

KONTAKTY

Ředitelství

Ed. Světlíka 1197
768 24 Hulín
+420 573 350 171
fax 573 352 929

Jiřina Štěpánková
ředitelka

+420 573 352 930
+420 731 481 746

reditelstvi@decenthulin.cz

Středisko pečovatelské služby

Nábřeží 1314
768 24 Hulín
+420 573 352 555

Anna Pecháčková, DiS.
sociální pracovníce
vedoucí pečovatelské služby

+420 737 018 289
pecovatelskasluzba@decenthulin.cz

Provozní doba terénní pečovatelské služby

Po – Ne 7:00 – 20:00

Úřední hodiny sociální pracovníce na středisku pečovatelské služby

každé pracovní pondělí od 9:00 do 12:00 hodin
každou pracovní středu od 12:00 do 13:00 hodin

<http://www.hulin.cz/decent>

Nejste se službou spokojeni? Máte k nám nebo našim pracovnícím nějaké připomínky? Nenechávejte si je pro sebe! Jsou pro nás důležité a jsou pro nás přínosem. Je to způsob, jak být lepší. Sdělte nám své názory, a to buď osobně, písemně do schránky na DPS Nábřeží 1314, nebo přes naše internetové stránky.

Zpravodaj PS DECENT Hulín, p. o. prosinec 2015 připravila Anna Pecháčková, DiS.

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA



DECENT HULÍN
příspěvková organizace

ZPRAVODAJ PROSINEC 2015



Projekt rozvoje pečovatelské služby v Hulíně
je podporován Zlínským krajem.



KEFÍR A KEFÍROVÁ TIBETSKÁ HOUBA

Kefírový nápoj zamezuje shromažďování a hnití potravy ve střevech a odkyseluje organismus. V trávicím traktu se dokáže vypořádat s různými nežádoucími přemnoženými kvasinkami, bakteriemi a viry a také výrazně stimuluje imunitní systém. Díky faktu, že se mléčný kefír živí laktózou z mléka, mohou ho konzumovat i osoby, které jsou na tuto látku intolerantní. S délkou fermentace, včetně sekundární (dochází k dalšímu nárůstu prospěšných látek v kefíru, například vitamínů skupiny B - zvláště kyseliny listové), klesá množství laktózy, produkt je kyselejší.

Co všechno si můžete pomoci kefíru léčit?

Nemoci nervů, vnitřní onemocnění, bronchiální katary, veškeré sklerózy, infarkt myokardu, onemocnění žlučníku, jater, ledvin, infekční žloutenka, žaludeční a střevní onemocnění, průjem, zácpa, nemoci krve, vyrážka, ekzémy, candida (kvasinky). No a protože kefír zlepšuje imunitu a vitalitu organismu, tak se s jakoukoli chorobou lépe vypořádáme a spouště nemocí se vyhneme. Navíc spousta chorob souvisí se špatným trávením a zácpami (60% imunity se tvoří ve střevu).

Jak si můžete domácí kefír připravit (základní recept)

Použijte sklenici (měla by být dost velká, aby zůstala část sklenice prázdná). Je dobré něčím nádobu přikrýt, například gázou nebo papírovým ubrouskem, aby do ní nepadaly nečistoty, ale hlavně zamezit přístupu hmyzu. Nalijte do ní mléko (tučné, polotučné a čerstvé, pokud možno ne odtučněné a s dlouhou trvanlivostí - v tomto případě tibetská houba skoro nenarůstá), vložte houbičky a 24 hodin nechejte fermentovat v pokojové teplotě. Čím vyšší teplota, tím rychlejší fermentace. Mléko neohřívejte, klidně použijte studené z lednice, kefír se nesmí vystavovat vysokým teplotám.

V průběhu zrání občas sklenici zavrťte, zatřepejte nebo promíchejte plastovou nebo dřevěnou lžící, či vařečkou (houba se nesmí dostat do styku s kovem), aby se ke kefirovým houbičkám dostalo nezpracované mléko.

Pokud máte zájem o tibetskou kefirovou houbu, obraťte se na pracovnice pečovatelské služby.

Více zde: <http://www.uspesna-lecba.cz/tibetska-houba/>

NOVÉ PEČOVATELSKÉ AUTO

Konečně se můžeme pochlubit novým autem pro pečovatelskou službu. Automobil byl pořízen sloučením investičního příspěvku zřizovatele organizace DECENT Hulín, p. o., kterým je Město Hulín a to 200 000,- a výtěžku benefičního koncertu 28 355,- pořádaného také Městem Hulín ve prospěch sociálních služeb v Hulíně v lednu letošního roku. Zakoupili jsme automobil značky Škoda – Citigo. Moc našemu zřizovateli děkujeme. V brzké době bude auto označeno logem naší organizace. Kdo z uživatelů se první sveze?

POJEDEME NA VÝLET

A můžeme jet třeba na nákupy. Proč taky ne. Odvezeme vás, kam jen budete chtít. Jen je třeba si tuto cestu domluvit předem, aby byla volná pečovatelka i auto. Uživatele vozíme převážně k lékaři, na úřady, na nákupy v Hulíně, ke kadeřníkovi.

