

*Prajeme Vám
požehnané Vianoce!*





V júli sme boli v Mojmirovciach, kde sme navštívili krásny kaštieľ

Šesť rokov k Vaším službám

Myšlienka vydávania časopisu sa zrodila už veľmi dávno. Aj touto cestou by sme vám chceli predstaviť históriu a fungovanie nášho zariadenia, priblížiť vám, aké sú u nás bežné dni, ako prebieha nástup nového klienta, aké hodnoty uznávame.

Zariadenie pre seniorov Solidaritas otvorilo svoje brány 2. 1. 2018. Kapacitu 36 klientov sa nám podarilo naplniť do konca júna 2018 a postupne sme obsadili všetky voľné pracovné pozície. Ako vždy, aj naše začiatky boli ťažké. Postupne sme vytvorili systém, vďaka ktorému dokážeme naše zariadenie prevádzkovať. Priemerný vek našich klientov je 82 rokov, preto naše každodenné fungovanie, pracovné metódy, kultúrne programy sú prispôsobené ich zdravotnému a mentálnemu stavu.

Pestrú jeseň života našich seniorov narušil v roku 2020 Covid-19, ktorý poznačil život nás všetkých. Viacerí sme stratili svojich blízkych, niektorí svoju prácu a naši seniori bežný kontakt so svojimi deťmi, príbuznými. Obzvlášť ťažko sme prežívali dni, keď sa ochorenie objavilo a rozšírilo aj v našom zariadení. Klienti v dôsledku rôznych nariadení a v záujme ochrany ich zdravia a života, boli zatvorení. Jediní, kto im mohol byť oporou za zatvorenými dverami, sme boli my. Prežili sme spolu tak Veľkú noc, Vianoce, životné jubileá. Zvládnutie týchto

náročných časov je dôkazom toho, akou obrovskou zodpovednosťou sa stavajú k práci naši zamestnanci. Uvedomili si, že naši seniori sa mohli spoliehať len na nás.

Aby sme vedeli uspokojiť čo najviac žiadateľov, začiatkom minulého roka sme žiadali rozšírenie našej kapacity z 36 na 40 miest. Vychádzajúc zo skúseností štvorročného fungovania, vlni sme sa rozhodli polovicu našej kapacity pretransformovať na špecializované zariadenie. V špecializovanom zariadení môžu byť umiestnení klienti s určitými diagnózami (demencia rôzneho typu a etiologie, Alzheimerova choroba, Parkinsonova choroba, skleróza multiplex), ktoré sú, žiaľ, prítomné u značnej časti klientov v zariadeniach pre seniorov. Kto sa intenzívnejšie venuje seniorom v sociálnej či zdravotnej oblasti, je si vedomý toho, že tieto choroby trápia čoraz väčšiu časť populácie. Vďaka tejto



Ďakujeme kolegyniam za celoročnú prácu, aj tým, ktoré na fotke nemohli byť

zmene sme vedeli aj zvýšiť stav personálu a skvalitniť nami poskytované služby. Permanentne pracujeme na tom, aby sme našim klientom zabezpečili príjemný domov, kam sa radi vrátia po prechádzke či krátkom pobyte doma. Veľký dôraz kladieme na pravidelné školenie personálu, aby svoju prácu vedeli vykonávať ešte kvalitnejšie.



Koncom júna sme navštívili levanduľové pole v Trsticiach

Našou snahou je spríjemniť aj naše prostredie – vnútorné, aj vonkajšie. Tento rok sme vytvorili bezbariérový priestor na príjemné posedenia. Vďaka grantovým výzvam Ministerstva práce sociálnych vecí a rodiny SR sme zaobstarali nové, väčšie šatníkové skrine, nočné stolíky, stoličky. Úspešný projekt prostredníctvom Nadácie Henkel Slovensko nám umožnil doplniť pomôcky do snoezelen miestnosti. Vďaka grantu Férovej nadácie sme vedeli zabezpečiť nové príslušenstvo na kulinoterapiu, vrátane elektrických spotrebičov a vďaka projektu sa v pravidelných intervaloch koná aj muzikoterapia pod vedením odborníka.

Tak ako minulý rok, aj v tomto roku sme sa snažili, okrem pravidelných aktivít spríjemniť chvíle našim klientom rôznymi výletmi, exkurziami, podľa našich a možností klientov. Viackrát sme navštívili pobočku Štátneho archívu v Šali, boli sme v kaštieli v Tomášikove, kde zároveň sme obdivovali vtedy kvitnúcu krásnu tulipánovú záhradu. Koncom júna sme sa vybrali do Trstíc, aby sme nazbierali čerstvo kvitnúcu levanduľu na obrovskom levanduľovom poli. Na poldňovom výlete sme ochutnali levanduľové limonády a nazbierali levandule na krásne dekorácie. Užili sme si výlet v kaštieli v Mojmirovciach, kde po prehliadke sme si pochutnali na výbornom obede. V októbri sme absolvovali netradičnú exkurziu

na hydinárskej farme v Topolnici. Od októbra do konca novembra sme pravidelne navštevovali aj šalienskú solnú jaskyňu.

