

Časopis Klamovka

SeneCura SeniorCentrum Klamovka

Vydání 4/2024

Po dlouhém čase
scházíme se zase.
Na ty, co již chybí
budeme s láskou
vzpomínat

A všem, co jsme tady,
budeme všechno
nejlepší přát!
„život pokračuje s námi“
-Jaroslava Semotamová





Vážení a milí čtenáři,
Představuji vám zimní vydání časopisu Klamovka, které vychází v příjemném předvánočním období, plném chvil setkávání, vzpomínek a radosti. Toto období nám připomíná, jak důležité je být spolu, sdílet hezké okamžiky a užívat si drobné radosti života.

V tomto vánočním čísle najdete opět ohlednutí za akcemi, které v našem domově proběhly a naši klienti si je mohli i s rodinnými příslušníky patřičně užít.

Blíže vám představíme Jakuba Greschla, cestovatele s handicapem, který náš domov pravidelně navštěvuje od roku 2021 a přednáší našim klientům zajímavosti z cest po celém světě.

Mám velkou radost, že se do realizace časopisu zapojují sami klienti svoji inspirací a tentokrát máme pro vás otištěnou báseň paní Jaroslavy Semotamové, které tímto velice děkuji za její krásný příspěvek.

Přeji vám poklidné a radostné vánoční svátky, hodně zdraví, lásky a pohody v novém roce.

Mgr. Petra Pipková
ředitelka

V SC Klamovka s rozdávaly ceny SeneCura Award

Krátce po tom, kdy centrála zveřejnila výsledky SeneCura Award, se sešli na Klamovce zaměstnanci, aby si z úst ředitelky SC Klamovka Mgr. Petry Pipkové vyslechli, kdo byl zvolen nejlepším zaměstnancem pro rok 2024. Tradičně byla nevelkou nezaujatou komisí, složenou ze zaměstnanců Klamovky, vybrána čtveřice příkladně pracujících kolegů. Jejich jména byla vyhlášena právě na společném setkání zaměstnanců. O třetí pozici se podělili pečovatel Daniel Wagenknecht a prادلena Anička Kravchuk, na druhém místě se umístila kuchařka Šárka Krontorádová. Vítězkou a absolutně nejlepší zaměstnankyní se letos stala Biljana Risteska. Všichni tito výborní zaměstnanci převzali z rukou paní ředitelky kytici a dárek ve formě vouchery. Ze srdce všem vítězům poblahopřáli také spolupracovníci.



Opera a 100. narozeniny v SC Klamovka

V SC Klamovka zněla opět po delší době opera a byl to pro všechny posluchače krásný hudební zážitek. Na Klamovku přijala pozvání sopranistka Lucie Silkenová, která v doprovodu klavíristky Kristýny Kasíkové, přednesla písně českých autorů. Program koncertu vznikl k oslavám roku české hudby a byly představeny ty nejkrásnější melodie významných českých skladatelů Antonína Dvořáka, Bohuslava Martinů, Bedřicha Smetany a Leoše Janáčka.

V Den vzniku samostatného československého státu slavila krásné 100. narozeniny naše klientka. Paní Věra Viktorčíková vlastně slavila celý týden. V úterý se oslavovalo na oddělení, nechyběl dort, bublinky a krásná kytice. V neděli se klientka potěšila se svojí rodinou.



Dárek ke Dni seniorů

První říjnový den patřil seniorům a to nejen v Čechách. Při této příležitosti přibyl na Klamovku nový obyvatel. Po dohodě s Chovatelskou stanicí Nyanga byl králíček rasy Zrzavý králík Teddy přestěhován na Klamovku v pondělí 7. října 2024. Týden měli klienti, ale také zaměstnanci, na to, aby králíčkově vybrali jméno. Vyhrál to Ferda. Všichni se s Ferdou seznamujeme a on se seznamuje s námi. K Ferdovi se snažíme být něžní, vzájemně se „ofukáváme“, nespěcháme, abychom ho nevylekali. Za krátkou dobu Ferdova pobytu v SC Klamovka už přinesl spoustu radosti.