Zjistila jsem, že někteří z vás by měli zájem vyjet se podívat do Kroměříže na předvánoční nákupy. Prostě si jen tak projít všechny ty obchody a trhy na náměstí. Tady jsem vám připravila kalkulaci celého výletu. Samozřejmě bez financí, které vynaložíte vašim nakupováním.

Cesta do Kroměříže a zpět do Hulína je cca 20 km (dle místa určení)

Cena za cestu s doprovodem pečovatelky je 20 km x 10,- = 200,- plus čas, kdy Vás pečovatelka doprovází tj. 115,- za hodinu.

Cena cesty bez doprovodu je 20 km x 20,- = 400,-

Cesta do Alberta v Hulíně a zpět např. z Višňovců jsou 4km tam i zpět.

Cesta s doprovodem je 4 km x 10,- = 40,- plus částka za doprovod.

Cesta bez doprovodu 4 km x 20,- = 80,-

BENEFIČNÍ KONCERT

Již 4. ročník benefičního koncertu ve prospěch sociálních služeb v Hulíně připravuje Město Hulín pod záštitou starosty města pana Romana Hozy a místostarosty pana Petra Poláka.

Benefiční koncert se uskuteční v neděli 10. ledna v sále Kulturního klubu v Hulíně a to od 16.00 hodin.

Těšit se můžete na Tadeáše Hozu (baryton), Helenu Hozovou (soprán), Pavlu Mlčákovou (mezzosoprán) a Martina Javorského (tenor).

Nenechte si ujít tento výjimečný zážitek. Pozvěte své blízké a vyjedťte s nimi za kulturou. Pokud nemáte možnost odvozu, požádejte pracovnice pečovatelské služby o odvoz na koncert.

Vážení uživatelé,

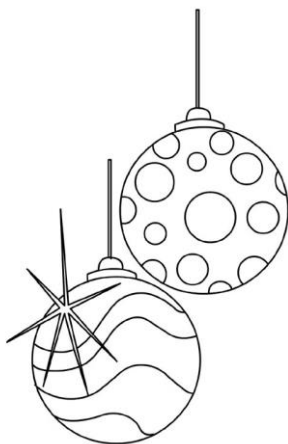
všem vám přežeme klidné vánoce

a do nadcházejícího roku 2016 hlavně

pevné zdraví.

pracovnice pečovatelské služby

DECENT Hulín, p. o.



A protože vím, že nejraději z celého Zpravodaje máte recepty, přidávám tedy jeden, jako vánoční dárek. Vyzkoušejte, skutečně stojí za to.

MÁSLOVÉ SUŠENKY

Smícháme 1 změkklé máslo v kostce, 1 vanilkový cukr, 75g moučkového cukru, 350g hladké mouky, špetka soli.

Z těsta vytvoříme hmotu, ze které uděláme váleček, zabalíme do alobalu a na půl hodiny i víc dáme ztuhnout do lednice. Následně krájíme na 0,5cm plátky. Kolečka – sušenky klademe na plech s pečicím papírem a pečeme při 170 °C asi 10 minut, dle vaší trouby. A máme hotovo.

RYCHLÝ A VÝBORNÝ MEDOVNÍK - DORT

KRÉM: vyšlehat 300g změkklého MÁSLA a pak zašlehat 1 plechovku slazeného karamelového KONDENZOVANÉHO MLÉKA.

TĚSTO: rozpustím 1 HERU a do vychladlé přidám 3 VAJÍČKA, 300g KRUPICOVÉHO CUKRU, 3 LŽÍCE MEDU, 1 LŽIČKU JEDLÉ SODY, 400g HLADKÉ MOUKY a pořádně vyšlehám.

POSTUP: Hmotu rozdělíme na šest dílů. Na pečicí papír obkreslíme kolečko podle dortové formy nebo podle talíře a hmotu roztíráme pěkně stěrkou ve tvaru toho kolečka, vždycky udělejte o kousek větší.

Pečeme postupně při 170 °C a každou placku tak 7-8 minut (dle vaší trouby).

Lehce zchladlé placky odkrojíte podle např. dortové formy, talíře a sundáte z pečicího papíru.

POSYPKA: Zbytek odkrojku nadrobíme a smícháme s hrstkou mletých ořechů.

Vychladlá kolečka potíráme krémem a klademe na sebe jako dort. Nakonec potřeme i strany a vršek a na obojí nanese vrstvu posypky.

Do hodiny máte celý dort hotový a to i s úklidem kuchyně. Tvar dortu je na vaší šikovnosti. Můžete péct kruh nebo srdce atd.. Já se chystám na Vánoce péct nižší medovník a na obdélníkový plech. Poté budu krájet na menší obdélníčky jako cukroví.

KEFÍROVÁ BUCHTA

SUROVINY: 500ml KEFÍRU, 250g pískového CUKRU, 150g hladké a 200g polohrubé MOUKY, 2 PL (polévkové lžíce) strouhaných OŘECHŮ, 9PL OLEJE, 1 VEJCE, 1 vrchovatá čajová lžička JEDLÉ SODY, 2PL KAKAA, ROZINKY.