Začiatkom leta, 4. júla sa nám podarilo zorganizovať I. Rodinný deň. Bolo nám ctou, že rodinní príslušníci našich klientov sa zúčastnili v krásnom, hojnom počte. Našou snahou bolo odvdáčiť sa im za to,

že svojich najbližších - rodičov, starých rodičov, zverili práve do našej opatery. Niektorí už v začiatkoch fungovania nášho zariadenia, keď o nás ešte neboli žiadne referencie.

Okrem spomenutých výletov, exkurzií, vďaka grantu z Ministerstva kultúry SR sme mesačne mali väčšie či menšie kultúrne programy, vystúpenia detí zo škôl, materských škôl a základnej umeleckej školy.

Hostili sme divadlo Platan z Trávnice, Patanské ochotnícke divadlo, Citarový súbor Fürge Ujjak z Kráľovho Brodu. Pri letných grilovačkách nesmela chýbať živá hudba.

Klienti, aj zamestnanci sa už od novembra pripravovali na Vianoce, vyrobili krásne pohľadnice, ozdoby, vyzdobili zariadenie a prežívajú radosť z očakávania príchodu Ježiša. Zapojili sme sa do vianočných projektov, máme nachystané darčeky, krásny program s koledníkmi a pozvanie prijal aj pán dekan na celebrowanie vianočnej omše.

Dovoľte mi, aby som Vám poďakovala za celoročnú spoluprácu a zaželala požehnané Vianoce a do nového roka veľa zdravia, lásky a porozumenia!

*Mgr. Melinda Balogh Juhos,
manažérka Zariadenia pre seniorov
a špecializovaného zariadenia Solidaritas*



Pravidelne chodíme na podujatia do Šalienskej pobočky Štátneho archívu, vo februári sme si pozreli výstavu: Pomáhať, chrániť a zachraňovať!

Starostlivosť o zdravie aj v neskoršom veku

Starnutie je prirodzeným životným procesom. Kým je človek mladý, teší sa dobrému zdraviu, je plný elánu, optimizmu a plánov do budúcnosti. Príbúdajúcim vekom sa ale, žiaľ, pridružujú zdravotné problémy, ubúdajú sily, klesá záujem o tvorivú aktivitu. Chorobu si človek nevyberie dobrovoľne, každý predsa túži po dlhom a úspešnom živote a po zostarnutí vo svojom prirodzenom prostredí. Niekedy to však osud či choroba zariadi inak a človek ostáva odkázaný na starostlivosť inej osoby, často v inom prostredí. Ani v minulosti to nebolo inak, len s uplynutím doby sa menil názov z penziónov na domovy dôchodcov, na zariadenia pre seniorov, ktoré sú často aj v súčasnosti posmešky nazývané „starobince“. U skoršie narodených stále niekde rezonuje tento názov a často sa hanbia za to, že svoju jeseň života majú tráviť v zariadení. Dnešné zariadenia už ale zďaleka nezodpovedajú tomu, čo kedysi bývali a nie je tomu inak ani v zariadení Solidaritas.

Sú situácie, kedy dávame prednosť vhodnému pred vytúženým. Niektorí prídu dobrovoľne, lebo doma je sám, budí sa do prázdneho domu, bytu, s očakávaním prívetivého slova, pozdravu, vyplnenia prázdnoty dňa. U takého seniora privyknutie na nové prostredie prebieha zväčša bez problémov, pretože má motiváciu zapájať sa do spoločenského života v zariadení do maximálnej možnej miery, ako mu to celkový stav dovolí.

Niektorí však prídu z nutnosti a nedobrovoľne, často s falošným vedomím, že ide do kúpeľov, na rehabilitáciu a pod. V takýchto prípadoch nastáva vysoké riziko zmeny psychického stavu v dôsledku náhlej



Na levandulovom poli v Trsticiach sme nazbierali levandulu na ozdoby

zmeny prostredia. Zvlášť je to rizikové u klientov s rôznymi formami demencie.

Snahou ošetrojúceho personálu je zmierniť jeho žiaľ, pomoc pri orientácii a motivovanie k postupnému zapájaniu sa do spoločenského života seniorov zariadenia. Pravdou je, že niektorí to dovoľujú a pomoc prijímajú, iní však ostávajú naďalej odmietaví a hľadajú vinníka. Otázkou je, aký prístup je vhodný aplikovať. Rešpektovať jeho rozhodnutie tráviť čas osamote, čo je hoci jeho slobodné rozhodnutie. Je motivovaná nechuťou a bezmocnosťou prijať nový



V auguste nás zabavila speváčka Sissi z Sláger TV



Klienti na každé sviatky si nachystajú krásne ozdoby

stav, alebo dokonca môže byť zapríčinená jeho demotivácia aj samotnou diagnózou, voči ktorej je bezbranný. Vhodnými prostriedkami, so zapájaním rodiny, rešpektujúc jeho individuálne možnosti mu otvárame cestu do hoc nového, ale bezpečného a z ľudského pohľadu rovnako hodnotného prostredia. V tejto snahe spočíva hodnotová orientácia nášho zariadenia a každodenné snaženie odborného personálu. V prospech našich klientov.

