



alzheimer home
ostrava – poruba

ZPRAVODAJ



Úvodní slovo

Milí klienti, rodinní příslušníci a přátelé našeho zařízení,

za námi je krásné a slunečné jaro, které bylo v našem zařízení skutečně pestré na nejrůznější aktivity. Velkou radost mám z naší nové jarní zahrádky, kterou jsme vytvořili na terase – právě tam si mohou naši klienti znovu připomenout radost z pěstování zeleniny, bylinek nebo kytiček. Tato činnost jim přináší nejen potěšení, ale i smysluplné zapojení do života v našem domově.

Naše zařízení žilo i dalšími aktivitami – od společenských her, přes cvičení až po návštěvy kaváren a různých institucí. Jsem opravdu rád, že naši klienti jsou aktivní, a že jejich dny naplňuje také komunitní a společenský život mimo zdi našeho zařízení.

Před námi je letní období, a tak jsme pro klienty i jejich blízké připravili pohodlné posezení na zahradě s deštníky, aby si mohli užívat společných chvil na čerstvém vzduchu. Vznikl také nový herní koutek, kde si mohou všichni vyzkoušet třeba kuželky nebo petanque.

Chtěl bych touto cestou poděkovat vám – rodinným příslušníkům, za vaši podporu, důvěru a časté návštěvy. Velké poděkování patří i všem našim zaměstnancům – bez jejich každodenní péče, empatie a profesionality by naše zařízení nebylo tím, čím dnes je.

Přeji vám všem krásné léto plné slunce, pohody a společných zážitků.

S úctou

Jan Krkoška

Smažení mini langošků

Minulý týden jsme si v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba dopřáli smažené mini langoše – s česnekem, tatarkou, kečupem a strouhaným sýrem, přesně tak, jak to máme rádi. 🧀🧄
Vůně se linula domovem a všichni si opravdu pochutnali. Bylo to naprosto vynikající a radost z takové dobroty byla znát na každém soustu! ❤️



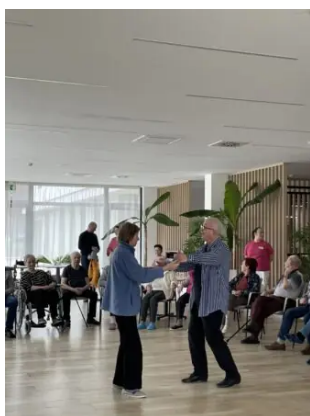
Návštěva kavárny Trieste

Minulý čtvrtek jsme se vydali mimo náš domov – ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba. Čekala nás krásná procházka parkem a zastávka v oblíbené kavárně Trieste. Klienti si vychutnali výbornou vídeňskou kávu, poseděli v příjemném prostředí. 🌿 ☕ Čerstvý vzduch, klid parku a vůně kávy vytvořily atmosféru, která prospěla tělu i duši. Takové chvíle jsou pro naše klienty nesmírně cenné – a pro nás radost být u toho. ☀



Zpět do mládí s taneční terapií

Minulou středu se náš domov v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba roztančil díky panu Dr. Veletovi, jehož energie, charisma a laskavý úsměv doslova rozsvítily celý sál. Byla to naprosto profesionální práce – pan doktor se dokázal propojit s našimi klienty tak, že v nich probudil vzpomínky, radost a hlavně mládí. 🧠☀️ Závěrečný společný tanec byl vrcholem celého odpoledne – všichni jsme se zapojili a chvíli zapomněli na čas, starosti a bolavé klouby. Bylo to dojemné, silné a nepopsatelně krásné. ⏳ Děkujeme panu doktorovi za jeho přítomnost a laskavost, a už teď doufáme, že se k nám brzy vrátí. ❤️ Děkujeme za nezapomenutelné chvíle! 💛



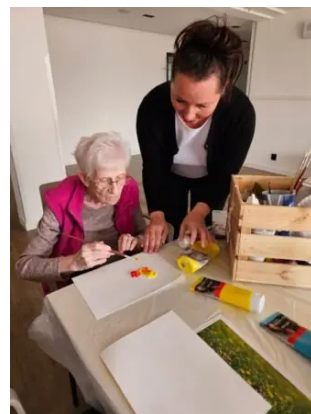
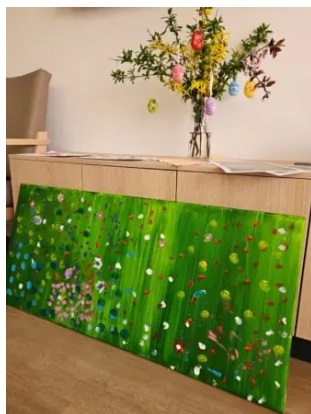
Setkání s pejsky

Minulý týden nás v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba navštívili pejsci – a upřímně, byla to radost pro všechny. Klienti si je mohli pohladit, pomazlit a chvíli s nimi jen tak být. Bylo krásné sledovat, jak se rozzářily tváře a roztály i ty nejtěšší duše. Někdy není potřeba slov – stačí psí oči, teplý kožíšek a chvíle, kdy je člověk prostě jen tady a teď. Děkujeme za to, že můžeme takové chvíle sdílet. Mají větší sílu, než se zdá.



