

PALATA-Domov pro zrakově postižené

150 00 Praha 5 - Smíchov, Na Hřebenkách 737/5

Nejstarší český ústav sociální péče pro zrakově postižené seniory založený v roce 1893
Telefon: +420 277 028 410 (recepce), +420 277 028 xxx (linka), Web: www.palata.cz

ZPRAVODAJ č. 2

DUBEN roku 2024



Redaktorka:

Mgr. Eva Průchová

Příspěvky poskytli:

Jiří Javůrek

Jindřiška

Mgr. Art. Adriana Rohde Kabele

Eva Krbcová

Mgr. Pavel Pilík

Bc. Martin Průcha

Dana Tyrnerová

Miluše Wiedermannová

Fotografie:

Bc. Jakub Žďárský

Mgr. Art. Adriana Rohde Kabele



Vydává Palata - Domov pro zrakově postižené, jehož zřizovatelem je hl.m.Praha

Předjaří

Celá příroda se bude těšit na jaro,
protože když slunko hřeje
do všech odstínů obalí stromy,
travnatá plocha je stále zelená,
všechno se probouzí a my také.

Květy se zimomřivě hřejí na paprscích slunce,
těšíme se na pestré tulipány,
které vytvářejí barevný koberec,
jak vyrostou je to veliká krása,
naše srdíčko to obdivuje a jásá.

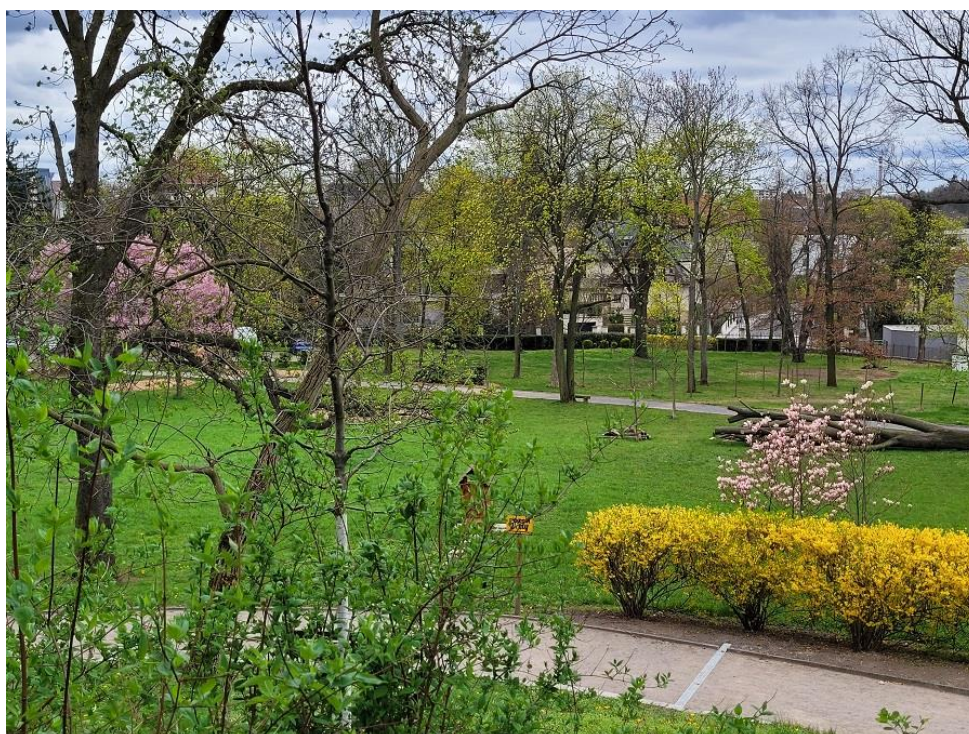
Až bude opravdu slunce hřát,
pak i my se budeme vyhřívat,
po takové zvláštní zimě
nás všechno bolí,
sluníčkem se to zhojí.

V srdci pokorné díky mám
a to kvůli vám,
kteří o nás pečujete,
v dobrém nám vše přejete.

Aktivitami spolu sdílíme,
co ještě umíme a zvládneme,

tak ať nám všem do těch okamžiků
do srdce se vtiskne mnoho krásných zážitků.

