

ČTVRTLETNÍK NADĚJE ZLÍN

BŘEZEN 2017, ROČNÍK 8, ČÍSLO 1



PŘÍBĚH Z LEKCE ANGLIČTINY

Paní Věra byla dobrá šéfová, oblíbená v pracovním týmu, skvělá kuchařka a pekařka. Když jí děti odešly z domu, ráda se dělila o výtvary svého pekařského umění s rodinami svých kolegyň... každé vánoce je obdarovávala vánočkou. Lucie, dcera jedné z kolegyň, si na ni tehdy vyžádala recept.

Čas utíkal, paní Věra zestárla, odstěhovala se k dceři do Brna. Maminka Lucie a dcera paní Věry se přátelí a nedávno se setkaly. Povídky si i o tom, že paní Věra si už téměř na nic nevzpomíná. „Jaká škoda, že jsme si nezapsali ty maminčiny báječné recepty“, litovala dcera paní Věry.

Tak došlo k vzájemnému obdarování – Lucie po letech předala zpátky recept, který paní Věra díky nemoci a stáří zapomněla. Její dcera byla šťastná, že se objevilo něco, co připomíná její maminku, když byla při plné síle.

Není to příběh o jídle či záchraně jednoho receptu. Jde o to, že co dobrého pustíme do světa, jde svou cestou a jednou se vrátí.

Příběh se stal mojí lektorce angličtiny. Máte podobnou zkušenost? Napište nám ji do příštího čísla, rádi otiskneme. To potěší.

Milé čtenářky a čtenáři, přeji nám všem krásné a voňavé jaro!

Kateřina Pivoňková

AKCE NADĚJE ZLÍN V ROCE 2017

11. 4. 2017

VELIKONOČNÍ JARMARK

18. 4. 2017

KABELKOVÝ VELETRH

Městské divadlo Zlín

15. 7. 2017

**KONCERT DUŠE ZPÍVEJ
S NADĚJÍ**

Kongresové centrum Zlín

10. 11. 2017

**BENEFIČNÍ SPOLEČENSKÝ
VEČER**

...NA VLNĚ NADĚJE

Interhotel Moskva Zlín

24. 11. 2017

VÁNOČNÍ JARMARK

29.–30. 11. 2017

DOBROČINNÝ BAZAR

OC Kvítková Zlín

NOVINKY Z VITKU



S novým rokem máme i spoustu novinek ve VITKU. Renata Farná se stala vedoucí sociální pracovnící, jako posilu zde máme novou kolegyni Danielu Peprnovou a společně s Martinem Staškem tak tvoříme stabilní tým.

Otvírací doba je jiná - v pondělí máme nově otevřeno, v úterý místo toho zavíráme, středa až pátek zůstává stejně.

Naší největší výzvou je celoroční akce „Rozjedme VITEK“, do které se klienti začínají postupně zapojovat. Každý měsíc mají možnost se zúčastnit jedné sportovní či jiné aktivity a pomoci tak někomu druhému a současně i sami sobě. V lednu jsme byli na procházce na Chladnou studnu, kde jsme nakrmili hladové ptactvo, v únoru proběhl orientační běh spojený s poznáváním vizevického okolí a na březen chystáme sportovní odpoledne s aplikací EPP Pomáhej pohybem.

Aby se klienti i my dozvěděli něco nového nebo si připomněli již známé informace, každý měsíc zveme na besedu externí odborníky na různou problematiku (terénní pracovník z Onyxu, paní z Ruska a další).

S příchodem jara vylepšujeme interiér VITKU – na stěně máme novou tapetu a chystáme se vyzdobit parapety květinami, které si klienti sami zasadí. Protože led roztál i na fotbalovém hřišti a blíží se každoroční Turnaj NZDM v malé kopané, začínají hráči pilně trénovat.

Klienti se pomalu přizpůsobují nové organizaci klubu a začínají se více zajímat o jeho dění. Sami postupně přichází s nápady, jak VITEK oživit. Do nového roku se nám tedy podařilo vstoupit úspěšně, doufáme, že se nám stejně dobře povede i dál.

Daniela Peprnová

PAN JAROSLAV ČERNÝ

Na konci ledna nás opustil dlouholetý klient našeho domova, pan Jaroslav Černý, kterého jste mnozí znali mj. jako zaníceného meteorologa. Jako milou vzpomínku na něj vám přinášíme část rozloučení, která sepsala paní Jana Černá, manželka synovce pana Černého, a která zazněla v závěru posledního rozloučení s panem Černým v kostele na Jižních Svazích 2. 2. 2017.