Louka plná barev

V ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba pod vedením externistky klienti malovali na plátno – vznikla z toho nádherná louka plná barev, květín a jemných tahů štětcem. Každý přispěl podle svých sil, nálady a fantazie, a právě díky tomu obraz působí tak živě a srdečně. 
Obraz už brzy ozdobí jednu z našich stěn a bude nám připomínat tento zážitek. 



Návštěva poníka Ondráška 🐾

Ve čtvrtek jsme v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba zažili opravdu krásné dopoledne. Navštívila nás paní chovatelka s poníkem Ondráškem, který již brzy oslaví krásných 20 let. Povídali jsme si nejen o něm, ale i o koních obecně. Byl to okamžik klidu, který dokáže dát jen zvíře, které cítí srdcem. ❤️ Ondrášek je nesmírně klidný, vnímavý a trpělivý. Klienti si jej mohli pohladit, být s ním v kontaktu a na závěr ho odměnit sladkou mrkvičkou. 🥕 Mezi našimi klienty a Ondráškem vzniklo něco nenápadného, ale silného – pouto, které není třeba vysvětlovat. 🐾 A právě v tom je kouzlo animoterapie. Děkujeme za návštěvu a těšíme se, že Ondráška zase brzy uvidíme. ❤️



Velikonoční bingo o ceny!

Včera jsme si v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba užili velikonoční bingo plné napětí, smíchu a radosti z výher. První tři výherci si odnesli balíčky s překvapením, ale nikdo neodešel s prázdnou – všichni ostatní dostali sladkou čokoládu jako poděkování za účast.

☘ Nešlo jen o výhru, ale o smích, vzájemné povzbuzování a pocit sounáležitosti. Na závěr jsme si společně vychutnali kávu se zákuskem. I maličkosti mají sílu – když jsou sdílené.



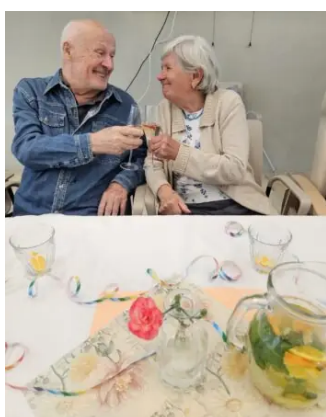
Jarní procházka s kvízem

V pondělí v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba jsme využili krásného počasí a vyrazili na procházku do nedalekého parku. Aby to nebyla jen obyčejná procházka, připravili jsme si pro klienty jarní kvíz. 🌷 📄 Sluníčko hrálo, stromy šuměly a naši klienti ukázali, že by se za své znalosti rozhodně nemuseli stydět. Bylo to dopoledne plné radosti, pohybu a dobré nálady. 🚶



Dubnové narozeniny u nás v plné parádě! 🎉

V ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba jsme slavili v pátek narozeniny našich klientů. Nechyběly lahodné zákusky s kávou, slavnostní připítek šampaňským, ani dobrá hudba, která nám připomněla krásné melodie jejich mládí. 🥂 🎵 🍰 Společně jsme si užili příjemné dopoledne plné úsměvů, vzpomínek a radosti. ❤️ Ještě jednou přejeme Všechno nejlepší! 🎉



Společně až na vrchol!

Ve čtvrtek jsme s klienty z ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba vyrazili na výlet na vyhlídkovou věž Nové radnice v Ostravě. Ráno to vypadalo, že nám počasí moc nepřeje, ale nakonec se umoudřilo a dokonce se ukázalo i sluníčko. Výhled stál opravdu za to – viděli jsme Ostravu z úplně jiné perspektivy! 🏠 🌳 Každý si odnesl krásnou skládací pohlednici na památku a po návratu jsme si ještě společně poseděli v naší kavárně nad šálkem kávy a zrekapitulovali celý den. Nechyběl smích, sdílení pocitů a dobrá nálada. 🍵



Udržování fyzické kondice

Ve čtvrtek jsme se v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba na obou patrech pořádně rozhýbali. S klienty jsme si zacvičili a připomněli si, jak je důležité se udržovat v pohybu. Pravidelné cvičení pomáhá nejen fyzické kondici, ale i dobré náladě. A že nám to šlo! 🏃
Po cvičení přišla zasloužená odměna – relaxace s masážními míčky. Navzájem jsme si jemně promasírovali záda a uvolnili napětí. Klientům se to moc líbilo a odcházeli s úsměvem. 🍀 ✨



Pondělí patří Bingu!

