



Spokojený senior

občasník Občanského sdružení Spokojený domov

Číslo 1

Leden - únor 2010

Ročník II.

ZDARMA

Milí čtenáři,

vítám vás v prvním letošním čísle časopisu a dovoluji mi hned v úvodu poděkovat. Velký dík patří **Nadaci Taťány Kuchařové - Krása pomoci**, která přispěla Spokojenému domovu na úhradu mzdových nákladů našich pečovatелů. V této nejisté době pro nás příspěvek znamenal výraznou podporu. Rok 2010 tedy začal pro Spokojený domov úspěchem. Přál bych si, aby podobné úspěchy - a to nejen finanční - následovaly a mohli jsme poskytovat i nadále naše služby alespoň v takovém rozsahu, jako dosud.

Úspěšný rok 2010 přeji samozřejmě i vám, našim čtenářům.

Petr Novák



Taťána Kuchařová – čtěte rozhovor na straně 3

Obsah čísla:

- **Informace o našich službách**
⇒ str. 1
- **Kultura a volný čas**
⇒ str. 2
- **Rozhovor s Taťánou Kuchařovou**

NADACE TAŤÁNY KUCHAROVÉ

Krása pomoci

- ⇒ str. 3-5
- **Představujeme seniorský taneční a pěvecký soubor Kamínek**
⇒ str. 6
- **Genealogie aneb pátrání po předcích**



- ⇒ str. 7-8
- **Co se změnilo v roce 2010 v sociální oblasti**
⇒ str. 9-10
- **Minidotazník – Petr Novák**
⇒ str. 11

Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

číslo účtu: 193407690/0300

Informace o službách Občanského sdružení Spokojený domov

Naše služby jsou zaměřené především na seniory, osoby se sníženou soběstačností, chronicky nemocné, zdravotně znevýhodněné. Služby poskytujeme v domácnostech osob, tedy v jejich přirozeném prostředí.

Oblast naší působnosti:

- **Středočeský kraj**
Mladá Boleslav, Mnichovo Hradiště, Bakov nad Jizerou, Kněžmost, Dolní Bousov a okolí
- **Královéhradecký kraj**
Sobotka, Libuň a okolí
- **Liberecký kraj**
Příšovice, Rovensko pod Troskami, okolí Turnova

Zaměřujeme se na poskytování služeb v malých obcích těchto regionů.

Poskytované služby:

- **PEČOVATELSKÁ SLUŽBA** – je zde pro seniory a osoby, které již nemají dostatek soběstačnosti, ale chtějí co nejdéle setrvat v domácím prostředí a žít život, na který jsou zvyklí; do této služby patří například hygienická péče, zajištění nákupů, dovážka obědů, pomoc při podávání jídla, výpomoc v domácnosti, doprovod k lékaři, na úřady, na nákup, za kulturou; **službu poskytujeme 7 dní v týdnu, zpravidla od 6 do 22 hodin**, po dohodě je možné sjednat i jiný čas;
- **OSOBNÍ ASISTENCE** – umožňuje osobám se zdravotním postižením žít plnohodnotný nezávislý život ve vlastním přirozeném prostředí, který se co nejvíce blíží jejich běžnému standardu; **službu poskytujeme 7 dní v týdnu 24 hodin denně**;
- **ODLEHČOVACÍ SLUŽBY** – poskytujeme osobám, které doma pečují o seniory nebo nemocné či handicapované blízké; umožňují pečujícím osobám odpočinek od každodenního stereotypu péče; služba nabízí poskytnutí péče o Vašeho blízkého v době Vaší nepřítomnosti, a to v přirozeném prostředí, na které je Váš blízký zvyklý, tedy ve Vaší vlastní domácnosti;
- **SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY** – mají za úkol pomoci seniorům a zdravotně postiženým začlenit se do společnosti; patří sem například kulturní a vzdělávací aktivity, počítačové kurzy, zdravotní přednášky, vydávání časopisu;

Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

číslo účtu: 193407690/0300

Kultura a volný čas

Výstava Irena Jůzová ŽLUTÝ POKOJ

15. ledna – 14. února 2010

GALERIE Městského paláce Templ, Krajčířova 102, Mladá Boleslav

Výstava bude zahájena : ve čtvrtek 14. ledna

Čas: v 17:00 hodin

Úvodní slovo pronese: Miroslava Adámková Procházková

Výstavu pořádá: Kultura města Mladá Boleslav a.s.