Pan Jaroslav Černý se narodil v dubnu roku 1944 jako druhý ze tří bratrů, panu Františkovi Černému a Boženě Černé. Žili společně v obci Lehotice, kde se také synové vyučili.

Nikdo panu Černému v Lehoticích neřekl nijak jinak, než náš Jara.

V Lehoticích ho měli všichni spoluobčané velmi rádi. Kdykoli potřeboval kdykoli pomoci, a požádal pana Jaroslava o pomoc třeba na stavbách rodinného domu nebo při kopání hloubkové studny, Jarda velmi ochotně vždy každému pomohl.

Pan Jaroslav Černý byl v řadě svých úctyhodných koníčků především hasič, který byl opět vždy připraven pomoci všem spoluobčanům.

V roce 2010 však jeho plány na klidný důchod přerušila vážná nemoc hrtanu



Z DOMU POKOJNÉHO STÁŘÍ

a už nemohl samostatně žít, tak se mu snažili pomoci jeho blízcí příbuzní, zvláště pak synovec Dušan s manželkou Janou.

Pan Jaroslav se po velmi vážné operaci hrtanu dokázal vzdát svých milovaných Lechotic a od roku 2011 žil v Domě pokojného stáří v klidu a s pomocí vynikajícího personálu. O všech, kteří se o něho starali, říkal, že jsou to Andělé. Tam si ho také velice vážili, protože zapisoval počasí 3x denně po dobu několika let, staral se o ptáčky Žofinku a Filípku, se kterými zůstal prakticky až do svého tichého a klidného konce.

Milý Jardo, děkuji Ti za to, že jsme spolu mohli jít posledních sedm let společně, žeš nás inspiroval k tomu, že se dá žít i s vážnou nemocí klidný život a ještě



dělat radost okolí. Že s Tebou jsme mohli zakusit, co je v životě podstatné - totiž nezištná pomoc druhému s láskou až do posledního vydechnutí - a to je vždy velký skutek milosrdenství, pro všechny, kteří jsou otevření pro obyčejné lidské dobro bez podmínek.

Jana Černá

JSEM BĚŽECKÁ NADĚJE

...říkáte si po každém výběhu, tréninku, či alespoň pomyšlení na běh?

Ukažte světu, že vás baví nejen běhat, ale také podporovat dobrou věc.

Staňte se běžeckou nadějí.

V den Zlínského Festivalového půlmaratonu 3. 6. 2017 vyběhne 12 lidí v oranžových funkčních tričkách s nápisem Jsem běžecká NADĚJE a dá jasně najevo ke komu patří...ke zlínské NADĚJI!

Staňte se za 380 Kč (cena trika) nepřehlédnutelní a přiřadte se k nám. A pokud se závodu nezáučástníte aktivně, přijďte alespoň fandit našim Nadějným běžcům.

Pro objednání volejte, pište:

778 475 147, j.skyvarova@nadeje.cz.



OSLAVA KULATÝCH NAROZENIN

S panem Ernestem ze stacionáře jsme oslavili 90. narozeniny. Takové kulatiny si zasloužily i pořádný dort. Máme často pocit, že pan Ernest je nejmladším členem našeho týmu. Je to zasloužilý Sokol a je na to patřičně hrdý. V létě cvičí na nedalekém hřišti a v zimě by nejraději ve stacionáři dělal celý den kliky. Při každé návštěvě vzpomíná na sokolskou píseň, kterou má stále v paměti...

Pane Erneste, na kolik se cítíte?

Mám asi 1000 let, ale cítím se tak na 15!

Pane Erneste, poradte nám nějaký recept na dlouhý věk.

Každému pasuje něco jiného...

A Vaše zkušenost?

Nelámat si zbytečně hlavu nad nějakýma věcmi, se kterýma nemůžeme nic udělat. Trápit se je zbytečné. Co možu změnit, tak možu, ale co nemožu, tak si s tím nebudu trápit hlavu. To by měl každý vědět. Hlavně člověk si nesmí myslet, že mu patří svět. Musí si všimnout taky druhých, co potřebují. A pak mu bude dobře. A jestli si člověk vymýšlí,



tak ať se nediví, že je mu těžko. Že nemá to nebo ono. Musím vědět, co možu mět a co nemožu mět. My s manželkou se nepereme, nehádáme. Když neléců hrnce, tak je to dobré.