Seniori nepotrebujú len podať vodu, stravu, ale vyžadujú komplexnú starostlivosť zabezpečenú na profesionálnej úrovni. Naše zariadenie poskytuje

úrovne ako celkový stav dovoľí, zabrániť zhoršeniu stavu, alebo aspoň ho udržať. Seniorov v zariadení pravidelne navštevuje ošetrojúci lekár a podľa potreby aj iný špecialista. Pri každej zmene zdravotného stavu zabezpečujeme konzultáciu lekárom. Podpora sebastačnosti, prevencia zhoršenia celkového stavu nespočíva len v podávaní liekov, ale na skupinovej spolupráci. Skupinu tvorí nielen zdravotný personál, ale predovšetkým opatrovatelky, ktoré sú nápomocné pri všetkých bežných denných činnostiach, sociálne pracovníčky, ktoré starostlivo zabezpečujú rôzne aktivity podľa individuálnych potrieb samotného seniora a tiež rehabilitačný pracovník – masér, ktorý je v zariadení veľkým prínosom pre vytvorenie komplexnej starostlivosti o prijímateľa sociálnej služby.

V zariadení aplikujeme prístup zameraný na človeka, ktorý sa zakladá na empatii, na súlade medzi očakávaním a realitou a nepodmienenom pozitívnom prijatí. Pravidelným vzdelávaním sa, osvojením rôznych praktík, techník, dokážeme ku každému seniorovi pristupovať individuálne. Práca v zariadení nie je o peniazoch, ani o kariére. Je to o pomoci ľuďom, ktorí pomoc potrebujú.

Mgr. Nataša Komlósiová,
vrchná sestra, sociálna pracovníčka



Na pravidelnej báze sa konajú tzv. „domové schôdze“ s klientmi

zdravotnú starostlivosť v podobe ošetrovateľskej starostlivosti, ktorú poskytuje sestra s odbornou spôsobilosťou podľa osobitného predpisu metódou ošetrovateľského procesu v rámci ošetrovateľskej praxe. Zabezpečujeme pravidelné podávanie liekov, infúznej liečby, ošetrovanie drobných, ale aj rozsiahlych, chronických rán. Poskytujeme ošetrovateľskú rehabilitáciu s cieľom zvýšiť životnú aktivitu, sebaobslužnosť a sebastačnosť do maximálnej možnej

na človeka, ktorý sa zakladá na empatii, na súlade medzi očakávaním a realitou a nepodmienenom pozitívnom prijatí. Pravidelným vzdelávaním sa, osvojením rôznych praktík, techník, dokážeme ku každému seniorovi pristupovať individuálne.

Práca v zariadení nie je o peniazoch, ani o kariére. Je to o pomoci ľuďom, ktorí pomoc potrebujú.

Mgr. Nataša Komlósiová,
vrchná sestra, sociálna pracovníčka

Je to poslanie, nie práca...



Klienti radi si zahrajú spoločenské hry



K fašiangom neodlúčiteľne patria aj šišky, nie je to inak ani v Solidaritase

Dovoľte mi, aby som sa prostredníctvom nasledujúcich riadkov prihovorila z pozície inštruktorky sociálnej rehabilitácie a priblížila našu prácu, pokúsila sa o stručnú bilanciu našej činnosti. Zariadenie pre seniorov a špecializované zariadenie Solidaritas sa nachádza v strede mesta Šaľa v tichom prostredí nemocničného parku, ktorý pripomína harmóniu a pokoj. Obyvateľmi zariadenia sú ľudia vyššieho veku - prijímatelia sociálnych služieb, ktorí majú veľké životné skúsenosti, vedomosti a zážitky.

Dôležitou zložkou starostlivosti o seniorov, žijúcich v domove dôchodcov, je sociálna práca, ktorú vykonávajú okrem ošetrojúceho personálu aj sociálni pracovníci, inštruktori sociálnej rehabilitácie a rehabilitačný pracovník s odborným vzdelaním. Ich úlohou je nielen pomôcť zabezpečiť pre seniorov veci dennej potreby, ale aj pomôcť seniorom adaptovať sa na nové prostredie, čo je pre nich veľmi stresujúce. Ďalšou úlohou je postarať sa o využitie voľného času všetkých obyvateľov zariadenia a prispôbiť ho ich záujmom, záľubám a sklbiť ich dohromady tak, aby sa zariadenie pre jeho obyvateľov stal skutočným domovom. Sociálna práca so seniormi prináša pomáhajúcemu personálu mnohé výzvy i ťažkosti každodenného života. Prechodom do nového sociálneho prostredia sa dramaticky mení život seniora, preto je potrebné zhodnotiť všetky dostupné možnosti s cieľom eliminovať negatívne dôsledky

adaptácie seniora na nové prostredie. Povzbudzovať prijímateľa k sebarozhodovaniu, sebaopatre, aktívnej účasti na spoločenskom živote zariadenia, podporovať jeho zdravý potenciál, hľadať individuálne riešenia v trápení a ťažkosti prijímateľov je súčasťou našej práce i naša plná zodpovednosť.