Návštěva Národní galerie Praha

Klientka SC Klamovka projevila přání navštívit galerii. Výběh místa byl celkem jasný. Horší to bylo s cestou. Po dlouhých debatách, která z pražských galerií by nejlépe ukojila touhu po shlédnutí uměleckých děl, jsme se vrátili na začátek a usoudili, že by opravdu byla nejlepší Národní galerie Praha a to její hlavní budova, tedy Veletržní palác. Vznikl další problém. Ulice Dukelských hrdinů je v rekonstrukci, tudíž se nedá dojet tramvají přímo před Veletržní palác. Bylo to náročné, ale poradili jsme si. V kase byly zakoupeny lístky a po zvážení nabídky, která byla v ceně základního vstupného, byla jednohlasně zvolena sbírková expozice nazvaná jako 1918 – 1938 První republika. Na klientku nejvíce zapůsobil obraz Josefa Čapka Matka s dítětem, ale také dílo Jana Zrzavého hodně rezonovalo. Úchvatná byla Toyen a další vystavované obrazy autorů zvučných jmen. Klientčino nadšení stále doznívá.



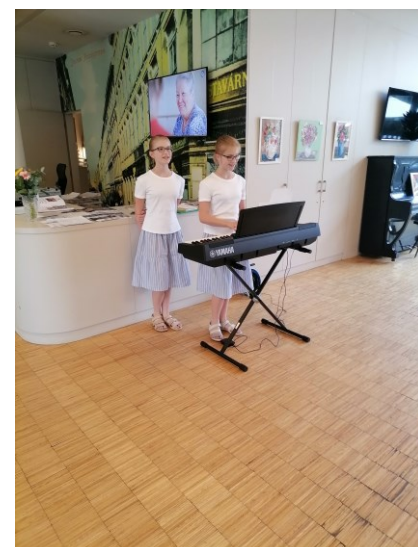
Den rodin

Od roku 1994 připadá na 15. květen Den rodin. V SC Klamovka toto datum neopomíjíme a dnes již patří k tradici, že je slavíme. Zvláště v tomto případě jsou pozvaní především zaměstnanci a jejich děti a rodinní příslušníci, ale také klienti se svými milými. Na začátku z „pódia“ všechny přivítá paní ředitelka SC Klamovka Mgr. Petra Pipková. Následuje registrace dětí, důležitý krok pro vysvětlení na zahradě přichystaných disciplín. Letos byly pro děti, které všechny tři mety zvládly, připravené dárky s naším logem, včetně modrého balónku. Nezbytné je výborné občerstvení, zmrzlinové kornouty a v tomto roce také čokoládová fontána s ovocem a růžovými marshmallows. Všichni přítomní si 15. květen 2024 náramně užili.



Benefiční výstava obrazů v SC Klamovka

Právě 30. září 2024 skončila ve foyer benefiční výstava obrazů klientů SC Klamovka. 13 obrazů tří klientek vzniklo pod vedením externí spolupracovnice výtvarnice Marci. S Marci se klienti pravidelně schází každé úterý na výtvarné dílně, kde se nejen maluje, ale také tvoří krásná díla z keramiky. Výtěžek z prodeje obrazů byl věnován poradně Alzheimer Point, která působí pod Alzheimer nadačním fondem. Jako každá správná výstava, tak také tato, byla zahájena vernisáží, na které se sešli jak zástupci nadačního fondu, tak vedení SC Klamovka, nechyběly autorky obrazů a obecenstvo nejen z řad klientů Domova. Dokonce nás při této příležitosti navštívili kolegové a klienti z SC Slivenec. O hudební část programu se postaraly sestry Machovy. Jsme moc rádi, že se tato akce po všech stránkách nadmíru podařila.