A jak to, že jste takový vitální? Co jste dělal?

Soustružníka hlavně. Hokej, fotbal. No já su hlavně Sokol! Cvičení!

Cvičil jste hodně?

V mládí ano! Měli jsme svoji píseň. Pochod všesokolský. To byla naše taková znělka.

Zapsala Lucie Kolaříková

NOVINKY O KONTAKTNÍM MÍSTĚ ČALS V NADĚJI ZLÍN

Vážení přátelé, jak si možná vzpomínáte, před časem jsme psali o tom, že se NADĚJE Zlín stala Krajským kontaktním místem České alzheimerovské společnosti. Rádi bychom vás informovali o tom, jak dále postupuje tento náš projekt, který je primárně zaměřen

na pomoc a podporu pečujícím o lidi žijící s demencí a na větší informovanost veřejnosti o této nemoci.

Na konci března budou další dvě kolegyně skládat zkoušky v dlouhodobém kurzu pro poradce pro lidi s demencí. Díky tomu se náš tým rozšíří a budeme

mít již 4 poradkyně, 2 pracovnice, které mohou provádět testování paměti a 3 pracovníky, kteří se věnují skupině pečujících. Věříme, že se nám díky tomu podaří rozšířit především časový prostor na poskytování individuálního poradenství.

Další změnou je to, že skupinu pečujících najdete od dubna pod názvem Čaje o čtvrté. Změnou názvu se hlásíme k tradici setkávání pečujících v ČALS a v jiných kontaktních místech. Také se budeme scházet častěji, 1x měsíčně, převážně 3. čtvrtek v měsíci, a v novém, pozdějším čase – v 16.30 hodin.

Některá setkání budou zaměřena na konkrétní téma, ale vždy zůstane prostor pro osobní sdílení a povídání. Všechny termíny, témata a další informace najdete na webových stránkách www.nadeje.cz/zlin - kontaktní místo a od dubna 2017 na novém webu našeho kontaktního místa – www.alzheimerzlin.cz.

Na závěr jsem si nechala to možná nejdůležitější – od dubna 2017 bude mít naše kontaktní místo svůj vlastní prostor! Najdete nás na adrese Kvítková 4703 (řada budov za hotelem Ondráš). Telefonní čísla (575 758 131, 775 889 644) i emailový kontakt (km.zlin@nadeje.cz) zůstávají v platnosti. Slavnostní otevření Krajského kontaktního místa ČALS připravujeme na 25. 4. 2017, za účasti paní Mgr. Martiny Mátlové, předsedkyně ČALS a dalších hostů.

Věříme, že těmito kroky jsme zase o kousek blíž těm, kteří pečují o své blízké s demencí, a budeme rádi, když uvedené informace budete sdílet i se svými přáteli.

Jana Chovancová

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

NAHLÉDNUTÍ POD POKLIČKU

ŠPENÁTOVÉ HOUSTIČKY

Suroviny na 20 houstiček:

250 g listového špenátu
1 balíček (50g) čerstvého droždí
2 lžíce oleje
5 dl vody
1-2 lžičky soli
1 dl pšeničných otrub
13 dl bílé chlebové mouky

Špenát rozmrazte, vymačkejte z něj veškerou tekutinu a nakrájejte jej nahrubo. Droždí rozdrobte do misky.

Olej a vodu nalijte do kastrálku a zahřejte na teplotu 37°C. Droždí zalijte trochou připravené tekutiny a zamíchejte, aby se rozpustilo. Poté přilijte zbytek tekutiny a přidejte sůl a špenát. Nakonec vmíchejte pšeničné otruby a větší díl chlebové mouky; trochu mouky ponechte stranou na hnětení. Vypracujte hladké a pružné těsto.

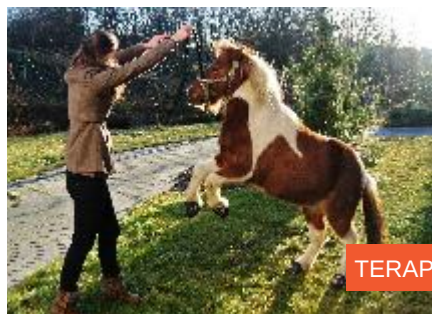
Zakryjte a nechte 30 minut v teple kynout. Vyknuté těsto přemístěte na pomoučenou pracovní plochu a důkladně je prohněťte. Vyválejte z něj váleček o délce asi 45 cm a rozkrájejte ho na 20 plátků.