Ak chceme klientom vychádzať v ústrety a uspokojovať ich potreby, potrebujeme ich bližšie spoznať. Nestačia len lekárske správy či sociálne šetrenia, ale aj informácie o predchádzajúcom spôsobe života: o záujmoch, záľubách, obľúbenosti jedál, zlovykoch, rituáloch, priebeh zamestnaní či vzdelaní sú relevantnými informáciami k zachovaniu dôstojnosti, úcty i rešpektu. Znalosť osobného príbehu – biografický list prijímateľa má veľký význam pre uľahčenie adaptácie na nové, zmenené prostredie, akou je umiestnenie prijímateľa v zariadení sociálnych služieb. Osobný profil nám dáva informácie o prijíma-



Začiatkom mája klienti už skrášili aj dvor zariadenia

telovi z jeho pohľadu, prianiach, snoch a túžbach, a v neposlednom rade pomáha personálu spoznať človeka ako osobnosť, nie ako súčasť jeho práce.

Rozhovor s prijímateľom je náš hlavný pracovný nástroj. Naši seniori radi rozprávajú a sú vďační za pozornosť. Počas obdobia adaptácie, ale aj počas celej doby, pracuje s prijímateľom sociálnych služieb (PSS) interdisciplinárny tím, z dôvodu snahy zamestnancov aplikovať holistický prístup v starostlivosti o klientov.

V rámci adaptačného procesu je vedený adaptačný záznam, v ktorom sú zachytené všetky podstatné skutočnosti týkajúce sa daného prijímateľa. Po uplynutí adaptačnej fázy adaptačný plán prechádza do individuálneho plánu (ďalej len IP) s programom sociálnej rehabilitácie. V zmysle § 9 zákona o sociálnych službách, poskytovateľ sociálnej služby je povinný plánovať poskytovanie sociálnej služby podľa individuálnych potrieb, schopností a cieľov prijímateľa sociálnej služby, viesť písomné individuálne záznamy o priebehu poskytovania sociálnej služby a hodnotiť priebeh poskytovania sociálnej služby. Celý proces plánovania je tímová práca a je príbežne dopĺňaný pracovníkmi, ktorí s prijímateľom najčastejšie prichádzajú do kontaktu. Ciele IP vychádzajú z individuálnych potrieb a spolupráce prijímateľa a poskytovateľa a je koordinovaný pracovníkom, ktorý podporuje a sprevádza prijímateľa sociálnej služby v procese IP (kľúčový pracovník). Celý plán starostlivosti vychádza zo zhodnotenia zdravotného a duševného stavu prijímateľa, odhadu jeho sebestačnosti a posúdenia potrieb. Proces zahŕňa identifikáciu individuálnych potrieb, voľbu cieľov a metód dosahovania cieľov, plán činností a aktivít napĺňania a hodnotenia IP. Plán určí najdôležitejšie problémy PSS a postupné kroky, ktoré môžu napomôcť zlepšiť jeho aktuálny stav, napr. rehabi-

litáciou, ošetrovateľskou starostlivosťou, rôznymi aktivitami. Aktivity ako liečba výtvarným umením, počúvanie hudby, stimulačno – pamäťový tréning, ergoterapeutické činnosti, spomínanie na časy minulé prostredníctvom rozhovorov a fotografií, pracovná terapia, pohybové aktivity - cvičenia, sociálne – spoločenské aktivity v zariadení aj mimo zariadenia a pod. sú zabezpečené. Určí sa aj časový horizont a úlohy pre jednotlivých členov tímu a umožňuje pravidelné hodnotenie stavu a zmien v potrebách klienta. Pri tvorbe IP s programom sociálnej rehabilitácie je úlohou kľúčového pracovníka a inštruktora sociálnej rehabilitácie naplánovať aktivity, ktoré slúžia pre pestovanie záujmov a koníčkov, zamerané na rozvoj pohybových, kultúrnych, výtvarných, hudobných, spoločenských, duchovných, kognitívnych, pracovných potrieb prijímateľov smerujúcich k pozitívnemu postojú k ich životnej situácii. Pri aktivitách a doplnkových programoch v maximálnej miere sa využívajú moderné pomôcky zabezpečené vedením nášho inštitútu.

