, jak pro nás byla připravena Májová kavárna, vše bylo krásně nachystané a linecké bylo vynikající. Příjemně jsem se pobavila.

Wagnerová Anna

## PODĚKOVÁNÍ STŘEDISKU AMBULANTNÍCH SLUŽEB

---

Chtěla bych poděkovat vedení Sociálních služeb Šternberk, které nám 17. 5. v klubovně připravilo krásné odpoledne, kde nám zahrálo duo pan Korhoň s panem Zapletalem, kteří nám zazpívali na přání písničky našeho mládí. Bylo veselo, nálada byla výborná. I když nás bylo málo, dokázali jsme, že umíme zpívat. Za to patří náš dík panu Korhoňovi a panu Zapletalovi, že nás tak dobře pobavili. Doufám, že 14. června nás přijde zazpívat víc. Už se těšíme.

Neplechová Anděla

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

## K SVÁTKU MATEK

### ZLATÁ MAMINKA

- 1) Moje maminka mě naučila **OCENIT ODVEDENOU PRÁCI**  
„Jestli se hodláte zabít, udělejte to laskavě venku, právě jsem uklidila.“
- 2) Moje matka mě naučila **NÁBOŽENSTVÍ**  
„Modli se, aby to z toho koberce šlo dolů.“
- 3) Moje matka mě naučila **LOGICE**  
„Proč? Protože jsem to řekla!“
- 4) Moje matka mě naučila **PŘEDVÍDAVOSTI**  
„Ujisti se, že máš čisté prádlo, kdyby se stala nějaká nehoda.“
- 5) Moje matka mě naučila **IRONII**  
„Ještě chvíli breč a já ti k tomu dám pádný důvod.“
- 6) Moje matka mě naučila, že **NIC NENÍ NEMOŽNÉ**  
„Zavři pusku a sněz tu polívku!“
- 7) Moje matka mě naučila **OHEBNOSTI**  
„Podívej se na tu špínu, co máš na zádech!“
- 8) Moje matka mě naučila **VYTRVALOSTI**  
„Nevstaneš od stolu, dokud nesníš všechn ten špenát!“
- 9) Moje matka mě naučila, že **ŽIVOT JE POMÍJIVÝ**  
„Přivedla jsem tě na tenhle svět a můžu tě z něj zase rychle sprovodit!“
- 10) Moje matka mě naučila **ZÁVISTI**  
„Na světě jsou miliony dětí, které nemají tak úžasné rodiče jako ty.“

### VELIKONOČNÍ KOLEDA

Má milá jedličko, červená růžičko,  
vyber v sobě z růže květ,  
kterou budeš sama chtět.

Já už jsem si vybrala,  
kterou jsem sama chtěla,  
smrtná neděle.

Kam se klíček poděla,  
poděla se, poděla, u Svatého Jiří.  
Svatý Jiří vstává, zemi odmykává,  
aby tráva rostla,  
tráva zelená, fialka modrá,  
plet, babo, věnce, svaté Kateřince.

Já bych ráda pletla,  
ale nemám kvítí,  
za horama kvítí, až se hora svítí.  
Za horama kamení, vyskakují  
plameny,  
Jedou matička z loučky,  
donesou nám moučky.

Jak nám nepřidají,  
tak se podívají,  
všechny hrnce jim rozbijú,  
co v polici mají,  
jeden jim necháme,  
v čem vařívají.

Mamíííííí!	Tatíííííí!
Kde máme.....?	Kde je mamka?
Není mi dobře.	
Podepíšeš mi to?	
Mám hlad.	
Pomůžeš mi s...?	
On mě bouchl!	
Co znamená.....?	
Kdy už bude večeře?	
Můžu si pustit.....?	

#### Poznámka redakce:

Celou básničku bez jakéhokoli  
zaváhání odrecitovala klientka  
organizace – 93 let! Třeba se  
některým z Vás tento text také  
vybaví.

## TRÉNINK PAMĚTI

### CO VŠECHNO VÁS NAPADNE K DANÝM ČÍSLŮM?

(např: číslo 2 - (dva) roky prázdnin; číslo 77 - charta 77 atd.)

číslo 3.....

číslo 4.....

číslo 5.....

číslo 7.....

číslo 10.....

číslo 12.....

číslo 24.....

číslo 37.....