Výstava se uskuteční pod záštitou PhDr. Pavla Filipa, ředitele společnosti Kultura Města Mladá Boleslav a.s.

Důležitým tématem výstavy Ireny Jůzové „ŽLUTÝ POKOJ“ je přesvědčení, že existují okamžiky, kdy můžeme spatřit to, co se skrývá pod povrchem okolního světa. Více než fotografie nebo film o těchto zkušenostech dokáže vyprávět tentokrát kresebný

záznam, projekce a trojrozměrný objekt. Pomocí nich dál předává autorka své tajemství a vize „jiné“ skutečnosti.

Otevírací doba

Úterý – neděle od 9.00 – 12.00, 13.00 – 16.00 hodin

Doprovodný program:

2. února 2010 se uskuteční v 9.00 hodin workshop pro studenty s autorkou výstavy a v 17.00 hodin beseda a komentovaná prohlídka s autorkou v rámci cyklu Setkání s výtvarníkem.

Rezervace nutná!

Další informace a rezervace:

Městský palác Templ – Alena Nastoupilová, Miroslava Matoušková

Tel: 326 725 381

E-mail: templ@kulturamb.eu

www.kulturamb.eu, www.kssvet.cz

ADINA MANDLOVÁ

aneb Zlatý věk filmových hvězd

14.1.-14.3. 2010

Muzeum Mladoboleslavska a Milan Wolf - Film-Muzeum mimo pondělí, 9-12, 13-16 hodin

MUZEUM Mladoboleslavsko

FILM - MUZEUM

Poradeno a připraveno a provedeno
Institucí Středočeského újezd
MÚD: Dvůrník Rada

Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

číslo účtu: 193407690/0300

„K seniorům mám od malinka pozitivní vztah“

Rozhovor s modelkou Taťanou Kuchařovou, jejíž nadace poskytla příspěvek Spokojenému domovu

▪ Petr Novák

Na přelomu roku se Občanské sdružení Spokojený domov potýkalo s finančními problémy. **Nadace Taťány Kuchařové – Krása pomoci** nám svým příspěvkem pomohla tyto problémy alespoň částečně zažehnat. Patronka nadace Taťána Kuchařová poskytla časopisu Spokojený senior rozhovor.



Jaký máte vztah k seniorům? Proč se vaše nadace zaměřuje zrovna na ně?

K seniorům mám od malinka pozitivní vztah, který začal již u mých babiček a dědečků. Starších lidí jsem si vždy moc vážila pro jejich rozum, pochopení a schopnost pomáhat druhým. K tomu jsem přihlížela při zakládání nadace a ještě pak k tomu, jak těžké období si v současné době starší lidé zažívají.

Jak dlouho nadace „Krása pomoci“ funguje?

Nadace na jaře oslaví již 2 roky své existence.

Sledujete situaci v sociálních službách?

Máte na to čas?

Samozřejmě že sleduji tuto situaci, ale podrobnější informace mně podávají spolupracovníci, kteří v nadaci pracují. Společně pak určujeme strategii do budoucna.

Kromě všech svých aktivit jste taky studentkou Vysoké školy finanční a správní. Jak vám studium jde?

Mám stanoven individuální studijní plán a po dohodě s pedagogy si ho plním. Pochopitelně je to velmi náročné a ke studiu využívám veškerý volný čas, kterého nemám příliš.



