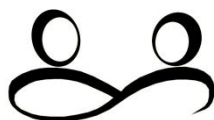


SOCIÁLNÍ SLUŽBY

PEČOVATELSKÁ A ODLEHČOVACÍ



DECENT HULÍN
příspěvková organizace

ZPRAVODAJ

ZÁŘÍ 2022

Projekt rozvoje pečovatelské a odlehčovací služby v
Hulíně je finančně podporován Zlínským krajem.

Dobrý den,

pečovatelská i odlehčovací služba mají od 1. 9. 2022 platné **nové ceníky**. Uživatelé sociálních služeb byli o této skutečnosti předem informováni, byl jim vytvořen a následně s nimi podepsán dodatek ke smlouvě pečovatelské či odlehčovací služby.

Platné ceníky jsou dostupné i na webových stránkách www.decenthulin.cz

Ceníky pečovatelské i odlehčovací služby byly schváleny Radou města dne 3. srpna 2022, usnesení č. 8/85/RM/2022.

Ode dne 5. září 2022 vaří **kuchyně DECENT Hulín, p.o.** opět obědy pro své strážníky. Kuchyně byla z důvodu rekonstrukce v měsíci červenci a srpnu uzavřena.

Všichni uživatelé sociálních služeb, kteří oběd odebírají, byli včas informováni o termínu spuštění provozu kuchyně a také obdrželi jídelníček k objednání stravy.

Pro ty z vás, kteří stravu z naší kuchyně neodebíráte, máme na následující straně k nahlédnutí jídelníček.



DECENT HULÍN
příspěvková organizace

Dovoz obědů až do domu v Hulíně, Záhlinicích, Pravčicích a Břestu.

Vyplňte tabulku s objednávkou ve spodní části, odstříhnete ji a odevzdejte řidiče.

Kontaktní telefon pro objednávky je 603 324 169

Cena oběda 90,-

Jídelníček	5.-9.9.2022 Oběd dospělí
Pondělí	Polévka selská 1/a,3,7,9 1.vepřové maso po znojemsku,rýže 1/a,7,10 2.treska v sýrovém kabátku,brambor s petrželkou 4,7
Úterý	Polévka kapustová s bramborem 1/a,7 1.zapečené těstoviny s uzeným masem, okurek 1/a,3,7 2.krůtí plátek na bylinkách,rýže s pohankou 1/a,7
Středa	Polévka hovězí vývar s droždovými nočky a nudlemi 1/a,3,7,9 1.moravský vrabec,hlávkové zelí bílé, knedlík kynutý 1/a,3,7 2.vařené hovězí maso,koprová omáčka,brambor 1/a,7
Čtvrtek	Polévka fazolová se zeleninou 1/a,7,9 1.smažený vepřový řízek,brambor s cibulkou 1/a,3,7 2.vepřové nudličky na zelenině,těstoviny 1/a,3,7,9
Pátek	Polévka gulášová z hovězího masa 1/a,7,9,10,11 1.kuře pečené na másle a slanině,rýže 7 2.masová omáčka,knedlík kynutý 1/a,3,7

Standardy kvality sociálních služeb

V tomto vydání Zpravodaje se věnujeme dalšímu ze standardů kvality sociálních služeb, a to **Plánování sociálních služeb**.

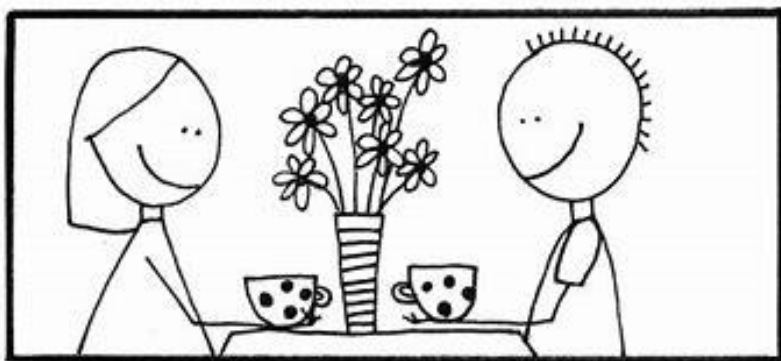
Plánování je důležitou součástí sociálních služeb. Díky plánování můžeme nastavit sociální služby přesně na míru uživatelům tak, aby jim co nejvíce vyhovovaly a byl naplňován cíl, za jehož účelem do služby vstoupili.