U nás v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba už to všichni dobře ví – pondělí znamená čas na oblíbenou hru Bingo! Hrajeme na obou patrech a pokaždé se těšíme! 🌞 Napětí, smích, drobné výhry a především radost ze společné chvíle dělají z každého pondělního dopoledne něco, na co se dá spolehnout. Ať už někdo vyhrál nebo si jen užil atmosféru, odchází s dobrou náladou. 🎵 Těšíme se zase příště – Bingo totiž není jen hra, ale i tradice, která nás spojuje. ❤️



Ranní rozcvička pro lepší den

Ve středu jsme se dali v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba opět do pohybu! 🏃 Cvičíme podle možností každého z nás – v sedě, ve stoje, s pomůckami i bez. Nejde o výkon, ale o radost z pohybu a pocit, že pro sebe něco děláme. ❤️



Čtvrteční tvoření s makramé a šálkem kávy

Jedna z našich šikovných kolegyň z ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba si pro klientky připravila krásné tvořivé odpoledne – pustily jsme se do techniky makramé, tedy uzlování šňůrek, ze kterých vznikají dekorace, podtácky, závěsy a další originální kousky. 🌻 A protože se první setkání setkala s velkým nadšením, rozhodli jsme se z toho udělat pravidelnou čtvrteční tradici! Budeme plést, tvořit, číst si, povídat, pít kávu – zkrátka dělat to, na co bude zrovna nálada. 🌻 Děkujeme za nápad i nadšení, se kterým se do toho všichni pustili. ❤️



Když zazní písnička, srdce si vzpomene 🎵

V úterý jsme v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba prožili opravdu krásné chvíle. Navštívil nás aktivizační pracovník Jirka z Vítkovic, který nám svým zpěvem, hrou na kytaru a klávesy vykouznil dojemné hudební dopoledne. 🎵 Jeho hlas zaplnil místnost. Znamé písně dokážou probudit to, co je možná hluboko, ale stále tam je – a čeká jen na chvíli, kdy znovu zazní melodie, kterou si srdce pamatuje. 🧑🎤 Děkujeme Jirkovi za jeho lidskost, talent a lásku k tomu, co dělá. 💜



Cvičení s výhledem a radostí v nohách 🌻

Čtvrteční cvičení u nás v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba bylo opravdu pestré. Začali jsme s míčovými cviky, které pomáhají rozhýbat celé tělo a zároveň baví. 🏹 Pak nás čekalo milé překvapení: naše šikovná klientka nám půjčila šlapací stroj, který simuluje jízdu na kole. Někteří z klientů si při šlapání hned vybavili, jaké to bylo jezdit na kole a vyprávěli krásné vzpomínky. 🌿 🌻 Děkujeme za tuhle příjemnou novinku a především za ochotu podělit se s ostatními. ❤️



Slunce, smích a trocha soutěžení

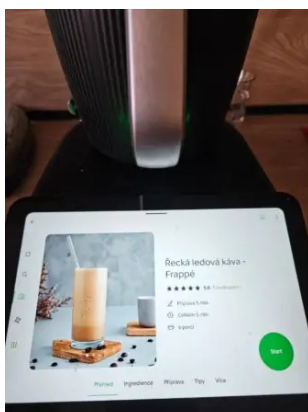
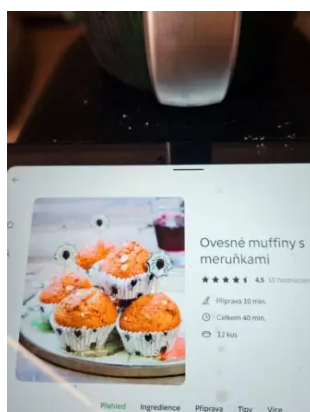
Středeční krásné počasí nás v ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba doslova vylákalo ven. Vyrázili jsme na zahradu, kde jsme si užili nejen procházku mezi záhony, ale i pohodové sezení na lavičkách a nových lehátkách. Teplé paprsky a čerstvý vzduch udělaly svoje. 🌸 Přidali jsme i trochu zábavy – házeli jsme kroužky na cíl a bylo to veselé! 🎯



Pečeme moderně, chutnáme tradičně

V pátek k nám do ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba zavítala naše milá Jarka, která nám přišla představit svůj domácí multifunkční stroj, ve kterém vaří a peče nejrůznější pokrmy.

☀️ Klienti si nejen pochutnali, ale také s nadšením sledovali, co všechno dnešní technika dokáže. Pro mnohé to byla příležitost nahlédnout do moderní kuchyně a připomenout si, jak rádi vařili dříve. 🍰 🍊 Děkujeme Jarce za její čas, energii a ochotu sdílet s námi kousek svého domácího kouzla.