S Markem Vašutem na křtu kalendáře Krása stáří

Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

číslo účtu: 193407690/0300

Jak si představujete své vlastní stáří?

Své vlastní stáří bych ráda prožila aktivně a v blízkosti přírody, zejména té, co mám kolem mého milovaného Opočna. Pochopitelně záleží i na zdraví, které v té době budu mít.

Máte ráda zvířata?

Zvířaty všeho druhu jsem byla od dětství obklopena, miluji pejsky, kočičky, morčata, králíky, prostě všechny mám moc ráda. Škoda jen, že vzhledem k mému velkému časovému zaneprázdnění nemohu mít momentálně žádné doma.



Adventní koncert Harmonie 2009

Na internetu jsem se dočetl, že mezi vaše koníčky patří historie. V tomto čísle je mimo jiné článek o genealogii. Zajímáte se v rámci historie o své rodinné kořeny?

Podrobně se zajímat o své kořeny mne velmi láká, ale vzhledem k mému nedostatku času to zatím nejde. Možná to bude jedna z aktivit v mém pozdějším věku.

Jaký dárek pod stromečkem vám udělal největší radost o uplynulých Vánocích?

Vždy mně udělají radost všechny dárky, ale vždy mám největší radost z knížek, letos jsem jich opět několik dostala.



*Charitativní akce Czech Benefashion v roce 2009
v New Yorku*

Jaké to je mít narozeniny den před Štědrým dnem?

Nevadí mi to a slavím je tak, jako každý druhý. V den, na který padnou, ne až na Štědrý den.

Bilancovala jste, jaký byl pro vás rok 2009?

Vždy po skončení roku ho letmo vyhodnocuji a musím konstatovat, že uplynulý rok byl alespoň z profesionálního pohledu velmi úspěšný, navázala jsem mnoho nových zajímavých kontaktů a uzavřela celou řadu kontraktů, činnost Nadace byla rovněž velmi uspokojivá a proběhl i nový ročník Miss ČR, kterému jsem byla poprvé prezidentkou.

Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

číslo účtu: **193407690/0300**

Co považujete v roce 2009 za svůj největší úspěch, případně za největší úspěch vaší nadace?

Za můj největší úspěch z obou těchto pohledů považuji realizaci Miss ČR, organizovanou v duchu charitativní, nikoliv komerční filozofie.

Jaká jsou vaše očekávání od roku 2010?

Od roku 2010 očekávám i přes trvající ekonomickou krizi, že sponzoři budou v rámci svých možností šetřit k naší Nadaci – Krása pomoci, abychom i nadále mohli účinně pomáhat potřebným občanům, zejména těm dříve narozeným. Dále bych byla ráda, kdyby veškeré akce, které máme na tento rok naplánované, dopadly dobře a ke spokojenosti těch, pro které je organizujeme.

Máte na závěr nějaký vzkaz pro naše čtenáře?

Všem čtenářům bych především ráda do roku 2010 popřála hodně zdraví, osobní a společenské spokojenosti a štěstí pro ně a jejich nejbližší.

Taťána Kuchařová (*23. 12. 1987) pochází z Opočna ve východních Čechách, kde žije celá její rodina. Absolvovala gymnázium a v současné době studuje Vysokou školu finanční a správní. K jejím zálibám patří sport, tanec, historie a cestování. Hovoří česky, anglicky a španělsky. V roce 2006 získala titul Miss České republiky a poté zvítězila v nejprestižnější světové soutěži krásy Miss World.

NADACE TAŤÁNY KUCHAROVÉ

Krása pomoci

Účelem Nadace je zajištění finanční, materiální, humanitární, právní, odborné, personální nebo vzdělávací podpory a pomoci zdravotně, sociálně či ekonomicky znevýhodněným jedincům či skupinám na území České republiky i v zahraničí.