Střípky z SC Klamovka

Možná to tak nevypadá, ale v SC Klamovka to žije stále stejným, ne malým, tempem! V závěru prázdnin se, tak jako každý měsíc, slavily narozeniny všech srpnových oslavenců. Při této příležitosti jsme ohodnotili a vyhlásili přeborníky sportovní soutěže za další kvartál. 26. 8. 2024 se vydala skupinka klientek v doprovodu aktivizačních pracovníků do SC Slivenec. Odtud totiž vzešlo krásné pozvání na besedu s osobností, tedy s hercem a sportovcem Janem Čenským. Všichni zúčastnění si tento výlet náležitě užili, setkání s touto osobností bylo velmi příjemné. Poslední středa v měsíci srpnu byla opentlena koncertem Moniky Sonk a jejích hudebních kolegů houslisty (a chůdaře) Jirky Jelínka a violoncellistky Barbory Soukupové. Počátek září patřil dlouho připravované charitativní vernisáži. Při této příležitosti nám Slivenští oplatili návštěvu, ba, co víc, pan ředitel Mgr. Lukáš Stárek si dokonce zamluvil jeden obraz, který záhy na to koupil. Dne 9. září 2024 oslavila své krásné 101. narozeniny naše klientka paní Miroslava Svobodová. Opět se tento den neobešel bez bublinek a šlehačkového dortu. Oslavenkyni přejeme hodně zdraví a duševní pohody.



V SC Klamovka se slavily 100. narozeniny

Krásné kulaté narozeniny oslavila klientka SC Klamovka paní Emilie. 100 si zaslouží pořádnou oslavu! A také, že jsme se přičinili, aby si své výročí paní Emilie pěkně užila. Klientce poblahopřála nejen paní ředitelka Mgr. Petra Pipková a personál Domova, ale v ten samý den, který byl přímo klientččiným narozeninovým dnem, přišli zástupci Smíchovské radnice. Nechyběly kytičky, dort a dárky. Klientka se na oslavu dlouho dopředu chystala, samotnou si jí náležitě vychutnala a na závěr neváhala vstoje poděkovat všem, kteří jí narozeninový den tak pěkně opentlili.



Beauty koutek

Krásnou aktivitu se nám podařilo vymyslet. Ba, co víc, i zrealizovat! Za klientkou, paní Zdeňkou, pravidelně dochází dobrovolnice z Maltéžské pomoci. Je to šikovná mladá dáma, která se ráda zabývá módou a novými trendy a to i v kosmetice. Slovo dalo slovo a my se domluvili, že vyhradíme čas a prostor pro Beauty koutek. Jedno dopoledne se přihlášené klientky sešly v zasedací místnosti, aby prožily dopoledne plné krásy, vůní a opečovávání. Dobrovolnice Zuzka přichodzí přivítala skleničkou Prosecca s jahodou, následně se pustila do decentního líčení obličejů a lakování nehtů. Mezi tím, než na všechny přišla řada, se nenuceně konverzovalo po holčičím způsobu. Klientky byly moc spokojené a vděčné za Zuzčiny jemné a šikovné ruce, tak jako za krásně, a to do slova, prožité dopoledne.



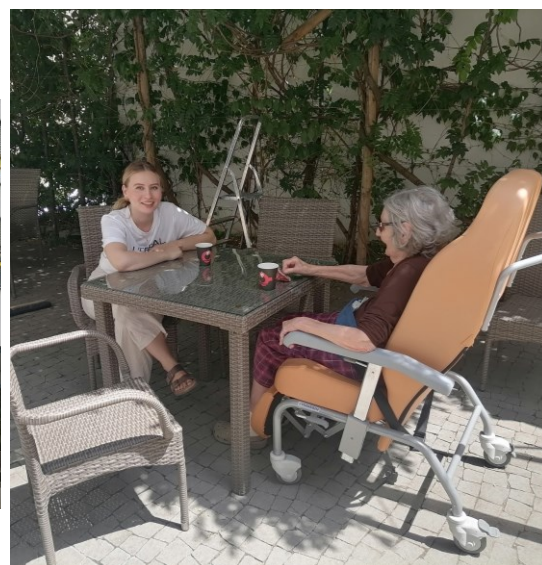
Vyhrál Kristijan!