Samotná práca sociálneho a rehabilitačného pracovníka, či inštruktora sociálnej rehabilitácie prináša so sebou aj psychické vyčerpanie a napätie, ale zároveň prináša aj naplnenie túžby pomáhať ľuďom, radosť a dobrý pocit. Je to poslanie... každodenná pomoc pri riešení ich problémov. Milé, obsažné a dôležité rozhovory, pričom každý deň sa pri práci s nimi naučíme aj my niečo nové. Každý deň sme plný empatie, sme tu pre našich seniorov. Vážime si ich a náš vzájomný vzťah je založený na ľudskosti, vľúdnosti a trpezlivosti. Snažíme sa riadiť mottom: „Nijaká technika a nijaká inštitúcia nemôže nahradiť ľudské srdce, ľudské úsilie, keď ide o stretnutie s utrpením blízkeho. Úcta k ľudskej dôstojnosti sa tak spája s láskou k trpiacemu človeku.“

Mgr. Ibolya Benkőová, inštruktorka sociálnej rehabilitácie



Koncom novembra sme mali skvelý divadelný zážitok vďaka Patanskému ochotníckemu divadlu Pathalia

Snoezelen miestnosť v našom zariadení



V našom zariadení pre seniorov a špecializovanom zariadení Solidaritas n.o. sa na jar tohto roka vyskytla príležitosť na vytvorenie špeciálnej „Snoezelen“ miestnosti, v ktorej sa navodzujú u prijímateľa sociálnych služieb príjemné zmyslové zážitky v atmosfére dôvery a uvoľňovania.

Snoezelen je vlastne viacmyslové prostredie a multifunkčná metóda, ktorá sa realizuje v obzvlášť príjemnom a upravenom prostredí, vytvára pocit pohody a uspokojenia, vyvoláva spomienky, vplýva na vzťahy, zbavuje strachu a evokuje pocit istoty a bezpečia.

Ide o veľmi vhodné, podnetné, špeciálne vopred pripravené prostredie, ktoré zahŕňa rozmanité vybavenie poskytujúce a zariadenie poskytujúce zmyslové zážitky a stimuláciu jednotlivých zmyslov, alebo integráciu viacerých zmyslov súčasne. V prostredí sa zameriavame na nájdenie spôsobu, ako urobiť zmyslovú informáciu pre prijímateľa viac zmysluplnou. Snoezelen miestnosť ponúka zaujímavé svetelné efekty, rozmanité zvuky, neobvyklé, podmanivé vône, hmatové skúsenosti, vibračno-akustické pocity, masáže, vibrácie a jemné pohyby. Na tieto podnety využívame množstvo prístrojov a pomôcok ako sú: bublinkový valec so zrkadlovým pozadím, optické vlákna, projektor s vymeniteľnými kotúčmi, vodnú posteľ, CD prehrávač s relaxačnou hudbou, aroma difuzér s vonnými olejmi. Taktiež sa využívajú pomôcky na hmatovú stimuláciu ako sú: penové špongie, modelovacie hmoty, pierka, masážne loptičky, hmatové pexesá, hmatové vrecúška a rôzne iné.

Naša snoezelen miestnosť je špeciálne zariadená a vytvorená pre našich klientov a prispôbená ich potrebám. Pracuje s nimi na to určený a vyškolený pracovník podľa vopred vypra-

covaného harmonogramu tak, aby sa každý klient mohol adekvátne zúčastniť snoezelen terapie. Dĺžka jedného pobytu trvá približne 30 – 45 minút, závisí však od konkrétnych potrieb klienta. Individuálne pobyty nemusia trvať dlho, klienti benefitujú z ich pravidelnosti.

Prijímatelia veľmi radi a s ochotou navštevujú snoezelen miestnosť, kde je pre nich vytvorená príjemná atmosféra a

kde sa cítia uvoľnene a slobodne. Rešpektuje sa ich tempo, majú tak dostatok času na vnímanie a spracovanie podnetov. Dôraz kladieme na vytvorenie vzťahu medzi klientom a terapeutom, ktorý má byť založený na vzájomnej dôvere, ktorú si klienti veľmi cenia. Počas pobytu v miestnosti pozorujeme u klientov pocity uvoľnenia, pohody, bezpečia a uspokojenia. Prebúdza sa u nich pozornosť, zvýšená koncentrácia a vnímavosť na prebiehajúce podnety, s ktorými pracujeme. Rozvíja sa u nich uvedomenie si vlastného tela a rozvoj osobnosti. Pri pravidelnej návšteve snoezelen miestnosti sa zlepšuje sústredenosť, komunikácia, kognitívne procesy a rozvoj zmyslového vnímania.

Sme radi, že vytvorenie tejto miestnosti malo opodstatnenie a zmysel. Našou radosťou je, ak našim klientom vieme zabezpečiť také prostredie, kde sa cítia bezpečne a každou našou činnosťou im vieme zlepšiť kvalitu života. Odmenou pre nás je ich spokojnosť a úsmev v očiach.