PLÁNOVÁNÍ PRŮBĚHU SLUŽBY JE PROCES, JEHOŽ SOUČÁSTÍ JSOU NÍŽE UVEDENÉ KROKY:

1. *Zahájení procesu plánování průběhu poskytování sociální služby.*
2. *Sestavení plánu s ohledem na dojednaný cíl spolupráce – popis základních činností, ve kterých je potřeba pomoci nebo podpory ze strany pracovníka.*
3. *Realizace (provedení) naplánovaní kroků – záznamy o průběhu služby.*
4. *Hodnocení naplnění dojednaných cílů spolupráce a průběhu služby.*

Proces plánování začíná ještě před uzavřením smlouvy při jednání se žadatelem o službu, případně i s jeho blízkou osobou, kdy jsou projednány požadavky a očekávání, které by vzhledem k potřebám a schopnostem žadatele měla služba pomoci naplnit. Cíl/e a potřebný rozsah podpory dojednává před zahájením poskytování služby s budoucím uživatelem, případně za účasti rodinného příslušníka sociální pracovníce.



Důležitou osobou při plánování služby je klíčový pracovník. Je to jmenovitě určený pracovník (pracovník sociálních služeb), který se aktivně podílí na naplňování sjednaného cíle spolupráce, hodnotí pravidelně s uživatelem průběh poskytované služby, předává informace mezi ostatní pracovníky. Jeho úkolem je být „důvěrníkem“ uživatele.

Klíčový pracovník se snaží co nejlépe poznat uživatele. Získat co nejvíce informací o jeho potřebách a každodenních zvyklostech, poznat podrobněji, co uživatel vnímá jako důležité a co potřebuje k tomu, aby byl spokojený. Nově zjištěné informace zaznamenává do dokumentace uživatele.

V případě zjištěných změn v rozsahu nebo například četnosti poskytování úkonů, navštíví uživatele sociální pracovníce a dochází buď ke změně rozsahu činností, nebo ke změně ve způsobu jejich poskytování (např. rozšíření pomoci při osobní hygieně/ dosud byla jen podpora). Dojde tak k **aktualizování péče a vyhotovení dodatku ke smlouvě s upraveným rozsahem poskytovaných činností** tak, aby rozsah odpovídal aktuálním potřebám a představám uživatele.

Trénink paměti

V rámci aktivizačních činností odlehčovací služby s některými uživateli trénujeme paměť. Pracovnice se na tyto činnosti připravují vždy předem a přinášejí uživatelům materiály k procvičování této oblasti.

Trénování paměti, kognitivní trénink



- Je využíváno jednoduchých cvičení na trénování paměti, v případě kognitivního tréninku (dle možností uživatele) – používá se různých cvičení, která pomáhají zlepšit fungování jednotlivých úrovní poznávacích funkcí, jedná se o jednoduché slovní hry, práci s příslovími, skládání obrázců,

doplňovačky, zjednodušené pexeso apod.,

- při práci je možno využívat vhodné pomůcky - sada pro kognitivní trénink, pracovní materiály pro trénování paměti,
- pracovník si připraví konkrétní náplň aktivity a potřebné pomůcky,
- pracovník vychází z přání uživatele, případně ze znalosti jeho zájmů a jeho schopností,
- pracovník sleduje reakce (zájem o nabízenou činnost) a míru zapojení uživatele,
- o míře zapojení uživatele do této aktivity a jejím průběhu provede pracovník záznam v dokumentaci uživatele.

Pracovnice odlehčovací služby využívají kromě dalších materiálů také knihu s názvem **Chytrý blok pro babičku a dědečka** od firmy Albi.