Setkání zaměstnanců jsou vlastně pravidelná. Pro velký úspěch v minulém roce, pozvala paní ředitelka SC Klamovka Mgr. Petra Pipková své kolegy na bowling do Manty v Řepích. Kromě bowlingového klání, to byl neformální čas pobýt spolu, pochutnat si na dobrém jídle a pití, přátelsky se pobavit. Ve zmíněné aktivitě exeloval Kristijan a to ve všech třech odehraných kolech. Z rukou paní ředitelky přijal poté cenu ve formě tašky s dobrotami a nebyl jediný. Oceněno bylo i druhé a třetí místo. Zaměstnanci jsou vděční a děkují svému vedení za tak příjemně strávený večer.



Dobrovolnictví v SC Klamovka velmi dobře funguje!

Do SC Klamovka dochází pravidelně dobrovolníci z DC ADRA Praha a z Maltéžské pomoci. Jednou až dva krát do roka se domluvíme s DC ADRA Praha na tzv. firemním dobrovolnictví, ADRA tuto akci zprostředkuje. 26. června 2024 byl právě ten den, kdy na Klamovku přišlo sedm zaměstnankyň firmy L'Oréal a Bowtie, aby pomohly s naplánovanou prací. Mladé ženy se hned po krátkém proškolení a zaučení v manipulaci s invalidním vozíkem vrhly na zahradu. Práce jim šla nebývale dobře od ruky. Úžasně prokoukla pergola i přilehlé záhony. Lavičky jsou natřené a vypadají jako nové. V odpoledních hodinách se pak dobrovolnice věnovaly klientům. Díky slunečnému počasí to byly procházky po zahradě, kafičko pod pergolou, stihla se také křížovka s klientkami z třetího patra. Dobrovolnice byly velmi sympatické, nejeden klient se nechtěl o tu „svou“ dělit s ostatními. Byl to krásný den naplněný po okraj příjemnými setkáními a prací. Děkujeme.



Réva, PárMuJich Band a Melamed Klezmer Band

Do SC Klamovka přijímají pozvání různé skupiny umělců. Tentokrát bychom chtěli vysvětlit a čtenáře seznámit se zcela originálními seskupeními hudebníků, kteří v posledním čase potěšili klienty SC Klamovka velmi netradiční, ale vřele přijímanou muzikou. Skupina Réva je totiž cimbállovka! Pánové přijeli z Moravy, z Otrokovic, a při některých lidovkách ukápla dojetím i slza. Krojovaní vystupující se ale nesoustředili pouze na tradiční žánr. Ucho nejednoho posluchače si přišlo na své naříklad při Freddie Mercury... PárMuJich Band to k nám na Klamovku tak daleko neměl. Námořníci v pruhovaných tričkách jsou křtění Vltavou a zvolený repertoár tomu odpovídal, tedy té Vltavě. To Melamed Klezmer Band zpívá židovské skladby. Jak sami uvádí, rádi zahrájí nějakou tu „veselou tklivou židovskou melodií“. A že tuto středu zahráli a zazpívali, je nasnadě. Společné pro všechny tři skupiny bylo klarinetové zastoupení a minimálně jeden strunný nástroj.



Návštěva divadla

Ne dlouho před končící divadelní sezónou se povedlo několika klientům z SC Klamovka navštívit hned dvě pražské divadelní scény. 14. května 2024 se vydala skupinka klientů v doprovodu aktivizačních pracovníků na netradičně pojaté klasické dílo největšího z dramatiků, tedy Williama Shakespeara, na Jak se vám líbí v nastudování Městských divadel pražských. Klientka Hanka si moc přála shlédnout večerní představení 1984 od anglického autora Georga Orwella, které má v repertoáru Švandovo divadlo. Do divadla klientku doprovodila Petra Brabcová a tímto se, k velké spokojenosti klientky, povedlo splnit její Roční přání.



Představujeme... Jakub Greschl

Podle lékařů neměl nikdy chodit. Přesto Jakub procestoval 31 zemí.

Lékaři tvrdili, že Jakub Greschl z Holýšova na jižním Plzeňsku se zřejmě nikdy nenaučí chodit. Nejenže se na nohy nakonec postavil, ale dokonce už procestoval 31 zemí. „Nic není nemožné,“ myslí si sedatřicetiletý muž.

