



## Úvodní slovo ředitelky Lenky Klestilové

Vážení čtenáři, vážení přátelé,

máme tady jaro. I když to sem tam za oknem tak nevypadá, je tu a dny budou čím dál krásnější a veselejší. Sluníčko nás bude lechtat ve tváři a hřát. Po jaru přijde léto. A po něm zase podzim. Tak jako v životě člověka jsme všichni byli takové to jaro. Čisté, voňavé, nevinné, abychom se přes produktivní léta posunuli až k podzimu života.

A k podzimu patří plískanice, ošklivé dny, nepěkné nálady. Člověk ještě nevidí, že jaro zase přijde. Když jste staří, víte, že jaro už nepřijde. Nikdy se nevrátí ta „pohádka mládí“. Ale je důležité neklesat na mysl. I ten podzim života může být fajn. Proč? Protože můžete spát, jak dlouho chcete, protože už nemusíte do práce. Můžete ironicky a satiricky komentovat všechny okolo, protože máte ty životní zkušenosti a míváte pravdu. Můžete celé dny dělat jen to, co vás baví. Třeba luštit křížovky nebo jen tak zevlovat. Zkrátka a dobře – nemusíte nic, co nechcete. Ano, občas byste chtěli něco, co už nemůžete, ale já bych chtěla mít jachtu, soukromý tryskáč, být rentiérkou a nejsem. A i přesto jsem spokojená. Protože můžu udělat spokojené ostatní. Mám ráda tuhle práci. Jsem ráda, že díky tomu, co dělám, někdo není na své stáří sám.

Užívejte první sluneční paprsky, první teplo a užívejte si svůj život, ať jste ve fázi jara, léta nebo podzimu. A zima? O té někdy jindy.

Lenka Klestilová

## Všude je veselo, i u nás

Kdo se o tohle postará? zeptala se Ivana sama sebe a šla to udělat.



### Krátce a stručně

Ivana si na NGO Marketu koupila tričko, které by měla mít ve výbavě každá pečovatelka a matka pubertálního dítěte.



Stále hledáme pro oblast Velké Přílepy a okolí pečovatelku na DPP. Kdybyste věděli o někom empatickém, kdo by si rád přivydělal, dejte nám vědět. Díky



## Máme rádi zvířata!!!

Jo, máme rádi psy, kočky, králíky, ptáčky, morčata a další havěť, kterou si zcela dobrovolně bereme domů, staráme se o ni, ona nám dává zpětnou vazbu, že nás má ráda.

No, a potom jsou ještě jiná zvířata. Je jich sto. Je to kapela a jejich hudba je prostě úžasná. A nejen, že mají úžasnou hudbu, oni jsou úžasní všichni. Rozhodli se totiž

podpořit naši kampaň Kontrasty.

Manažer Sto zvířat Šimon Kotek neváhal a slíbil významnému dárci do naší kampaně věnovat dvě vstupenky na samostatný koncert dle výběru.

Děkujeme, moc si toho vážíme. Zvířata, jste skvělí a máme vás rádi.

*Mladí lidé si myslí, že staří jsou blázni, ale staří lidé vědí, že mladí jsou blázni.*

*George Chapman*

### Slovo pečovatelky

Uplynulý týden se dávalo. Rozdávaly se dárky. Je u nás tradicí, že naši klienti dostávají k Vánocům a Velikonocům dárky. Nemohli bychom to zařídit, kdyby na světě nebyli lidé, kteří dávají, aniž by potřebovali něco dostat, ale o tom jinde.

Zkrátka a dobře jsme tento týden rozváželi drobné dárečky. A víte co? Fakt nemusíte lidi obdarovat „ajfounem“, nemusíte přinést diamant, není nutné darovat automobil. Bohatě stačí dát dárek ... malý, milý, který obdarovanému řekne: Mysleli jsme na vás!

Já osobně mám nejradši, když si někdo vzpomene, že mám svátek, narozeniny a třeba pošle pohled (ostatně je sbírám), nepotřebuji velké dary. Jsem ráda, když si někdo vzpomene. A bylo mi minulý týden ctí dát našim klientům vědět, že jsme na ně mysleli.

Ivana

### Být týmový hráč

V naší práci není možné pracovat jako jednotlivec. Nesmíte prostě být solitér. Nebude to fungovat.

Celý tým musí šlapat jako dobře namazané soukolí, jedno kolečko musí zapadat do druhé, všichni musí komunikovat a hrát podle pravidel.