Tento blok je vybaven kvízy a dalšími aktivitami, které mají za úkol procvičit mozkové závity.

Na následujících stranách vám z této knihy přinášíme malou ukázkou.

2/střední/

KŘEN	CUKETA	DÝŇ
LILEK	BRAMBORA	MRKEV
KEDLUBNA	KVĚTÁK	CELER
ŘEDKVIČKA	ZÁZVOR	ŘEPA

Slova v tabulce se pokuste zapamatovat tak, abyste je na následující straně byli schopni vepsat do „slepé“ tabulky. K zapamatování je dobré použít mnemotechnických pomůcek.

3/obtížné/

RUKA	OKO	PRST
UCHO	ČELO	HLAVA
LOKET	HRUŇ	ŽEBRO
JAZYK	KOTNÍK	BŘICHO
KOLENO	STEHNO	NOHA

Řešení Pořadí slov:

Sem vypište slova tak, jak jste si je zapamatovali.

Mrkev
Kedlubna
Lilek
Květák

Zázvor
Brambora
Cuketa
Dýně

Celer
Ředkvička
Řepa
Křen

Ucho
Stehno
Koleno
Kotník
Hrud'

Jazyk
Loket
Hlava
Břicho
Noha

Čelo
Žebro
Ruka
Oko
Prst

Devět písmen

Za použití více než tří písmen se pokuste
složit co nejvíce slov:



.....

.....

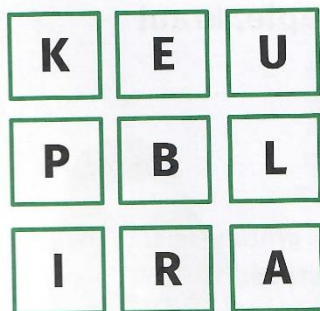
.....

.....

.....

Řešení najdete na další straně.

.....



.....

.....

.....

.....

.....

Řešení Devíti písmen:

- 1]** Hranostaj, hrana, ostraha, harant,
jantar, nahota, Johana, stojan, strana,
aorta, snaha, stroj, trasa, jasan,
hrtan, rajon, hrot, hrst, noha, nora
- 2]** Republika, replika, kalibr, karibu,
pukrle, berla, burka, kabel, lebka,
libra, perla, Rubik, krab, klub, park,
Peru, Ural, brak, ruka, kaple, kraul

Výměna bankovek

Víte, že přestaly platit některé vzory bankovek?

Od 1. července 2022 do 30. června 2024 můžete vyměnit neplatné bankovky na pobočce bank a spořitelén. Dokonce i ve vkladových bankomatech většiny bank.

Proč přestávají platit některé vzory bankovek?

Hlavním důvodem pro stahování **starších vzorů bankovek je bezpečnost**, kdy se sjednotí vzor běžně používaných bankovek, čímž se ochrání čeští i zahraniční občané od naletění na padělané bankovky.

Ochranné prvky nových bankovek jsou posíleny, jedná se například o vodoznak, který byl doplněn o číslice a symbol.

Některé **nové bezpečnostní prvky jako ornamenty jsou viditelné v ultrafialovém světle.**

Počet padělaných bankovek se v roce 2021 dle ČNB lehce zvýšil, bylo zadrženo 6836 kusů padělaných a pozměněných bankovek a mincí různých měn a hodnot.

Nejčastěji lidé padělali bankovku o nominální hodnotě 2000 Kč.

Kam s neplatnými bankovkami?

Nejjednodušším místem, kde si nechat vyměnit bankovky (či si vložit peníze na účet), je banka, spořitelna, tedy instituce provádějící pokladní operace.



Neplatné bankovky můžete vložit i do vkladového bankomatu.

Stahované bankovky nejlépe poznáte podle stříbrného proužku. Na starším (a končícím) vzoru je proužek úzký a nemění barvu. U těch **nových je mnohem širší a mění barvu z hnědofialové na zelenou.** Dalším způsobem rozpoznání bankovek je **pomocí viditelného roku na lícní straně.** Každá platná bankovka bude mít uvedený následující rok.