Jako malý prodělal dětskou mozkovou obrnu. „Do pěti let jsem vlastně jenom ležel. Maminka se mi neuvěřitelně věnovala. Obětovala mi kus života,“ zdůrazňuje Jakub. Ten postupně absolvoval osm ortopedických operací. A jeho zdravotní stav se díky důkladné péči i zákrokům výrazně zlepšil.

V osmnácti se pak rozhodl, že navzdory svému hendikepu začne cestovat. Ze dne na den se sbalil a vyrazil na jazykový kurz do Londýna. „Všichni kolem říkali, že je to bláznivý nápad. Doktor mi tehdy povolil ujít maximálně dva kilometry denně. Ale maminka mě podpořila, i když se o mě strašně bála,“ popisuje dobrodruh a fotograf, který dosud navštívil 31 zemí.

Nejvíce na něj zapůsobil Island. Nadšený byl také ze Spojených států amerických, kam se vydal s přáteli. Většinou totiž cestuje sám. Za tři týdny ujeli v dodávce 8000 kilometrů a ušli 140 kilometrů. „Fyzicky to bylo opravdu náročné. Šel jsem přes bolest, ale adrenalin zafungoval. Po návratu jsem pak skoro čtyři dny ležel ve vaně, aby si nohy odpočinuly,“ vtipkuje Jakub.

Do smíchu mu ale vždy nebylo. Problémy nastaly hlavně v loňském roce. Na jaře přišel o práci a rozpadl se mu vztah s partnerkou.

O zážitcích vypráví seniorům i dětem „Nevěděl jsem, kudy dál. Na druhou stranu to byl impulz, abych vytvořil projekt, ze kterého mám teď radost. Dělán přednášky a vyprávím o svých cestách a zážitcích,“ říká Jakub.

Navštěvuje například domovy pro seniory nebo školy a ukazuje, že i přes zdravotní omezení si člověk může plnit svůj sen. „Chci ostatní motivovat. Nedávno za mnou přišla starší paní a povídala, že díky mně vyrazila ještě z Prahy do Mariánských Lázní. Dodal jsem jí odvahu, což je skvělé,“ uzavírá.

Klára Mrázová, Právo
26. 12. 2021



Dodatek: Jakub Greschl k nám do SC Klamovka jezdí od roku 2021. Jakubem procestovaných zemí už je 51!

Rébus

Pro trénink dlouhodobé trvalé paměti, cvičení z knihy *Trénink paměti pro každý věk*, jejímž autorem je Jitka Suchá.

KDO JE KDO V ČECHÁCH

K umělcům a význačným osobnostem přiřadte profesi (obor působnosti), v níž nejvíc vynikli. Názvy povolání nezohledňují ženský rod.

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. Helena Zmatlíková | A. architekt |
| 2. Josef Skupa | B. malíř |
| 3. Josef Mysliveček | C. grafik |
| 4. František Bílek | D. dramatik |
| 5. Vlastimil Harapes | E. houslista |
| 6. Martin Frič | F. spisovatel |
| 7. Karel Čapek | G. herec |
| 8. Nataša Gollová | H. režisér |
| 9. Hana Zagorová | I. loutkář |
| 10. Vítězslav Nezval | J. sochař |
| 11. Václav Havel | K. ilustrátor |
| 12. Václav Hudeček | L. zpěvák |
| 13. Marie Čermínová | M. tanečník |
| 14. Václav Hollar | N. hudební skladatel |
| 15. Dušan Jurkovič | O. básník |

SeneCuraSeniorCentrum Klamovka

Jinonická 1317/1

150 00, Praha 5

Tel. recepce: +420 702 240 817, +420 224 423 600

E-mail: klamovka@senecura.cz



Vydává

SeneCura SeniorCentrum Klamovka s.r.o.

Jinonická 1317/1, 150 00 Praha 5

Náměty a připomínky lze posílat na: klamovka@senecura.cz

Cena: zdarma

Redakce: Mgr. Petra Pipková, Radka Vondrášková, Bc. Adéla Zselenáková

Veškerá práva jsou vyhrazena. Jakákoliv část časopisu může být rozšiřována, reprodukována či jiným způsobem užívána pouze se svolením vydavatele.

Ev.č. MK CR E 23708