Jindřiška



Ohlédnutí za Velikonocemi

Velikonoční tvoření v plném proudu... klientky si vyzkoušely tvoření z fimo hmoty a keramické hlíny. Budou z toho hezké přáníčka, ozdoby, přívěsky a také bižuterie.





Velikonoční pomlázka



PALATA INTERVIEW

Vážení čtenáři,
vzhledem ke kladnému ohlasu na naši novou „zpravodajskou“ rubriku jsme se z „pilotního“ interview rozhodli udělat rubriku pravidelnou, a pokud se Vám bude i nadále líbit, budeme přinášet další rozhovory s osobnostmi, které nějakým způsobem spojily svůj život s Palatou.
Tentokrát se budeme ptát paní magistry Evy Průchové, manažerky kvality, zástupkyně ředitele a koordinátorky praxí.



Vaše pracovní pozice je i dle názvu poměrně rozsáhlá... A termín manažerka kvality, zvláště mimo oblast sociálních služeb, není zcela

obvyklý... Mohla byste nám tuto pracovní pozici v praxi Palaty trochu přiblížit?

Do mé pracovní náplně patří tvorba a koordinace standardů kvality v domově, které jsme povinni plnit ze zákona o sociálních službách. S tím souvisí, že odpovídám za soulad standardů kvality s platnou legislativou a posláním organizace. Podílím se na vytváření a koncepci rozvoje domova. Koordinuji práci sociálních pracovníků, metodicky podporuji klíčové pracovníky, hlavně v oblasti individuálního plánování a skupinových terapií. Jsem garantem biografické péče na Palatě. Zajišťuji agendu studentských praxí, ve spolupráci s Martinem Průchou organizuji kulturní a společenské akce. Vzhledem k tomu, že jsem instruktorem prostorové orientace, provádím školení základů komunikace a průvodcovství.

Od chvíle, kdy jste svůj profesní život spojila s Palatou, pracovala jste vždy na této pozici?

To, že jsem na Palatě, je vlastně náhoda. Na Palatu jsem se původně vůbec nehlásila a ani jsem jí neznala. Šla jsem na konkurz do SOS vesniček na pozici sociální pracovnice. Tenkrát byla ředitelka

SOS vesniček i ředitelkou Palaty. Asi za týden po konkurzu mě zavolala, zda bych nechtěla dělat vedoucí sociálního úseku na Palatě. Vybrala si mě hlavně proto, že jsem veškeré svoje praxe zaměřila na seniory. Měla jsem i zkušenosti z domovů pro seniory ze zahraničí - z Německa, Švýcarska. Nabídku jsem přijala a od té doby jsem tady.

Jak dlouho již Palatu znáte a pracujete zde?

Letos to bylo již 25 let.

Dovolte mi Vám vyjádřit uznání... To je již velký kus profesního života. A zároveň se omlouvám, neboť jste si těmito jistě prověřenými zkušenostmi vysloužila další „nelehkou“ otázku 😊 Jak se podle Vás Palata v průběhu let, co ji znáte, proměnila? Proved'te nás prosím trochu „tímto časem“ Palaty...

Ta změna je opravdu markantní. Bohužel jsem zažila i období, kdy mezi zrakově postiženými kolovala věta „hlavně se nedostat na Palatu“. Když jsem nastoupila na Palatu, byla kapacita domova 156 klientů, o které se staralo přibližně 73 zaměstnanců. Klienti bydleli v jedno až

pětilůžkových pokojích bez sociálního zařízení. Pro srovnání dnes zde žije 122 klientů, o které se stará 112 zaměstnanců. Klienti bydlí v jedno až dvoulůžkových pokojích se sociálním zařízením.

Dnes je to již úplně něco jiného. Palata prošla rozsáhlou rekonstrukcí, úpravou prostředí, ale hlavně se, a to je nejdůležitější, změnil přístup personálu. Je to místo, kde se setkáte se spoustou nádherných lidí, kteří nám dávají k dispozici své znalosti, zkušenosti a v neposlední řadě i přátelství. Díky tomu se Palata stává opravdovým domovem.