*Iveta Mészárosová
masérka – rehabilitačná pracovníčka*



V poslednom období veľmi obľúbenou miestnosťou sa stala snoezelen izba



K fašiangovej zábave patrili aj ručne vyrobené masky

Z pohľadu opatrovateliek

Práca opatrovateliek nie je bežná práca, je to doslova poslanie. Pri nej si nemôžeme povedať, že to nebudeme robiť, že nemáme chuť, či náladu. Tí ľudia nás potrebujú každý deň. Všetci naši klienti musia dostať teplé, chutné jedlo, potrebujú pomocť pri obliekaní, či toalete. Ale čo je najdôležitejšie, potrebujú cítiť, že nás to skutočne baví a naplňa, aby sa necítili na obťaž. Každý klient má za sebou iný príbeh. Pochádzajú z iného sociálneho prostredia, majú iné návyky z domu. Našou úlohou je ich potreby zosúladiť, aby boli relatívne spokojní. Niektorí sa zveria, iní sú zatrpknutí či už na celý svet, alebo rodinných príslušníkov. Hold, nie všetci sú u nás dobrovoľne. Musia však cítiť, že personálu okolo nie je sú ľahostajní.

A tak som sa raz spýtala jednej klientky, že za čo je najviac vďačná a ona mi odpovedala, že na prvom

mieste je rodina a druhom sme my, opatrovatelky. Odpoveď ma milo prekvapila a aj som sa opýtala, prečo. Jej odpoveď ma naozaj prekvapila. „Vieš, moja drahá, kým si maličká, tak sa z teba všetci tešia, pretože si zlatá a robíš každému radosť. Keď dospeješ, tak ťa všetci berú, ako pracovnú silu a prípadne kamošku na pohár vína, či poklebetenie. Ale keď si už stará, tak si každému na príťaž. Nepovedia ti to, ale cítiš to. Nikto sa s tebou nechce zabávať, lebo dobre nepočuješ. Nikto s tebou nechce klebetiť, lebo zabúdaš a často opakuješ tie isté veci. A nehovoriac o tom, keď sa o seba nedokážeš postarať, vtedy už na teba nie je žiaden čas. A preto ste tu vy, opatrovatelky, ktoré mi dávate pocit, že nie som navyše, že so mnou máte všetku trpezlivosť sveta a popri tom si ma ešte vždy vypočujete aj po 150-krát. Usmejete sa a idete ďalej.“

Klienti, ktorí sú u nás, sú stále dôležité osoby pre túto spoločnosť, ktoré nám dali životy, sú to matky, staré mamy, prababky... Práve vďaka nim sme tu, vďaka nim žijeme a môžeme pokračovať v cykle života a v odovzdávaní úcty voči starým ľuďom. Veľakrát stačí tak málo, ako je úsmev a pohladenie, niekedy však aj nahrádzame ich rodiny, počúvame príbehy, cítime s nimi radosť, aj starosť. Preto táto práca, toto poslanie nie je pre každého, ale my sa ju snažíme robiť najlepšie, ako vieme.

Kolektív tímu opatrovateliek



Akonáhle počasie dovolí, cvičenia sa presunú na dvor zariadenia

Aj blízko k deväťdesiatke aktívne

Pani Piroška prišla do zariadenia krátko po otvorení, v apríli 2018. Po smrti manžela dlhé roky bola sama a starala sa o domácnosť, dvor, čo už bolo pre ňu ako 84-ročnú ženu veľmi vyčerpávajúce. Veľmi jasne a otvorene hovorila dcéram, že sa nechce nasťahovať ani k jednému rodinnému príslušníkovi, nechce im byť na obťaž. Vyjadrila sa, že ak raz má dôjsť k tomu, pôjde do domova seniorov, má však dve podmienky - aby bolo to zariadenie nové a aby tam mohla mať jednolôžkovú izbu. Krátko po našom otvorení sa dozvedeli o nás a keďže sme obe jej podmienky splnili, mohla sa nasťahovať. „Neľutovala som nechať môj dom, záhradu, lebo som toho už mala naozaj dosť. Nikdy som nemala voľný čas, bola som už vyčerpaná. Vždy sa našla práca buď okolo domu, alebo vo vnútri a pokým žil manžel, tak som ho opatrovala, amputovali mu nohu,“ rozpráva svoj príbeh Piroška, ktorá onedlho bude oslavovať deväťdesiat rokov. Piroška si u nás rýchlo zvykla a nadviazala vzťahy s ostatnými klientmi. Vrelo žije v nej spomienka, keď sa jej sociálna pracovníčka v spoločenskej miestnosti opýtala, čo rada robí vo voľnom čase. „Povedala som jej, že som kedysi rada háčkovala, štrikovala. No a od tej chvíle nemám pokoj,“ zasmee sa pri spomínaní Piroška, ktorá do dnešného dňa aktívne vyrába ozdoby, obrusy, svetre, šály a z jej rúk vyjdú vždy krásne produkty. Prvé tri mesiace netúžila ísť domov sa poobzerať po dome. Bola rada, že môže konečne oddychovať, nemusí sa nikam ponáhľať, nečakajú ju domáce práce. Neprišla do zariadenia s obavami, ale ani s veľkými očakávaniami. Domnievala sa, že v domove každý podriemkava vo svojej izbe a klienti celý deň oddychujú. Veľmi príjemne ju prekvapili aktivity, mož-