POSTUP: smíchat, vylít na velký plech a upéct.

DOKONČENÍ: Můžete pocukrovat anebo ještě navíc potřít marmeládou a polevou (spíše krém) z rozpuštěné čokolády smíchané s 1 zakysanou smetanou.

ÚŘEDNÍ HODINY V BŘESTĚ

Každý třetí čtvrtek v měsíci od 9.00 do 11.00 hod. poskytuje vedoucí pečovatelské služby, sociální pracovnice základní sociální poradenství a informace o pečovatelské službě DECENT Hulín, p. o. v zasedací místnosti Obecního úřadu v Břestě.

Nejbližší termín je ve čtvrtek 17. prosince 2015. V roce 2016 budou úřední hodiny 21. ledna, 18. února a 17. března.

Pokud vám tyto termíny nevyhovují, nebo potřebujete pomoc pečovatelské služby či základní sociální poradenství dříve, neváhejte a domluvte si schůzku na tel. čísle 737 018 289. Sociální pracovnice Anna Pecháčková přijede k vám domů.

Tato informace se týká také všech zájemců či stávajících uživatelů z Hulína, Záhlinic, Pravčic a Chrášťan.

PRAXE A ZAŠKOLENÍ NOVÝCH PRACOVNIC

Abychom vám mohli poskytnout službu, kterou požadujete a v době, která by vám vyhovovala nejlépe, bylo v uplynulém období třeba přijmout nové pracovnice do naší pečovatelské služby. Protože je nutné, aby pečovatelka, která k vám jde, věděla vše o poskytovaných úkonech a o způsobu poskytnutí, který vám vyhovuje, je nutné ji řádně zaškolit. Proto chodí pečovatelky ve dvou. Jedna učí druhou. Do toho se nám občas ještě přidávají praktikantky ze zdravotních či sociálních škol nebo rekvalifikačních kurzů a uživatel je v tu ránu zmaten. Pokud vám tyto změny dělají problémy, moc se za ně omlouváme, ale bohužel byly nevyhnutelné. Doufejme, že v nadcházejícím roce se naše personální obsazení ustálí a nebude třeba vám představovat nové kolegyně.

A jaké je tedy naše aktuální pracovní obsazení na pozici pečovatelka? Starají se o vás (podle abecedy): Eva Bulíčková, Jitka Dolníčková, Alena Dudíková, Barbora Dudová, Jarmila Hlobilková Rozsypalová, Svatava Holubová, Jarmila Pavlová a Hana Zapletalíková.



DOTAZY UŽIVATELŮ PS, ZÁJEMCŮ O SLUŽBU

Jsem ráda, že s námi spolupracujete i při vytváření Zpravodaje, tak jak bylo jedním z našich letošních cílů, které jsme si na začátku roku dali. Proto nyní uvádím tři dotazy našich uživatelů. Doufám, že i nadále budeme Zpravodaj vytvářet společně. Očekávám tedy vaše návrhy na obsah Zpravodaje, zlepšení, dotazy, co vás zajímá atd.

Mohu domluvit pečovatelskou službu pro jinou osobu?

Ano, je možné sjednat informativní návštěvu pracovnice PS, kdy vám poskytne veškeré potřebné informace k zavedení pečovatelské služby. Nicméně musí to být právě budoucí uživatel služby, který se rozhodne, zda a v jakém rozsahu bude službu využívat. Jediná výjimka je u osob, které mají určeného opatrovníka, který je oprávněn v těchto otázkách jednat.

Chtěl bych se přestěhovat do Domu s pečovatelskou službou (DPS) v Hulíně. Kde si mám podat žádost?

Žádost podáte na Městském úřadě v Hulíně u paní Jiřiny Floriánové, která má v evidenci mimo jiné i tyto žádosti.

Pokud ale je vaším cílem pouze zajištění péče, není nutné se stěhovat. Obyvatelům DPS poskytujeme stejnou péči, jako ostatním obyvatelům města Hulína, obcí Záhlinice, Pravčice, Chrášťany a Břest. V obou případech je třeba o službu požádat, provést vstupní sociální šetření, sepsat smlouvu o poskytování sociální služby, kde si také sjednáte rozsah a termíny poskytované péče.

Pokud zdravotní stav zájemce vyžaduje 24hodinovou péči a dohled, nebo je třeba poskytovat zdravotní péči, nejsme schopni tuto péči v domácnosti či na DPS poskytnout a je nutné uvažovat o umístění v pobytovém zařízení. Umístění v DPS v Hulíně tuto situaci nevyřeší.

Na co lze použít příspěvek na péči?

Příspěvek lze použít pouze na ty výdaje, které souvisejí se zabezpečením pomoci a podpory osobě, která je závislá na péči jiné osoby. Může být tedy použit na úhradu za péči, kterou zajišťuje poskytovatel sociální služby a samozřejmě také na výdaje, které vzniknou pečující osobě, tj. rodinnému příslušníkovi či jiné osobě, která není poskytovatelem sociální služby. Příjemce příspěvku může výše uvedené způsoby zajištění péče kombinovat dle vlastní potřeby a oba hradit z příspěvku.