Cílem je usilovat o trvalé vyřešení problematické situace znevýhodněných jednotlivců či skupin nebo alespoň o zlepšení kvality jejich života.

Nadace Taťány Kuchařové - Krása pomoci se snaží naplňovat své poslání a cíle zejména podporou prověřených projektů jednotlivých neziskových organizací, jejichž realizace a podpora účinně pomáhá a řeší konkrétní problémy jednotlivců či skupin lidí. Podpora Nadace je zejména směřována na pomoc seniorům, Domům na půl cesty a jejich klientům - mladým lidem ve věku 18-26 let. Podporuje také jednotlivce, kteří se ocitli v nelehké životní situaci.

Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

číslo účtu: **193407690/0300**

Senioři v Modrém kameni zpívají a tančí

Představujeme taneční a pěvecký soubor Kamínek



Historie souboru Domova Modrý kámen, poskytovatele sociálních služeb v Mnichově Hradišti, se začala psát na podzim roku 2000. Senioři se začali scházet při sledování videokazet s hudebními pořady a při poslechu písniček z magnetofonu. Postupně se k nahrávkám přidávali vlastním zpěvem. K nacvičení prvního veřejného vystoupení už nebylo daleko. Stalo se tak při příležitosti oslav 2. výročí pobytu v novém domově. Další krátká hudebně recitační vystoupení brzy následovala. 1. března 2002 vznikl pod vedením nové muzikoterapeutky Pavlínou Landové pěvecký soubor „Kamínek“, který má v současnosti 8 členů. Žádná významná událost domova se už bez těchto zpěváků neobejde. Také mimo domov soubor pravidelně vystupuje v místních mateřských školách, léčebně dlouhodobě nemocných,

v jiných domovech. Vystupoval s úspěchem i na festivalech a významných oslavách našeho města, na výstavišti v Lysé nad Labem a ve skanzenu v Kouřimi. Od roku 2004 se začali zabývat tanečky vsedě. Choreografie je zcela originální, protože autorka Pavlína Landová vychází z momentálních schopností a možností členů souboru. Pravidelné zkoušky souboru se tím velmi oživily, protože tento druh pohybu všechny baví! V současné době Kamínek připravuje pásmo vojenských písní včetně tanečků vsedě. **Iveta Čermáková**



Soubor Kamínek na oslavě 5 let O. s. Spokojený domov v září 2009

I v roce 2010 se budou konat pravidelné schůzky **SPOLKU RODÁKŮ A PŘÁTEL MNICHOVA HRADIŠTĚ A OKOLÍ** - a to opět ve společenské místnosti KLUBu, s.r.o. („vinárna“, 1. patro) na Masarykově nám. 299, vždy druhý čtvrtek v měsíci, začátky setkání budou od 18 hodin.

Termíny schůzek v 1. pololetí roku 2010:

11. února 2010 - začátek již v 17 hodin!!!

11. března 2010

8. dubna 2010

13. května 2010

10. června 2010

Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

číslo účtu: **193407690/0300**

Genealogie aneb pátrání po předcích

Po předcích můžete pátrat v matrikách, ale dobrým základem je i rodinný archiv a vzpomínky

▪ Petr Novák

Genealogie patří mezi pomocné vědy historické. Zkoumá vztahy mezi lidskými jedinci, které vyplývají z jejich společného rodinného původu. Nejčastějším českým ekvivalentem genealogie je slovo rodopis. Na genealogické bádání lze nahlížet několika způsoby – můžeme vytvořit například soupis všech předků jednotlivce. Další metodou je zkoumání všech potomků určitého jedince – buď pouze po meči (tedy nositele jednoho příjmení), nebo můžeme sledovat i potomstvo provdaných žen pocházejících z tohoto rodu.

Kde začít v pátrání?