Úterní dobrodružství v Ostravské ZOO

V úterý jsme s našimi klienty z ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba vyrazili na výlet do Zoo Ostrava. Byl to opravdu krásný den plný zážitků. Sluníčko nám přálo, zvířata byla aktivní a úsměvy nechyběly. 🌻 Procházeli jsme se uličkami, obdivovali slony, hrochy a šikovné opičky. 🐘 🦒 Klienti byli nadšení, mnozí zavzpomínali na výlety s rodinami a vnoučaty. Nechyběla ani výborná káva v místní kavárně, kde jsme si na chvíli odpočinuli a nasáli pohodovou atmosféru. ☕ Na závěr jsme se ještě svezli zoo vláčkem, což byl pro mnohé třešničkou na dortu. 🚂 Tyto dny jsou pro naše klienty vzácné a velmi cenné. ❤️



Slunce, káva a letní dopoledne

Ve čtvrtek jsme si s našimi klienty z ALZHEIMER HOME Ostrava – Poruba dopřáli příjemnou vycházku do nedaleké kavárny. Sluníčko hrálo o sto šest, ale náladu nám to rozhodně nezkazilo, protože nás na konci cesty čekala výborná odměna ve formě ledového frappé.

📺 🎧 Cestou zpět jsme si výlet zpřijemnilí krátkou jízdou autobusem, která potěšila hlavně ty, co si chtěli na chvilku odpočinout. 🚗 Bylo to dopoledne plné úsměvů, dobré kávy. Tyto drobnosti přináší radost a my si je moc rádi užíváme. ❤️



Významná jubilea

Kdo slavil narozeniny v dubnu 2025?

Eva 73 let, Jana 86 let, Jiří 82 let, Pavla 70 let, Marie 82 let

Kdo slavil narozeniny v květnu 2025?

**Libuše 82 let, Anna 94 let, Rudolf 76 let, Kristina 86 let, Gerhard 84 let,
Jaroslav 87 let**

Kdo slavil narozeniny v červnu 2025?

Anna 79 let, Alice 63 let, Pavla 85 let, Josef 87 let, Gertruda 82 let



Poslání služby

Domov se zvláštním režimem poskytuje komplexní a individuálně zaměřené, celoroční pobytové služby osobám s Alzheimerovou chorobou a ostatními typy demence, které již nemohou zůstat ve svém vlastním domácím prostředí.

Služba pro své klienty zajišťuje podporu, pomoc, péči ve všech oblastech života klienta, které klient není schopen zvládnout samostatně. Nabízí klientům možnost společenských kontaktů, poskytuje podporu při rozhodování, naplňování přání a vůle klienta s ohledem na jeho možnosti a schopnosti.

Cíle

- Rozvíjet nebo alespoň zachovat stávající soběstačnost klienta a snaha udržet co nejdéle jeho schopnosti a dovednosti, které vedou k zachování kvalit jeho života.
- Zajistit klientovi bezpečné prostředí.
- Zabezpečit kvalitní a dostupnou zdravotní péči odpovídající zdravotnímu stavu klienta.
- Vytvořit kvalitní podmínky pro bydlení klienta včetně podpory dobré atmosféry a pohody.
- Rozvíjet sociální kontakty, podporovat přirozené vztahy s rodinou, přáteli.
- Přiblížit způsob života klienta co nejvíce k životnímu standardu věkově srovnatelné populace, žijící mimo Domov.

Zásady

- Dodržování a respektování práv klienta, jeho svobodné volby, zachování lidské důstojnosti, dodržování lidských práv a svobod.
- Individualizace služby, princip profesionality.

Cílová skupina

Osoby s Alzheimerovou chorobou a ostatními typy demence od 40 let věku, které mají snížené schopnosti svou nepříznivou sociální situaci zvládat a řešit a potřebují pravidelnou pomoc druhé osoby.

Lic. Jan Krkoška, MBA.

Ředitel Centra následné péče

☎ +420 734 730 072

✉ jan.krkoska@alzheimershome.cz

Mgr. Lenka Tesarčíková

Sociální pracovnice

☎ +420 799 021 539

✉ lenka.tesarcikova@alzheimershome.cz

Mgr. Michaela Valčíková

Jednání se zájemci o službu – region Morava

☎ +420 724 383 772

✉ michaela.valcikova@alzheimershome.cz

Bc. Gabriela Franěk

Vrchní sestra

☎ +420 739 018 366

✉ gabriela.franek@alzheimershome.cz

Mgr. Kristýna Šlosárková

Sociální pracovnice

☎ +420 734 733 520

✉ kristyna.slosarkova@alzheimershome.cz



Elzy Trioletové 6247/2,
Ostrava – Poruba