## OSMISMĚRKA

V	Ý	H	O	Z	E	T	A	M	I	T	L	U	CUP	OBRANA	TM
K	Z	P	O	L	A	P	Á	E	S	Z	Ž	O	DISK	OPEN	TÝM
O	M	N	U	D	I	S	K	E	C	M	B	W	DUMP	OVER	ULTIMATE
T	A	K	E	C	T	N	T	K	M	R	H	F	FORCE	PICK	ÚTOK
Ú	L	C	K	U	R	N	E	A	A	Ý	O	D	FORHEND	POČÍTÁNÍ	VÝHOZ
D	N	E	H	R	O	F	B	N	V	O	T	F	CHECK	PRAVIDLA	WFDF
U	E	CH	E	K	P	R	A	V	I	D	L	A	CHYT	PULL	ZASTAV
M	P	V	Y	K	S	S	O	U	P	E	Ř	I	KONTEST	SOUPEŘI	ZONA
P	O	Č	Í	T	Á	N	Í	Á	L	L	U	P	LINE	SPORT	ŽŽ

V TAJENCE SE DOZVÍTE, CO NA NÁS O VÍKENDU MIMO JINÉ ČEKÁ.

**Řešení tréninku paměti:** 3...oříšky pro Popelku, králové, sudičky, zlaté vlasy děda Vševeda, ruská trojka, vejce do skla, muži ve člunu, kamarádi, chlapi v chalupě, veteráni, strany trojúhelníka, kola tříkolky, sestry, barvy na vlajce, mušketýři; 4...roční období, týdny v měsíci, v tanku a pes, strany čtverce, koně ve dvoře, páry bílých koní, světové strany, evangelia, manželky Karla IV. 5...neděl v balónu, prstů na ruce, K.Poláček – Bylo nás pět, olympijských kruhů, doba vaření vajíček nahniličko, pětka ve škole, parfém Chanel č.5, čaj o páté, ...neděl v balónu, prstů na ruce, K.Poláček – Bylo nás pět, olympijských kruhů, doba vaření vajíček nahniličko, pětka ve škole, parfém Chanel č.5, čaj o páté; 7...dny v týdnu, statečných, trpaslíků, divů světa, o sedmi krkavcích, agent 007, smrtelných hříchů 10...malých černoušků, božích příkázání, doba vaření vajec natvrdo, pivo, 12...měsíců v roce, apoštolů, tucet, rozhněvaných mužů, poledne, půlnoc, 24...hodin dne, Štědrý den, 37...zvýšená teplota,  
Zdroj: <http://www.napadnik-aktivizace.cz>

## VYLUŠTĚNÍ Z MINULÉHO ČÍSLA

Výherkyní dárkového balíčku za tajenku

Křížovky z minulého čísla se stává

paní Jurniklová.



## JINÉ DŮLEŽITÉ INFORMACE

### POZVÁNKA DO NOVĚ OTEVŘENÉHO KLUBU ZPĚVU

Příspěvková organizace Sociální služby Šternberk otevřela od února 2018 nový **Klub zpěvu**. Klub zpěvu je určen pro seniory a seniorky z města Šternberka a je pro přihlášené zdarma. Klienti si s lektorkou, která je doprovází hrou na klávesy, zpívají jen tak pro radost. K dispozici jsou tištěné texty písní, takže si může zazpívat opravdu každý, i pokud písničku nezná.

Klub zpěvu probíhá **každý druhý čtvrtek v čase od 14,00 do 15,00 hod. v areálu Domu s pečovatelskou službou v Aktivizační místnosti na ulici Hanácká 2**. Stále ještě nemáme všechna místa obsazená, proto Vás srdečně zveme, můžete se přijít jen tak nezávazně podívat a přihlásit se, pokud se Vám bude v Klubu líbit. Níže se můžete podívat na přehlednou tabulku termínů Klubu zpěvu do konce června 2018 a vybrat si, kdy si přijdete zazpívat.

KLUB ZPĚVU 2018		
3. 5. 2018	14,00 – 15,00	pí Reimerová, učebna Hanácká 2
17. 5. 2018	14,00 – 15,00	p. Korhoň a p. Zapletal, učebna Komenského 40
31. 5. 2018	14,00 – 15,00	pí Reimerová, učebna Hanácká 2
14. 6. 2018	14,00 – 15,00	p. Korhoň a p. Zapletal, učebna Komenského 40
28. 6. 2018	14,00 – 15,00	pí Reimerová, učebna Hanácká 2

## CO PŘIPRAVUJEME

### SETKÁNÍ ČLENŮ ZÁJMOVÝCH KLUBŮ V ROCE 2018

**Dne 7. června 2018 od 16,00 hod.** je naplánováno první společné setkání klientů zájmových klubů pro seniory, kde se klienti a jejich lektoři potkají s představiteli města Šternberka a organizace Sociální služby Šternberk, p.o. Setkání se koná v Kulturním domě ve Šternberku ve velkém sále. Všichni klienti zájmových klubů dostanou vstupenku na tuto akci ve svých klubech a tato akce je pro ně zdarma. Pro ostatní zájemce je vstupenka za cenu 90,-Kč k dispozici v pokladně organizace, Komenského 40 od 30. června 2018 v době úředních hodin.