Velký dík za sdílení Vašich cenných zkušeností. Doufám, že jistou odměnou Vám bude naše další otázka 😊 Další důležitou kapitolou Vašeho působení na Palatě je kulturní program, na jehož přípravě a realizaci spolupracujete jednak s panem Martinem Průchou, a také s aktivizačním týmem a dalšími zaměstnanci. Kulturní a volnočasový program na Palatě je velmi bohatý, naši klienti si ho chválí a také náležitě užívají... Jak rámcově probíhá tvorba aktivizační části péče? Například kde berete nápady a co zpravidla bývá potřeba k jejich

realizaci? (Pozn.: klienti často s uznáním na uskutečněné aktivity konstatují: „bylo to nádherné, ale muselo to dát spoustu práce a zařizování...)

Když něco děláte s láskou a rádi, tak vám to ani nepřijde náročné☺ Organizování a zařizování různých akcí mě baví a vždy mám velkou radost, pokud se vše povede, klapne počasí a přijdou klienti. Není nic horšího, než když je vše naplánované a nikdo nepřijde. To je mi pak smutno. Ale to se naštěstí na Palatě nestává. Vždy jsem byla organizační typ, plánovala jsem různé akce ve škole (přehlídky, výlety, besedy), dětské tábory o prázdninách. Pomáhala jsem s organizováním Folkových prázdnin v Telči, nebo jsem spoluzakládala folklorní soubor Podjavoříčan Telč, kde jsem 15 let aktivně tancovala.

Takže sami vidíte, že plánování mě provází celý život. Nejvíce by o tom mohl vyprávět můj manžel, který má na půl roku dopředu naplánované všechny víkendy☺

Ale teď vážně. Dnes již organizaci hlavního kulturního programu převzal Martin, takže největší

zátěž je na něm. Nadále se ale věnuji rozvrhu a naplní skupinových aktivit, cílených na menší skupiny klientů mimo hlavní společný program. Ten spolu už pak jen doladujeme, když něco nefunguje, nebo se nedaří zkoordinovat s dalším děním v domově. To pak nastupuji já s trochu razantnějším přístupem☺

Co do pestrosti aktivit a zážitků na Palatě je nabídka našich služeb skutečně pestrá... Je vlastně velmi příjemné slyšet, když se obyvatelé Palaty mezi sebou baví způsobem: „Já někdy nevím, kam dřív...nebo co si mám za aktivitu vybrat...“ To jsou pro lidi, kteří mají zájem se této části péče účastnit, docela hezké „starosti“. Kromě toho, že kulturní a aktivizační program zajišťujete co do manažerování a koordinace, zároveň se také aktivně podílíte na jeho realizaci, a to od velkých centrálních aktivit, jako jsou třeba výlety, letní grilování nebo masopust, až po pečení s klienty, když máte víkendovou službu.

Rád bych se Vás zeptal: jak Vás samotnou tato část práce baví? Které akce z minulého roka pokládáte za zvláště vydařené a také jestli máte ještě nějakou další představu nebo nápad

ohledně aktivizace, který byste ráda realizovala?

Věřím, že jsem součástí Palaty a účastnit se všech akcí, které jste jmenoval, mi připadá přirozené a účastním se jich ráda. Baví mě to.

Když se to podaří, snažím se dovést i svoji dceru Julinku, která na Palatu chodí velmi ráda a často mi navrhuje, že půjde do práce se mnou místo školy.

Mám ráda tradiční akce, které jsme začali organizovat a ujali se. Mezi takové akce patří výlet parníkem po Vltavě (letos se uskuteční již po 23.), dále Když Palata tančí (letos již 10. ročník) a nemohu zapomenout na pravidelné grilování, Den otevřených dveří, oslavy Dne Palaty a další.

Do budoucna bych si přála tyto akce zachovat a plánovat další dle zájmů našich klientů. Několik klientů mě už v loňském roce žádalo o výlet do mé rodné Telče. Takže jestli se to podaří, pojedeme letos tam.