Plátky naskládejte na plech vyložený pečicím papírem řezem nahoru. Nezakryté je nechte asi 30 minut kynout. Mezitím předehřejte troubu na 225°C.

Pečte asi 10 minut ve střední části trouby. Hotové houstičky nechte vychladnout na kovové mřížce.

Místo houstiček můžete z těsta vytvarovat též dva bochníky. Pečte je asi 30 minut ve spodní části trouby předehřáté na 175°C.

*Dobrou chuť
přejí pracovníci kuchyně*



TERAPIE S PONÍKEM



MIKULÁŠ V NADĚJI



NÁVŠTĚVA DĚTÍ Z MALENOVIC



RARÁŠCI



DĚVČICE Z VONICE



TANEC VE STACIONÁŘI

NA OTÁZKY ODPOVÍDÁ RADEK LUKOVSKÝ, MAJITEL KOŽENÉ GALANTERIE LUKA

Pan Radek Lukovský je podporovatelem NADĚJE Zlín. Jeho jméno, oblast podnikání i pomoc jsou od prvního ročníku spjaty s Kabelkovým VELEtrhem NADĚJE Zlín. Jeho podpora je mnohostranná. Jeho kabelky jsou součástí modních přehlídek při benefičním večeru NADĚJE Zlín. Pomoc, zprvu navázanou na kabelkovou akci, na sklonku roku 2016 rozšířil o projekt :”Pomáháme s elegancí”.

Jak se vám daří a kdo nebo co Vám v životě dělá radost?

Mám se krásně. Radost mi dělá každý den, který dobře prožiji. Moc rád trávím čas se svými dětmi. Momentálně se těším na společnou procházku s nimi a s naším odrostlým štěnětem rhodeského ridgebacka.

Kdy Vás napadlo spojit svoje podnikání s kabelkami?

Podnikat jsem začal v roce 1994. Začínal jsem prodejem spodního prádla a ponožek na stánku v Otrokovicích. V zimě, v létě, nebyla to žádná sranda... Náhodou, právě v Otrokovicích jsem se potkal s Jugoslávцем, který k nám utekl ze Sarajeva před válkou. U nás se živil stánkovým prodejem kožené galanterie. Setkání pro mě bylo zásadní. Stali se z nás přátelé a díky němu jsem rozběhl své skutečné podnikání, spojené s koženou galantiéri. Mám svůj obchod, jsem výhradním dovozcem jedné značky kabelek. Uběhlo hodně času, zažil jsem období dobrá, ale i horší. Neměnil bych.



Jaký máte vztah ke kabelkám? Sledujete módní trendy?

Svoji práci mám moc rád, upřímně nedovedu si představit, že bych dělal něco jiného. Snažím se, aby naše zákaznice byly spokojené a zavítaly se k nám opakovaně. Sleduji, co se nosí u nás i v zahraničí. Rád navštěvuji mezinárodní veletrhy módy, obuvi a kožené galanterie STYL-KABO v Brně. Nabídka v mém obchodě musí odpovídat tomu, co je aktuálně žádané. Záleží na pestrosti i kvalitě nabízeného, aby si v mém obchodě „na své“ přišli všichni zákazníci.

Kdy a proč jste začal s pomocí ostatním? Je za tím nějaký příběh, osobní zkušenost?

Různým způsobem jsem pomáhal vždycky, asi je to pro mě přirozené. Pomáhat se má. Osobních zkušeností mám několik. Jsou dobré, bohužel mám za sebou i zkušenost špatnou, ale je to dávno. Když byly povodně... Tuším, šestým rokem jsem zapojen do projektu Kabelkový VELEtrh a jsem za to rád. V době, kdy akce probíhá, je u nás v obchodě „okurková sezóna“, ale mně to nevadí. Kabelková sbírka je fajn

a jsem rád, že existuje, baví a peníze pak pomáhají ve Zlíně.

Určitě jste pracovníčně hodně vytížený, co Vy a volný čas?

Svůj pracovní čas jsem se naučil řídit tak, abych měl dostatek času pro sebe, své děti, přátele i zájmy. Při pohledu na své dva syny si říkám, jak moc je důležité být s nimi. S přáteli moc rád vyjždím na kole, to je pro mě dokonalý relax. A taky se rád podívám na dobrý film v pohodlí domova.