V pátrání může začít každý u sebe doma. Jména a osobní data rodičů a prarodičů obvykle všichni známe. Co nevíme, můžeme si upřesnit z rodinných dokumentů, které doma najdeme. V období německé okupace mnozí lidé museli prokazovat svůj árijský původ do třetího pokolení, dají se tedy využít i tyto dokumenty, pokud jsou v rodinném archivu k dispozici. Jakmile známe jména, data a místa narození našich nejstarších předků, kteří se dají vypátrat takto „z domova“, vypravíme se podle příslušného místa další údaje hledat do matrik. Matriky se dělí na tzv. živé a mrtvé.

Živé matriky se nacházejí na pověřených obecních či městských úřadech (zhruba 100 let), mrtvé matriky pak v pěti státních oblastních archivech (v Praze, Plzni, Třeboni, Zámrsku a Litoměřicích) a dvou zemských archivech (v Brně a Opavě). Matriky uložené v archivech jsou přístupné široké veřejnosti, do matrik na úřadech lze nahlížet pouze za splnění určitých podmínek stanovených v zákoně. Povinné a jednotné vedení matrik u nás zavedly až reformy Josefa II. v 18. století. Genealogické prameny před touto dobou jsou proto méně úplné a systematické. Často musíme spoléhat pouze na náhodné informace z listin a úředních knih, které bývají také v archivech k dispozici.

Genealogie neznamena jen vytváření diagramů vyjadřujících rodinné vztahy. V zájmu řady badatelů je i shromažďovat životopisné informace jednotlivců figurujících v rodokmenu. K tomu slouží mnoho rozmanitých pramenů. Kromě zmínek v archivech to jsou nejrůznější dokumenty, dopisy a fotografie nalezené doma a v neposlední řadě ústní vzpomínky rodinných příslušníků a pamětníků. Důležité je tyto vzpomínky písemně zaznamenat. V opačném případě vzpomínky odejdou

Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

číslo účtu: **193407690/0300**

spolu s jejich nositeli a v žádném archivu je už nenajdete. Spoustu informací zůstává navždy zapomenuto, protože zaznamenávání vzpomínek pamětníků se málokdo věnuje. Děti a dospívající se totiž o minulost svého rodu obvykle nezajímají, lidé v produktivním věku na tento koníček nemají čas a senioři už se nemají koho na své předky zeptat.



Jedním ze zdrojů informací o předcích jsou i staré rodinné fotografie. Na snímku je rodina Hovorkových z Dobrovice na začátku 30. let 20. století.

Využití moderní techniky

V pátrání po předcích pomáhá v mnoha směrech i moderní technika. Existuje bezpočet počítačových programů na tvorbu rodinných stromů, na počítači se dají vytvářet databáze rodinných dokumentů, retušovat a jinak upravovat staré poškozené rodinné fotografie. Internet pomáhá ve vyhledávání vzdálených příbuzných a komunikaci s nimi. Na internetu mnozí lidé vystavují už svoje zpracované rodokmeny,

takže budete-li mít štěstí, narazíte na rodopisné stránky svého vzdáleného příbuzného a ušetříte si tím velký kus práce.

Proč pátrat po předcích?

Poznání předků pomůže chápat život v širších souvislostech. S předky jsme spjati citově, duchovně, geneticky... Říká se „*Nezjistíš-li, odkud pocházíš, nezjistíš, kdo jsi a kam jdeš.*“ Pochopení života předků nám pomůže pochopit i život vlastní. Proto je důležité minulost svého rodu znát a vědět, čím se předkové zabývali, jací byli a jaké řešili problémy... Pomůže nám to dát směr i našim vlastním životům.

Základní pojmy:

Probant = osoba, od níž se vyvíjí rozrod nebo vývod, bývá to i sám genealog

Pokrevnosti = vztah mezi osobami, které pocházejí z jediného předka

Příbuzenství (sešvagření) = vztahy vzniklé manželstvím (tj. vztahy k pokrevním příbuzným partnera)

Vývod = souhrn předků jednotlivce

Rozrod = souhrn potomků jednotlivce

Literatura:

- Pohanka, Henry. *Sám proti toku času aneb genealogií k vlastním kořenům.* Litvínov : DIALOG, 2002.
- Řičař, Kristoslav. *Občanská genealogie.* Český Brod : IVO ŽELEZNÝ, 2000.

Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

číslo účtu: 193407690/0300

Nejvýznamnější změny v sociální oblasti od 1. ledna 2010

- **Snížení příspěvku na provoz motorového vozidla**

Příspěvek na provoz motorového vozidla byl od letošního roku snížen. U osob, jejichž zdravotní stav odůvodňuje přiznání mimořádných výhod **II. stupně (průkazka ZTP)**, byla jeho výše snížena z 6 000 Kč na **3 000 Kč**. Držitelům průkazu **ZTP/P** (těžce zdravotně postiženým občanům **III. stupně**) byl příspěvek snížen z 9 900 Kč na **7 920 Kč**.

- **Nové vymezení invalidity**

Byly zrušeny pojmy „plný invalidní důchod“ a „částečný invalidní důchod“. Nově se invalidita dělí do tří stupňů – **invalidita prvního, druhého a třetího stupně**. Dosavadní plný invalidní důchod se považuje za invalidní důchod pro invaliditu třetího stupně. Dosavadní částečný invalidní důchod se považuje za invalidní důchod pro invaliditu prvního nebo druhého stupně (podle procent poklesu pracovní schopnosti). O změně dosavadního plného nebo částečného invalidního důchodu na invalidní důchod podle nových pravidel budou důchodci písemně informováni nejpozději do 31. ledna 2010.

- **Změna plného invalidního důchodu na důchod starobní**

Dosud pobírali občané invalidní důchody až do konce života. Podle nové právní úpravy **se dosažením věku 65 let mění invalidní důchod na důchod starobní**, a to ve stejné výši. Poživatel takového starobního důchodu však může požádat i o výpočet starobního důchodu podle standardních pravidel, v takovém případě mu bude náležet starobní důchod, který bude vyšší. Poživatelům invalidních důchodů, kteří dosáhli věku 65 let už před 1. lednem 2010, byly tyto důchody přeměněny na důchody starobní. O této přeměně budou poživatelé důchodů písemně informováni nejpozději do 31. ledna 2010.

- **Zvyšování procentní výměry starobního důchodu za dobu výdělečné činnosti při souběžném pobírání tohoto důchodu**

Dříve mohl občan po vzniku nároku na starobní důchod buď požádat o výplatu důchodu, nebo být výdělečně činný bez pobírání důchodu a důchod (přesněji řečeno jeho procentní výměru) si tím zvyšovat. Nově mají občané možnost zvyšování procentní výměry starobního důchodu i při jeho současném pobírání.

- **V případě přivýdělku k důchodu zrušení podmínky sjednání pracovněprávního vztahu nejdéle na dobu jednoho roku**

Dříve bylo jednou z podmínek pro nárok na výplatu starobního důchodu vedle příjmu z výdělečné činnosti sjednání pracovněprávního vztahu na dobu určitou, a to nejdéle jednoho roku. Tato podmínka od 1. ledna 2010 už neplatí.

Naším cílem nebyl podrobný popis všech změn, ale pouze nastínění těch nejzásadnějších. Podrobnější informace o změnách důchodů najdou občané v letáčích, které jsou k dispozici na pracovištích České správy sociálního zabezpečení (ČSSZ). K dispozici je také telefonická informační linka ČSSZ týkající se důchodového pojištění **257 062 860**, na které pracovníci vyřizují dotazy veřejnosti a poskytují informace o důchodech.