Lidé na Palatě, obyvatelé i zaměstnanci, Vás vnímají jako člověka, který si na každého najde čas, vyslechne druhé, a navíc nezapomene darovat vlídné slovo a úsměv ☺ Jaký je Váš

osobní recept na toto kladné lidské i profesní nastavení a kondici?

Žádný speciální recept nemám. Jsem optimista a snažím se v lidech hledat spíše ty dobré vlastnosti. Ráda se scházím s přáteli, chodím do lesa, jezdím na kole a cestuji. Ale nejdůležitější je, aby mě práce, kterou dělám, bavila a naplňovala. A to se mi naštěstí podařilo☺

Paní Průchová, velmi děkujeme za Váš čas a přejeme Vám mnoho zdraví a energie v pracovním i osobním životě.

Děkuji☺

Pavel Pilík



Krásné jarní a letní měsíce

Jsou měsíce, které máme rádi.
počasí už dalo definitivně paní Zimě sbohem.

Příroda se delší čas probouzí,
celkově se určitě naladíme na správnou notu.

Naše ošetřovatelky s námi luští křížovky,
Trénují paměť nebo slovní zásobu slov i vět.
Potom si taky zazpíváme ty krásné české písničky.

Jak strávíme tento čas -
ke své relaxaci svých nových sil.
Přeji všem slunné léto,
pohodovou dovolenou všem zaměstnancům Palaty.

Děkujeme všem, co se o nás starají ve dne, v noci
i všem dobrovolníkům, kteří budou pomáhat,
že udělají vše, co bude v jejich moci.

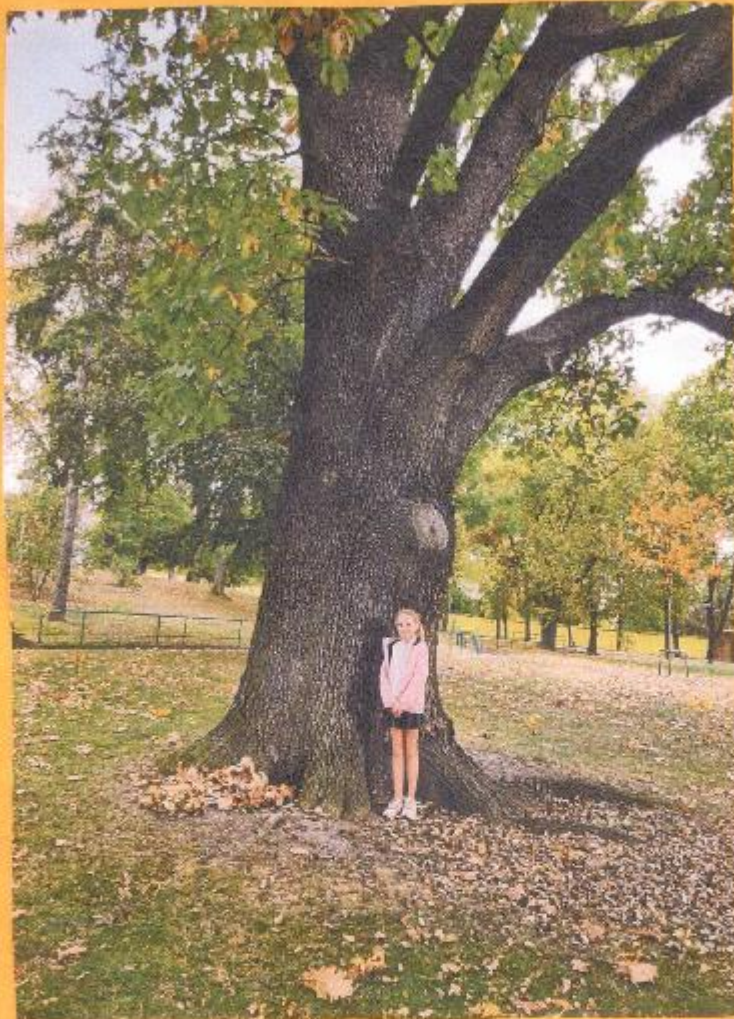
Jindřiška

Výprava dvou skupin klientů „Za kořením a slávou“!