*rozhovor vedla
Zuzana Šlúchová*



KABELK*VÝ VELETRH

NADĚJE Zlín se Zlínským deníkem

18. DUBNA 2017, 15–18 HOD.
MĚSTSKÉ DIVADLO ZLÍN



*NADĚJE

ZLÍNSKÝ
deník

muz
městské
divadlo
zlín

FALCON media
VENKOVNÍ REKLAMA

lužena
galerie
KABELKOVÝ

IS reklama
quality printing

PRINT s.r.o.

POZVÁNÍ DO DÍLEN

Do naší dílny Svíčkárny jsme zakoupili nový přístroj - zahřívací desku. Používáme ji k zahlazování svíček a v rámci šicí dílny také pro kreativní kreslení voskovkami na textilní výrobky. Jak se nám to daří, můžete zhodnotit přímo na Svíčkárně nebo na Tkalcovně v OC Kvítková. Těšíme se na Vás.

Alena Kotyzová



ODPOVĚDNĚ K PŘÍRODĚ

Snažíme se třídit odpad a k tomuto vedeme i klienty v dílnách. K již tříděným plastům, papíru a bateriím jsme nově začali sbírat a třídit i tonery a cartridge do tiskáren v rámci programu Cart4Future. Tento obtížně likvidovatelný odpad sbíráme nejen z našich kanceláří, ale také od známých, spřízněných organizací ve městě i kohokoliv dalšího, komu stejně jako nám není lhostejné,

jak nakládá s odpadem. Na všech našich pobočkách je tedy možné tyto prázdné náplně odevzdávat. My je společně s klienty přetřídíme, zabalíme a uložíme do speciálního boxu. Za odevzdané náplně v rámci programu získáme body, které poté můžeme vyměnit za drobné dárky pro naše klienty. Zase je tedy o důvod víc, proč se k nám přijít podívat.

JAK ZKRÁŠLIT PRACOVNÍ PROSTŘEDÍ

Klienti sobě, aneb když se chlapi v pracovní dílně rozhodnou, že pomohou a zpříjemní práci nejen holkám na dílně šicí. V rámci programu Asistent údržby klienti ve spolupráci s pracovníky vymysleli a hned také vytvořili závěsný stojan pro přehledné uložení různobarevných nití a dalších pomůcek. Osázený všemi barvami duhy vypadá skvostně!



BERANI NA HORÁCH

Naši sportovci SK Berani Naděje Zlín v posledním únorovém týdnu absolvovali intenzivní sportovní soustředění na horské chatě na Portáši. Přestože jim počasí příliš neprálo, denně se poctivě věnovali tréninku. Každý den zahájili společnou rozvíčkou, poté se ve skupinách věnovali sjezdovému lyžování, běhkování nebo pěším túrám po okolí. Došlo i na závody ve sjezdu a improvizovaném biatlonu.

Michal Křížka



7.DOBROČINNÝ BAZAR V OC KVÍTKOVÁ

V době předvánoční proběhl sedmý ročník dobročinného bazaru. Nabídka věcí byla pestrá, ceny mírné, nálada prodávajících i těch, co zavítali na nákup, přívětivá.

Z prodaného zboží výtěžek 35 tisíc korun na potřeby Domu pokojného stáří.

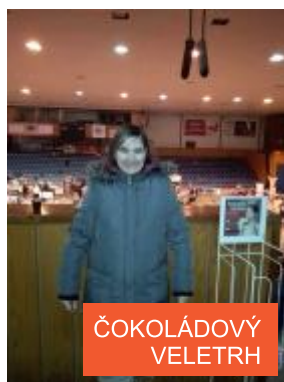
Oblečení, které na bazaru kupující nezažalo, bylo věnováno ve prospěch terénních služeb oblastní Charity Holešov. Všem, co se zapojili, upřímně děkujeme za čas, práci, pomoc, radu, úsměv.

fundraiserky Zuzana & Janka





VÝLET DO KRAKOVA



ČOKOLÁDOVÝ VELETRH



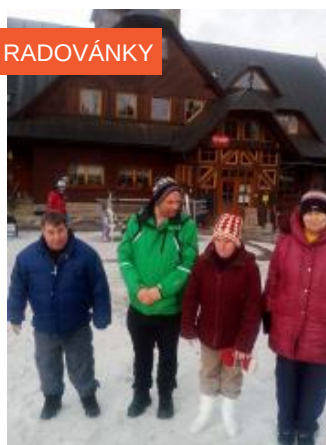
NÁVŠTĚVA ŠTĚNÁTEK



OSLAVA NAROZENIN



ZIMNÍ RADOVÁNKY



PEČEME, VAŘÍME, MIXUJEME S JISTOTOU

„Dobré jídlo, dobré pití, základ všeho živobytí“, praví staré moudro. Také se říká, že „láská prochází žaludkem“. S láskou vaří tým kuchyně Domu pokojného stáří ve složení Dáša, Petra, Blanka, Petr. Stálíce kuchyně, které připravují celodenní stravu pro klienty a obědy pro zaměstnance.