Každý klient má svého klíčového pracovníka, tzv. „klíčáka“. Ten musí o klientovi vědět co nejvíc, ale nesmí si to nechávat úplně pro sebe. „Klíčák“ nastavuje, jak péče probíhá, komunikuje s rodinou a předává vše dalším členům týmu. I pečovatelky bývají nemocné, i pečovatelky potřebují dovolenou. A potom musí zástup vědět, co a jak.

A k tomu všemu zapadá ještě sociální pracovník, který rodině poskytuje podporu a pomoc třeba při vyřízení příspěvku na péči. Koordinátorka, která každý týden plánuje služby. A potom naše zlatá děvčata z administrativy, co musí zkompletovat všechny výkazy, vystavit faktury, ohlídat platby. A nebyli bychom kompletní, kdyby nebo PR a fundraising. Každý se staráme v rámci svých povinností.

Fungujeme jako tým a já jsem na to pyšná. Víím, že se můžu spolehnout na to, že pečovatelky předají koordinátorce informace, že koordinátorka všechno naplánuje, že faktury budou včas, že všichni klienti mají, co potřebují. Že naši klienti nejsou na své stáří sami.

Děkuji všem, že jsou v tom se mnou. A děkuji, že pochopili, jak důležité je „být týmový hráč“.

Lenka Klestilová



A další ze série fotografií naší kampaně [Kontrasty](#). Na elektricky polohovatelném lůžku se moc hezky čte.

## A samozřejmě příběh

### Zkoušení z chemie

Naši klienti musí žít. A někdy je to fakt fuška. Setkáte se totiž i s tím, že už nechtějí. Takže potom zoufale zjišťujete, co dřív dělali, co měli rádi, co je bavilo. A najednou stojíte před opravdovým oříškem.

Zatímco jste celou školní docházku proplouvali chemií horko těžko, ve svých čtyřiceti letech lovíte v hlavě vzorce kyselin a po večerech studujete tabulku chemických prvků, aby vám u té hygieny s klientkou řeč nestála.

O to větší je vaše radost, když tu apatii zlomíte. Dnes je paní Zdeňka znovu aktivní. Chemické pokusy doma sice neprovádí, ale oprášila své štětce a barvy a znovu maluje. Za druhé světové války pracovala v Klenčí pod Čerchovem jako malířka chodské keramiky. A cit pro barvy a krásné vzory jí zůstal. Přejí jí, aby toho ještě zvládla hodně namalovat.

Ivana

## Jsme rádi, když se o nás dozví co nejvíc lidí.

Tentokrát se o šíření informací o naší organizaci postaral Radim Hejduk ve své sérii Hrdinové každého dne. Děkujeme moc.



## Představujeme

Dnes vám představíme našeho nového PR manažera Láďu Angeloviče. Láďa u nás nově pracuje jako PR manažer.

Láďovi je 37 let a vystudoval obchodní školu. Láďa je po dětské mozkové obrně upoután na invalidní vozík, což mu ovšem vůbec nebrání v žádné z jeho aktivit. Věnuje se sportu, tedy pasivně, filosofii aktivně. Jinak moc rád čte, sleduje filmy, glosuje veřejné dění, hraje šachy.

Kromě toho, že pracuje pro Kvalitní podzim života, z.ú., je také speakerem kapely The Tap Tap. A přátelé, Láďa má čtyři bratry, jeho maminka má jistě hodně slušně našlápnuto k získání svatozáře.

## Co nás vždycky potěší

Když se někdo rozhodne udělat něco jen tak. Tak třeba Ivanina kamarádka Jana Alač zapojila Ivaninu dceru a její kamarádku, společně napekly mazanečky, vyrobily přáníčka a rozdaly zase trochu radosti. Děkujeme. Takovéto aktivity máme moc rádi.



## Na co se můžete těšit příště

Úvodního slova se zase ujme Matouš Zemek, náš sociální pracovník. Už ho znáte a víte, že rapuje. Úvodní slovo si můžete doma zarapovat sami.

Povíme vám, jak připravujeme rozvoz obědů pro naše klienty.

A obrazem se ještě vrátíme k Velikonocům.

Budou Kontrasty, fotky a všechno, nač jste už dávno zvyklí.

### Kvalitní podzim života, z.ú.

Vestecká 11, Vestec

Tel: 603 463 133

e-mail: [klestilova.kpz@email.cz](mailto:klestilova.kpz@email.cz)

[www.kvalitnipodzimzivota.cz](http://www.kvalitnipodzimzivota.cz)

[FB](#), [FB Služeb](#), [Kontrasty](#)

© Kvalitní podzim života, z.ú., 2017

Ivana Kudry, Lenka Klestilová

Foto: Ivana Kudry, Lenka Klestilová, Láďa Angelovič, archiv KPŽ a fotografie Sto zvířat použita se svolením manažera Šimona Kotka