Rozdíl mezi stahovaným vzorem bankovky a nadále platným můžeme vidět na následujícím obrázku:



Zdroj:

<https://www.finance.cz/542660-konec-platnosti-bankovek-s-uzkym-pruhem-od-1-cervence-2022/>

<https://www.banka-pojistovna.cz/jak-poznat-bankovky-ktre-od-cervence-prestanou-platit/>

Volby

V roce 2022 se v České republice uskuteční následující volby:

Volby do zastupitelstev obcí - 23. a 24. září (volby byly vyhlášeny rozhodnutím prezidenta republiky č. 81/2022 Sb.)

Volby do Senátu Parlamentu České republiky - 23. a 24. září (volby byly vyhlášeny rozhodnutím prezidenta republiky č. 81/2022 Sb.). Případné druhé kolo senátních voleb se koná o týden později, tj. v pátek 30. září a sobotu 1. října 2022.



Hlasování mimo volební místnost

Základní formou hlasování ve volbách je hlasování ve volební místnosti.

Volební zákony však pamatují i na situace, kdy se volič z různých, zejména zdravotních, důvodů nemůže do volební místnosti dostavit. V takových případech probíhá hlasování do přenosné volební schránky, se kterou se za voličem vydávají 2 členové okrskové volební komise.

Volič uplatní svůj požadavek na hlasování do přenosné volební schránky:

- u obecního úřadu obce, ve které hodlá hlasovat,
- ve dnech voleb i přímo u okrskové volební komise.

Pro podání žádosti není předepsaný formulář. Volič ji může formulovat písemně i ústně (např. telefonicky). Bezformálnost vyplývá i z toho, že může jít v zásadě o operativní opatření vyvolané náhlou skutečností (voliče např. až v den voleb začne trápit intenzivní bolest zad).

Žádost by měla být opodstatněna závažnými důvody (zejména zdravotními, rodinnými apod.).

Samotné hlasování pak probíhá podobně jako ve volební místnosti. Po prokázání totožnosti voliče předají členové komise voliči úřední obálku a hlasovací lístky (v případě, že nepoužije ty, které mu byly doručeny přede dnem voleb). I při hlasování do přenosné volební schránky dbají členové okrskové volební komise o zachování tajnosti hlasování.

Hlasování do přenosné volební schránky může využít i volič s voličským průkazem. Takovýto volič odevzdá před hlasováním do přenosné volební schránky voličský průkaz členům okrskové volební komise, kteří se k němu dostavili s přenosnou volební schránkou.

Do přenosné volební schránky mohou hlasovat i voliči, kteří se nachází v době voleb v nemocnicích, sanatoriích a jiných obdobných zařízeních, a to buď na základě

- voličského průkazu,
- zápisu do zvláštního seznamu voličů (pro volbu prezidenta republiky a volby do Poslanecké sněmovny či Senátu Parlamentu ČR), resp. seznamu voličů pro volby do Evropského parlamentu,

nebo bez dalšího, pokud se zařízení, ve kterém pobývají, nachází ve stejném volebním okrsku, ve kterém jsou hlášeni k trvalému pobytu.

O hlasování do přenosné volební schránky může požádat např. i volič, který ze zdravotních důvodů nemůže dojít do místnosti, která není bezbariérová a odhlasuje do přenosné volební schránky např. z přízemí budovy, kde se volební místnost nachází.

Obsah přenosné volební schránky je ve fázi zjišťování výsledků voleb promíchán s obsahem volební schránky z volební místnosti.

Na městském úřadě v Hulíně vyřizuje záležitosti ohledně voleb vedoucí odboru vnitřních věcí paní **Bc. Vladimíra Obdržálková**, tel.: 732 508 005.