Pani Piroška vždy vzorne sa stará aj o kvetinky



Piroška prišla medzi prvými v roku 2018

nosti na oddych aj v telocvični či masážne kreslo v spoločenskej miestnosti alebo stacionárny bicykel. Pokým jej zdravotný stav dovoľí, rada sa zúčastní na všetkých organizovaných zájazdoch, exkurziách. „Sme ako veľká rodina, držíme spolu, každé ráno si dáme rannú kávu v našej malej kaviarničke na treťom poschodí. Dobré sa cítíme spolu. Tešíme sa z našich najmenších ratolestí. Ja mám už dokonca aj prapravnučku. Tolko sa nasmejeme, že až-až. Sú tu seniori, ktorí sa zaoberajú len so svojimi chorobami, liekmi, kedy, kam a ktorému lekárovi idú. Ja mám radosť zo spoločne strávených chvíľ. Rozprávame príbehy o detstve, povieme si, kto ako chystal jednotlivé zákusky, pokrmy. Tak rýchlo prejde deň, že sa ani nenazdáme a už je večera,“ opisuje svoje dni Piroška, ktorá tento rok strávi v našom zariadení v poradí už šieste Vianoce. Okrem kovidového obdobia trávil Vianoce vždy v kruhu svojich blízkych, ale ako sama hovorí, po pár dňoch sa už tešila späť do svojho nového domova.

Mgr. Melinda Balogh Juhos,
manažérka Zariadenia pre seniorov
a špecializovaného zariadenia Solidaritas

Nie vždy je všetko podľa našich predstáv...

Pani Nadežda prišla do nášho zariadenia v marci tohto roku. Jej príbeh je úplne odlišný od Piroškinho. Pani Nadka - ako ju každý v zariadení volá - sa minulý rok v novembri zmenil život za okamih. V dôsledku náhlych zdravotných problémov musela mesiace stráviť v nemocniciach. Rodina aj ona vedeli, že po prepustení z nemocnice nemôže ostať doma sama. „Nevedela som chodiť, bola som pripútaná k posteli, nemohla som tak protestovať proti umiestneniu v zariadení, nakoľko som sa sama o seba nevedela postarať. Bola som naladená tak, že keď sa budem cítiť lepšie a budem vedieť chodiť, pôjdem domov,“ začínala svoj príbeh pani Nadka. Vďaka jej vytrvalosti s húževnatosťou svoj cieľ za krátky čas aj dosiahla. Postavila sa na nohy a úspešne zdolávala aj schody. Týmto však nebolo všetko vyhraté - chodiť je jedna vec, ale starať sa o domácnosť, vyjsť do bytu na treťom poschodí paneláku a zísť dole je úplne iná vec. Po dlhých debatách s rodinou, blízkymi, známymi a personálom si pani Nadka uvedomila, že predsalen bude lepšie, keď zostane v zariadení. „Čo by som robila, keby mi prišlo zle doma, v našom paneláku bývajú väčšinou ženy v mojom veku. Syn pracuje, dcéra žije v zahraničí, nemôžem zakaždým volať niekoho, aby mi pomohol pri každodenných záležitostiach,“ konštatuje už zmierená pani Nadežda. Priznáva, že jej trvalo mesiace, kým sa zmierila s tým, že v na-



Pani Nadežda rada sa zúčastní všetkých aktivít

šom zariadení zostáva natrvalo. Teší ju, že má od začiatku tú istú spolubývajúcu, ktorá jej s nadšením pomáhala, keď ešte bola pripútaná na lôžko. Teraz ona sa snaží vrátiť jej pomoc a byť jej k dispozícii. Pani Nadežda sa pred osudným dňom vôbec nezaoberala s myšlienkou, že raz pôjde do domova. Ako sama hovorí, skoro každý deň sa prechádzala okolo zariadenia a často videla, ako sa klienti prechádzajú na dvore, hrajú športové hry, nikdy jej však nenapadlo, že raz tu bude bývať aj ona. Pred nástupom mala obavy z neznáameho, veď každý z nás má prirodzený rešpekt pred nepoznaným. Obávala sa, ako ju prijme personál a ostatní seniori. „Ani vo sne by mi nenapadlo, že tu budeme mať toľko možností na trávenie voľného času - chodíme na výlety, máme ručné práce, chodí učiteľ hudobnej výchovy na terapiu. Aj teraz by som už mala ísť do spoločenskej, lebo sociálna nás volala na druhú hodinu. Dokončujeme ozdoby zo šišíek. Úplne maličké ručné práce, vyšívanie alebo háčkovanie nerada robím, ale rada maľujem a výrobu väčších dekorácií zvládnem bez problémov,“ uzatvára Nadka, ktorú čakajú prvé Vianoce v zariadení. Kvôli zdravotnému problému nechce byť nikomu ani na sviatky na príťaž a rada by strávila Vianoce s klientmi a ako hovorí, už sa veľmi teší na vianočný program.