Naše návštěva stejnojmenné výstavy pro všechny smysly, otevřené v Botanické zahradě v Troji. Výstava byla inspirovaná cestovatelem Josefem Kořenským (1847-1938), s využitím jeho textů a fotografií, a složená z předmětů a také modelů dotýkajících se života v Asii. V expozici jsme si osahali a očichali exotické koření, např. z rostliny Kafrová limeta, které bývá součástí kari koření. Plody ovoce, např. největší plod na světě rostliny Džekfrut, který jsme sušený i ochutnali. Bambus a jiné trávy, kokosové ořechy, zámotky Bource morušového a pravé hedvábí a rostliny Čajovníku čínského s ochutnávkou uzeného čaje. Věděli jste, že se pěstuje i černá rýže? A také červená dlouhozrná. Lotosové květy produkují aromatickou látku na parfémy. Také byly k mání štětce na kaligrafické písmo a jiné zajímavosti. Ve vitrínách potom největší semeno na světě (z Palmy) a také obří lusk, asi metr dlouhý již usušený. Dotkli jsme se jiného světa během jediné hodiny. Děkujeme velmi ochotným průvodcům za individuální přístup a výklad.

Martin Průcha

MŮJ OBLÍBENÝ STROM



INFORMACE

Můj oblíbený strom je dub. Nachází se v Braděšské paláci.
Vybrala jsem si ho, protože je zajímavý a je mnoha-
let starý, je ještě pořád hodně rodný a silný, hlavně
rodavý.

ZAJÍMAVOSTI

Nachází se v paláci, pro slzy a rakovinu onemocněné, mezi
nimi je i moje prababička, mám ji moc ráda. Jecháme
za ní a procházíme se v parku kde je tento dub.

Helena 11. led

Můj oblíbený strom

11 letá Helenka pravnučka naší klientky Mirky Hauserové, dostala ve škole příjemný domácí úkol☺ A nám to dalo na milý příspěvek do našeho Zpravodaje. Děkujeme☺

Vážené paní učitelky, vážení páni učitelé, jen více takových domácích úkolů☺



Evička

Události, oslavy, nové věci, návštěvy,
ukládá si do hlavy.

Sedí, mlčí, poslouchá,
vymýšlí, jak využije
pro své básně to,
čím se na Palatě žije.

Svátky nebo počasí,
na vše veršem troufá si.

Hodně zná a pamatuje
tím nás všechny udivuje.

Kde jsou kvízy, křížovky,
nemůžou být bez Evky.

Ráda přidá dobrý vtip,
se smíchem se žije líp.

Bystrý rozum, úsměv v tváři
ať se Evě verše daří!

Kdopak je ta básnířka?

Přece z „céčka“ Evička!

Dobrá věc se podařila

Dne 29. února 2024 vystoupil pěvecký sbor Palaty se svým dalším krásným programem ve velkém sále Palaty. Tento program byl složen nejen z pěkných písní, ale navíc obohacen pásmem poezie, které krásně přednášela aktivizační pracovnice Palaty, paní Mgr. Adriana Rohde Kabele, věnovanými přicházejícímu jaru. Pásmo poezie se skládalo z básní, většinou věnovaných přicházejícímu jaru a bylo posluchačům a posluchačkám o to bližší, že autory výše zmíněných básní jsou klienti a klientky Palaty.

V první části vystoupení pěveckého sboru Sluníčko zazněly písně jako „Jenom ty mě můj koníčku, jenom ty mě pěkně vez“, dále lidové písně „Bejvávalo, bejvávalo, bejvávalo dobře,, a dále například „Sedlák, sedlák“, píseň, kterou slyšíme hned několikrát v cyklu tanců a písní „Česká beseda“. Při dalších lidových písničkách jako např. při písni „Beskyde, Beskyde“ už nadšené obecenstvo složené převážně z klientů, klientek a zaměstnanců Palaty zpívalo spolu s pěveckým sborem Sluníčko, a tak velice pěkným a spontánním projevem přispělo k celkové atmosféře odpoledne ve velkém sále Palaty. Myslím, že tu bylo zcela zřetelně vidět kvalitu a sehranost zpěváček a zpěváků celého pěveckého sboru pod

profesionálním vedením sbormistra takových kvalit jako je pan Václav Vomáčka a za hudebního doprovodu pan Jiřího Synáka, který doprovází sbor Sluníčko na akordeon.