Zdroj: <https://www.mvcr.cz/volby/clanek/hlasovani-mimo-volebni-mistnost.aspx>

Zdravá dýně hokaido

Dýně hokaido patří mezi neoblíbenější dýně vůbec. Nemusí se loupat, takže nehrozí, že se poraníte nožem při odstraňování tuhé slupky, jako to často bývá při zpracování ostatních druhů této zeleniny. Navíc je nabitá vitamíny A, B, C, E a K. Obsahuje důležitou kyselinu listovou a množství omega 3 a omega 6 mastných nenasycených kyselin. Je také bohatá na antioxidanty, které, podle vědeckých studií, napomáhají snižovat vznik rakoviny plic o více než 30 %. Látky obsažené v dýni hokaido dokáží prohrát organismus, vážou na sebe toxiny, předchází revmatoidní artritidě, nemocem ledvin a močových cest. Snižují také krevní tlak a vysokou hladinu cholesterolu.



Dýňové placky



Křupavé dýňové placky neboli „dýňáky„ mohou připomínat klasické a oblíbené bramboráky.

Na 12 placiček o velikosti lívance budete potřebovat 400 ml nhrubo

nastrouhané dýně, 50 ml mléka, 1 vejce, 1 lžíci hladké mouky nebo strouhanky, 1 lžíci solamylu, sůl, mletý černý pepř a olej na smažení.

Dýni očistěte, vydlabejte vnitřní dužinu a nastrouhejte na struhadle nebo v kuchyňském robotu. Zatím ji odložte stranou. Z mléka, vejce, mouky, solamylu, koření a bylinek vytvořte hladké těsto bez hrudek. Placičky smažte na rozpáleném oleji na pánvi.

Zdroj: <https://www.ireceptar.cz/vareni-a-recepty/placicky-z-dyne-hokaido-30001005.html>

Znáte pečenou dýni?

Pečená dýně je velmi rychlá, dobrá a zdravá svačinka.



Postup přípravy

Dýni nakrájíme (neloupeme) a vydlabeme semínka. Rozložíme na vymazaný plech a potřeme marinádou z oleje, soli, česneku a bylinek či koření podle chuti. Pečeme do změknutí asi na 180 stupňů.

Na závěr se s vámi chceme podělit o dopis, který nám přišel poštou.

Rozhodli jsme se jej zveřejnit proto, že si takového ocenění práce našich pečovatelek velmi vážíme. Děkujeme.

*DECENT Hulín
Nábřeží 1314
Hulín*

Vážená paní Matulová.

*Rád bych Vám a všem Vaším pečovatelkám touto cestou
vyjádřil jménem svým a jménem mojí maminky velký vděk
a poděkování za vzornou péči o mého tatínka, pana [redacted]
[redacted], který [redacted] zemřel.*

S pozdravem

[redacted]

KONTAKTY

Ředitelství

Jiřina Štěpánková - ředitelka

Ed. Světlíka 1197, 768 24 Hulín

tel.: 731 481 746, 573 350 171, 573 352 930

email: reditelstvi@decenthulin.cz

web: www.decenthulin.cz

Středisko sociálních služeb

Nábřeží 1314, 768 24 Hulín

tel.: 573 352 555

[vedoucí sociálních služeb](#)

Alena Matulová - tel.: 737 018 289

email: pecovatelskasluzba@decenthulin.cz

[sociální pracovnice](#)

Pavčina Janečková – tel.: 703 848 785

email: socialni@decenthulin.cz

Provozní doba terénní pečovatelské služby

Po – Ne, včetně svátků 7:00 – 20:00

Provozní doba terénní odlehčovací služby

Po – Ne včetně svátků 6:00 – 20:00

Úřední hodiny na adrese Nábřeží 1314 v Hulíně

každé pracovní pondělí od 8:00 do 12:00 hodin

každou pracovní středu od 12:00 do 13:00 hodin

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. Sdělte nám své názory, a to buď osobně nebo písemně do schránky před kanceláří na adrese Nábřeží 1314, nebo přes naše internetové stránky.

Zpravodaj sociálních služeb DECENT Hulín, p. o. připravila Pavčina Janečková