Redakční okénko

- **Sháníte starší čísla časopisu Spokojený senior?**

Pokud máte přístup k internetu, najdete je v elektronické podobě na adrese:

<http://www.spokojeny-domov.cz/casopis>

V tištěné podobě si je můžete vyzvednout v našich kancelářích v Mn. Hradišti (Jana Švermy 378) a v Kněžmostě (U Střediska 24). Připravujeme seznam dalších distribučních míst. Pro podrobnější informace volejte na tel. **773 635 633** nebo pište na **novak@spokojeny-domov.cz**

- **Chcete se podílet na tvorbě časopisu?**

Na výše uvedených kontaktech uvítáme i jakékoliv připomínky k časopisu, tipy na články, náměty na akce vhodné pro seniory a zdravotně postižené a v neposlední řadě i vaši vlastní tvorbu – vzkazy, vzpomínky, fotografie, kresby, články o vašich koníčcích...

Poděkování

Občanské sdružení Spokojení domov děkuje společnosti Siemens s.r.o., která nám v rámci projektu Siemens Fond pomoci poskytla finanční prostředky na nákup motorových kol a pracovních oděvů pro naše pečovatele.

SIEMENS

Fondpomoci



Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

číslo účtu: **193407690/0300**

Minidotazník

Kdo je kdo ve Spokojeném domově

Petr Novák, DiS.

koordinátor sociálně aktivizačních služeb,
šéfredaktor časopisu, osobní asistent



1. Jak dlouho ve Spokojeném domově pracuji

Od srpna 2008.

2. Kde jsem pracoval dřív a co mě přimělo k práci ve Spokojeném domově

Spokojený domov je moje první zaměstnání. Předtím jsem absolvoval vyšší odbornou školu v Pardubicích, obor sociální práce. Když jsem hledal zaměstnání, Spokojený

domov jsem si vybral víceméně náhodou. Se seniory jsem si však vždy rozuměl, takže s prací jsem se velmi brzy sžil.

3. Co se mi na mé práci líbí a co naopak nelíbí

Líbí se mi její různorodost, poznávání nových lidí, možnost seberealizace, získávání nových zkušeností a kontaktů.

Nelíbí se mi časová náročnost a nedostatek finančních prostředků, který brzdí rozvoj Spokojeného domova.

4. Jak trávím volný čas

Jelikož kromě práce ještě dálkově studuji, volného času moc není. Ale rád chodím do divadla, trávím čas s přáteli, v létě jezdím na kole...

5. Jak si představuji svůj život ve stáří

Aktivně. Budu cestovat, vzdělávat se, pracovat s moderní technikou... Tak jako mi je to sympatické u dnešních seniorů, když v moderním světě uplatňují své nabyté zkušenosti.

V dalších číslech chystáme mimo jiné rozhovory s těmito regionálními i celonárodně známými osobnostmi:

- **pro příznivce psychologie a zvířat:** psycholožka **Petra Černá Rynešová**,
- **pro milovníky historie:** historik **Jaromír Jermář**,
- **pro tanečníky:** taneční mistr **Jindřich Hes senior**,
- **pro posluchače hudby:** textař **Eduard Krečmar**,
hudební skladatel a zpěvák **Jiří Zmožek**.

Vydává Občanské sdružení Spokojený domov

terénní pečovatelská služba a osobní asistence, odlehčovací služby, sociálně aktivizační služby

<http://www.spokojeny-domov.cz>, tel.: 774 423 414, e-mail: sekretariat@spokojeny-domov.cz

Sídlo: Veselá č.p. 159, 295 01 Mnichovo Hradiště, IČO: 26676281.

Číslo účtu: 193407690/0300

Adresa redakce: Jana Švermy 378, 295 01 Mnichovo Hradiště

Šéfredaktor: Petr Novák, DiS. - tel.: 773 635 633, e-mail: novak@spokojeny-domov.cz

Redakční rada: Bc. Kamila Sedláková, Hana Rejzková, Ing. Theodor Honický

Tisk: tiskárna DUOPRESS Mnichovo Hradiště