V programu pěveckého sboru Sluníčko dále zazněly interpretačně poměrně náročné písně jako „Hajej, můj andílku“ či „Letěla bělounká holubička“ jejichž nápěvy použil český hudební skladatel Bedřich Smetana ve své opeře Hubička. Posluchači vystoupení pěveckého sboru Palaty s velkým zájmem vyslechli další české písně jako například „Když jsem vandroval“. Znameníť interpretace této písně v podání sboru „Sluníčko“ nám přiblížila krásně podmanivou melodiku lidových písní z Chodska.

V další části programu jsme si mohli připomenout světoznámého českého hudebního skladatele Leoše Janáčka, a to lidovou písní „Už ty pilky dořezaly“. Tato píseň je součástí cyklu „Lašské tance“, které nasbíral hudební skladatel Leoš Janáček během své sběratelské činnosti. I v této písni jsme slyšeli jako posluchači naprostou muzikantskou vytríbenost pěveckého sboru Palaty a stoupající úroveň tohoto sboru. Ráda bych zde připomněla, že s některými písněmi, které zazněly dnes v programu, pěvecký sbor Sluníčko již několikrát vystupoval a to i mimo Palatu, ale v jiném nastudování. Když ještě

přihlédneme ke skutečnosti, že mnohé z členek sboru Sluníčko již působí ve sboru 4 a více let, lze napsat, že mnohé písně jsou tzv. usazené a již dobře zažitě.

I četné posluchačky z Palaty tak zaznamenaly jasně viditelné zlepšení pěvecké úrovně sboru co do kvality provedení jednotlivých písní tak co do repertoáru pěveckého sboru.

Velký dík patří panu sbormistrovi panu Václavu Vomáčkovi, který s nadšením sobě vlastním a s pečlivostí celoživotního hudebního profesionála přistupuje velice erudovaně a zároveň také lidsky ke každé zkoušce sboru Sluníčko a vede takto citlivě sbor Sluníčko „od úspěchu k úspěchu. . .“

Ráda bych také upozornila i na vysoké muzikantské kvality pana Jiřího Synáka, který jako bývalý hudební pedagog, nyní klient Palaty, velice obohacuje sbor Sluníčko svým celoživotním profesionálním přístupem, a také důležitou dovedností dotahovat poctivou práci práci „až do konce, tzn. ke kvalitní interpretaci všech písní, uváděných sborem Sluníčko.

Na závěr tohoto článku můžeme, myslím, směle napsat: „Dobrá věc se podařila“. Pěvecký sbor Sluníčko „splatil“ tímto koncertním vystoupením svůj dluh. Koncert je možné chápat jako důstojné poděkování jubilantům „Roku evropské hudby“

Bedřichu Smetanovi a Leoši Janáčkovi či chcete-li jejich hudebnímu odkazu.

Dana Tyrnerová



Jaro - Jirka Javůrek

Jarní čas a jaro se vrátí zas,
Na jaře, na jaře
pokvetou stromy a keře
a ptáci budou zpívat na jaře.

Vidím jarní třpyt
A ovečky jdou se po ránu napít,
napasou se na louce travičky
a kdepak jsou ty naše kozičky?

Jaro klepe na dveře,
kdepak mi je otevře? Já.
Jarní vánek a zahrada se probouzí
a už tu není žádný spánek.

Rostou tam kytičky a petrklíče,
Ohřejem' se na jarní zahradě ještě více,
projdeme se po té naší zahradě
při té dobré a hezké náladě.

Jaro, jaro, to nám něco dalo,
dá nám sluneční den
a hvězdička nás celý život nezklame.

Bud'te vítáni na Palatě

S přicházejícím jarem přivítali jsme mezi námi Serin a Tyron, studenty z francouzského letoviska Cannes.