Mgr. Melinda Balogh Juhos, manažérka Zariadenia pre seniorov a špecializovaného zariadenia Solidaritas



Pani Nadka tvrdo pracovala na tom, aby plnohodnotne sa mohla zapojiť do života zariadenia, zúčastní sa na všetkých podujatiach, výletoch

Prvé kroky do zariadenia pre seniorov

Je veľmi ťažké sa rozhodnúť, a vyplniť žiadosť do zariadenia pre seniorov alebo do špecializovaného zariadenia. Väčšinou rodinní príslušníci prídu až vtedy, keď domácu opateru o seniora už nevládzu a potrebujú ihneď pomoc. Často sa stáva, že po menšom či väčšom úraze nevedia sa postarať o do-

vtedy sebestačného príbuzného. Žiaľ, z kapacitných dôvodov, ani my nevieme hneď pomôcť. Akonáhle sa miesto uvoľní kontaktujeme žiadateľov z poradníka. Nenechajte podanie žiadosti na poslednú chvíľu, je to nezáväzná. Keď máte v rodine seniora a jeho stav sa postupne zhoršuje a rodina predpokladá, že z pracovných alebo z iných dôvodov by nevedela 24 hodín denne sa postarať o babičku alebo dedka tak pomaličky treba sa zaoberať s myšlienkou umiestnenia do sociálneho zariadenia. Vybavenie potrebných úradných záležitostí tiež trvá týždne.

V ZpS (v zariadení pre seniorov) a v špecializovanom zariadení sa poskytuje sociálna služba fyzickej osobe, ktorá dovŕšila dôchodkový vek a je odkázaná na pomoc inej osoby alebo poskytovanie sociálnej služby v zariadení potrebuje z iných závažných dôvodov.

Podmienky prijatia vyplývajú zo zákona o sociálnych službách č.448/2008 Z.z..

Pred podaním žiadosti do zariadenia pre seniorov si musí občan (žiadateľ) podať Žiadosť o posúdenie odkázanosti na sociálnu službu, na sociálnom oddelení Mestského úradu, alebo Obecnom úrade v mieste trvalého bydliska. Prílohou k žiadosti je vyjadrenie lekára o zdravotnom stave. Obec násled-



V októbri sme navštívili hydinársku farmu v Topolnici, ďakujeme pánovi majiteľovi Alexandrovi Mészárosovi za privítanie a občerstvenie

ne vydá „Rozhodnutie o odkázanosti na sociálnu službu“. Po vydaní Rozhodnutia o odkázanosti na sociálnu službu a stanovení stupňa, si občan podá osobne, poštou alebo elektronickou poštou do zariadenia Žiadosť o uzatvorenie Zmluvy o poskytovaní sociálnej služby.

Žiadosť o posúdenie odkázanosti na sociálnu službu v prípade špecializovaného zariadenia sa podáva na sociálny odbor príslušného samosprávneho kraja podľa trvalého bydliska. V špecializovanom zariadení sa poskytuje sociálna služba fyzickej osobe, ktorá je odkázaná na pomoc inej fyzickej osoby, jej stupeň odkázanosti je najmenej V má zdravotné postihnutie, ktorým je najmä Parkinsonova choroba, Alzheimerova choroba, pervazívna vývinová porucha, skleróza multiplex, schizofrénia, demencia rôzneho typu etiológie alebo organický psychosyndróm ťažkého stupňa.

Žiadosť o uzatvorenie zmluvy o poskytnutí sociálnej služby môžete si stiahnuť z našej webovej stránky alebo môžete si vyzdvihnúť osobne v zariadení. V prípade ak potrebujete pomoc, môžete sa na nás obrátiť osobne alebo telefonicky, radi Vám poskytneme bližšie informácie.

Mgr. Melinda Balogh Juhos, manažérka Zariadenia pre seniorov a špecializovaného zariadenia Solidaritas

KONTAKT

**Zariadenie pre seniorov
a špecializované zariadenie
Solidaritas**
Nemocničná 6669/1A
(areál nemocničného parku)
Šaľa 927 01

Manažérka zariadenia
Mgr. Melinda Balogh Juhos
Tel.: 0908 430 869
solidaritasno@gmail.com
info@solidaritas.eu,

Vrchná sestra, sociálna pracovníčka
Mgr. Nataša Komlósiová
Tel.: 0915166136

Nepretržitá služba, nahlásenie návštev
Tel.: 0908 109 447

Občasník Zariadenia pre seniorov a špecializovaného zariadenia, vydáva **SOLIDARITAS n.o.**,
sídlo: Trstice 659, 925 42, **zodpovedná osoba vydania:** Mgr. Melinda Balogh Juhos,
fotografie: archív SOLIDARITAS.

Reprodukcia uverejnených článkov a fotografií je zakázaná.

Grafická úprava: Orbán Péter, ZOXO PRESS, **Tlač:** Tomáš Fischer - Tešedíkovo