Přibližně před rokem volali „SOS, stávkujeme nám mixér a basu s ním drží i ponorný“. Pracovat s poruchovými kuchyňskými pomocníky není snadné. Vařit pro stovku lidí denně a připravovat jídlo od rána do večera, chce to mít znalosti, sílu, chuť do práce. Při představě, že něco nefunguje, i obrovskou dávku trpělivosti. Kuchaři to nevzdali,



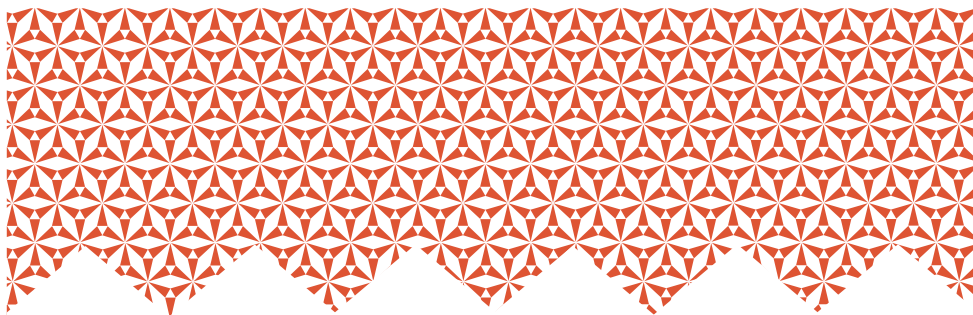
vařili výborně i v nouzovém režimu a dočkali se!

Děkujeme Komerční bance a. s. – NADACI JISTOTA za podporu projektu: „Modernizace kuchyně Domu pokojného stáří NADĚJE Zlín“.

Kuchaři dál vaří s láskou, s pomocníky, kteří jim přípravu a úpravu jídel výrazně zjednodušují.

Zuzana Šlúchová





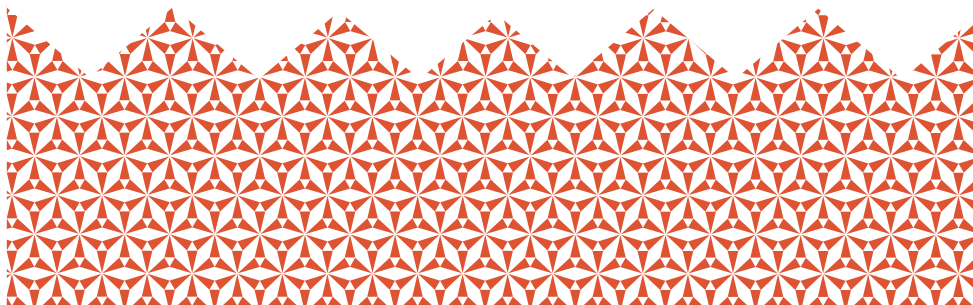
VELIK*N*ČNÍ JARMARK

11. DUBNA 2017, 10–18 HOD.

TKALCOVNA NADĚJE ZLÍN – OC ZLÍN, KVÍTKOVÁ

* TKANÍ * PLETENÍ POMLÁZKY A KOŠÍKŮ *
TVOŘENÍ Z VČELÍHO VOSKU * ZDOBNÉ
PERNÍČKŮ * VÝROBA JARNÍCH DEKORACÍ *
POVÍDÁNÍ O VELIKONOCÍCH * INSPIRACE
Z JARNÍ KUCHYNĚ * ODPOLEDNÍ TVOŘENÍ
S FLORISTKOU EVOU *

*NADĚJE



NADĚJE, POBOČKA ZLÍN

OKRUŽNÍ 5550, ZLÍN 760 05, TEL. 575 758 131
ZLIN@NADEJE.CZ, WWW.NADEJE.CZ

URČENO PRO VNITŘNÍ POTŘEBU. NEPRODEJNÉ.