Zmobilizovala jsem v sobě zbytky francouzštiny. Naposledy jsem ji použila před padesáti lety. Vyprávěla jsem mu (praktikantovi), která města jsem ve Francii navštívila. Také v Paříži, kde jsme zpívali v katedrále Notre Dame de Paris. Dále v Marceille, Nice a Mas Méjan. Ovanula mne levandulová vůně. Zazpívala jsem mu několik francouzských písní: „J'ai perdul le do de me clarinette“, „Quand il renait l'esperance“, „Frere Jacques...“. Dokonce jsem si vzpomněla na báseň „Courronees de thym et de marjolaine les elfes jogesement dancentsur la plain“ (překlad „Veselí elfové, zaklínění tymiánem a majoránkou, tančí na pláni.“). Probrali jsme slavné postavy filmových herců – Jean Marais, člena Comedié fransaise – Gerard Philip. Vzpomněla jsem na hudební skladatele Jules Massenet, George Bizet a jeho operu „Carmen“.

Ráda jsem ve společnosti s milými hosty a psychologem a doktorem Martinem Cikhartem, tentokrát v roli tlumočnicka, strávila chvíle ve

slunné Francii. Au revoir et Bon voyage. (překlad „Sbohem a šťastnou cestu.“).

K mému milému překvapení setkala jsem se ještě i s členkou delegace – tentokrát bez tlumočnicka.

Hic Rhodos hic salta! Obklopeny probouzející se jarní přírodou za zpěvu ptáčků vyzkoušely jsme šlapadla a po dialogu opět jsem se uchýlila ke zpěvu. Zazpívala jsem Serině modlitbu Jenůfy z opery Leoše Janáčka „Její pastorkyně“ – Zdrávas Královno, matko milosrdenství. Nakonec jsme si zazpívaly duo – hymnu Alons enfants de la patrie. Rozloučila jsem se s milým hostem.

Au revoir et Bon voyage!

MW

Pořad o životě a díle Františka z Assisi

Pořad o životě a díle Františka z Assisi, jehož 800 let staré poselství k nám promlouvá i dnes: Kde je zoufalství, ať přinesu naději, kde je nenávist, ať přinesu lásku... Viděli a slyšeli jsme vynikající přednes a zpěv všech tří protagonistů této, řekněme, divadelní hry.

Poutavé zpracování stručného životopisu Františka z Assisi, tematická hudba a skvělé herecké provedení, v němž jsme slyšeli např. trojhlasem vytvořenou ozvěnu, nebo text deklamovaný v italštině s okamžitým přednesem v české verzi.

To vše vytvořilo opravdu hluboký zážitek, děkujeme velmi. Účinkovali: Jitka Morávková-mluvené slovo, Eva Káčerková-zpěv, lyra, kytara, gemshorn, Vladimír Soldán-mluvené slovo.

Martin Průcha



Kulturní a společenský program na měsíc duben

neděle 7. dubna ve 14.00 hodin

Koncert skupiny Starý koně.

úterý 9. dubna ve 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje Honza Jareš.

neděle 14. dubna ve 14.00 hodin

Vystoupení unikátního amatérského symfonického orchestru Šarbilach, který vychází z tradic židovské hudby.

úterý 16. dubna ve 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje skupina Pohodáři.

čtvrtek 18. dubna ve 14.30 hodin

Divadlo jednoho herce v podání paní Hoškové. Dnes pořad s názvem Výlet k jezeru Como – o Milevě Einsteinové, první ženě Alberta Einsteina.

sobota 20. dubna v 10.00 hodin

Řepský sousedský sbor zazpívá lidové písně, spirituály a také některé duchovní středověké skladby.

neděle 21. dubna v 9.00 hodin

Canisterapeutické zkoušky pejsků ve velké kulturní místnosti.

úterý 23. dubna ve 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje Jiří Smolík.

čtvrtek 25. dubna ve 14.00 hodin

Jarní koncert žáků a učitelů ze ZUŠ Nad Alejí - Praha 6.
Sborový zpěv a doprovod houslí, klarinetů a dalších nástrojů.

neděle 28. dubna ve 14.00 hodin

Koncert folkové skupiny Vrak.

úterý 30. dubna ve 14.00 hodin

Grilování s našimi čarodějnicemi- hudba pan Václav Vomáčka, paní Jana Perglová-housle a pan Synák-harmonika.