Pro účastníky setkání je připraven bohatý program i občerstvení. Těšíme se na setkání s Vámi.

### DĚTSKÝ DEN V DALOVĚ – AZYLOVÉM DOMĚ – BYDLENÍ PRO MATKY/OTCE S DĚTMI V TÍSNI

Červen bude v azylovém domě v Dalově patřit Mezinárodnímu dni dětí. Tradiční Den dětí v Dalově se bude konat v sobotu **16. června 2018 od 11:00 hod. do 17:00 hod.**, kdy pro děti i jejich rodiče bude připravena spousta her, soutěží, občerstvení, malování na obličej a děti si vyzkouší střelbu laserem pod vedením Městské policie Šternberk.

Těšit se můžete i na obří nafukovací skluzavku a skákací hrad. Sociální služby Šternberk, p.o. a celý kolektiv azylového domu Vás srdečně zvou na zábavné odpoledne do azylového domu.

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.

## **PLÁNOVANÉ AKCE V ZÁJMOVÝCH KLUBECH**

Na 26. června 2018 je plánován výlet Klubu seniorů II. na Svatý Kopeček u Olomouce. A společně pak Klub seniorů I. i II. pojedou 1. 6. 2018 na divadelní představení Zvonokosy do Moravského divadla v Olomouci.

## **SLAVNOSTNÍ OTEVŘENÍ REKONSTRUOVANÉ ČÁSTI DOMOVA PRO SENIORY VE ŠTERNBERKU**

Slavnostní otevření rekonstruované části Domova pro seniory ve Šternberku je plánováno na konec června 2018. Tato slavnostní akce završí více jak půlroční rekonstrukci 3. patra v domově pro seniory, kde vznikla mimo jiné i nová společenská místnost pro sociální aktivizace našich klientů, včetně sociálního zařízení a zázemí pro zaměstnance. Tato akce bude také oslavou nového výtahu, který byl v domově zřízen.

Příští srpnové číslo zpravodaje se bude věnovat právě sociální službě domov pro seniory, tedy konkrétně našemu Domovu pro seniory Šternberk, Na Valech 14. Přineseme fotografie nových prostor domova a porovnáme je s původním stavem.

## **REMINISCENČNÍ KOUTEK V DOMOVĚ PRO SENIORY**

Dovolujeme si požádat občany města Šternberka o spolupráci a pomoc při zařizování a vybavování nového reminiscenčního (vzpomínkového) koutku v Domově pro seniory Na Valech 14 ve Šternberku. Reminiscenční koutek je místem nabízejícím klientům nejen příjemné posezení, odpočinek, ale hlavně vzpomínání prostřednictvím vybavení koutku v retro stylu.

Proto uvítáme starší nábytek z období 50.- 70. let, který nám umožní tento retro koutek vytvořit, a udělat tak radost klientům domova. Prostor není velkých rozměrů, proto uvítáme pouze menší kusy nábytku - křesla, stolky, police, retro předměty, dobové časopisy, vyšívané dečky, vybavení kuchyně, starší rádia a jiné.

V případě zájmu prosím kontaktujte sociální pracovníci Domova pro seniory Šternberk na tel. číslo 585 013 784, 777 781 441, email: [skacelova@socialnisluzby.cz](mailto:skacelova@socialnisluzby.cz). Pokud si nejste jisti, zda je váš dar vhodný do reminiscenčního koutku, můžete zaslat jeho fotografie předem emailem. Děkujeme.

---

## **ZPRAVODAJ**

### **Informační Zpravodaj příspěvkové organizace Sociální služby Šternberk**

**Číslo: 11/2018 květen**

**Vydavatel:** Sociální služby Šternberk, příspěvková organizace  
**Příspěvky ze středisek:** Bc. Natálie Bělajevová, Renáta Skácelová, DiS., Mgr. Gabriela Šínová,  
Bc. Michaela Vytřísalová  
**Editor, korektura:** Mgr. Hana Dvorská, Mgr. Martina Kučerová

---

Vaše připomínky, podněty nebo případné příspěvky směřujte na následující kontakt:  
Mgr. Hana Dvorská, Sociální služby Šternberk, p.o., Komenského 40, 785 01 Šternberk,  
tel.: 585 002 125, [dvorska@socialnisluzby.cz](mailto:dvorska@socialnisluzby.cz) .

Zpravodaj je vydáván pouze pro interní potřebu organizace Sociální služby Šternberk, p. o.



Canisterapie v Domově pro seniory



Domov pro seniory – předání Peniny medvídků



Turnaj v žolíku Klub seniorů II.



Klub seniorů I.



Pálení čarodějnic v Azylovém domě v Dalově



Sportovní hry v Azylovém domě v Dalově



Domov pro seniory



Májová kavárna pro klienty terénních služeb