

## V hlavní roli Alzheimer



**Mlékovice** – Náš mlékovický Domov navštívil herec Jan Vlasák a společnost mu dělala kolegyně Veronika Gajerová. Tento úspěšný a oceňovaný filmový a divadelní herec oslaví v příštím roce osmdesátiny. Stejně stará je i hlavní postava André v dojemné a současně vtipné tragikomedii OTEC od francouzského dramatika Florianu Zelleru. Hra pojednává o jednom smutném fenoménu naší doby – o Alzheimerově chorobě, kterou v představení trpí právě Jan Vlasák. Veronika představuje jeho dceru a domovy pro seniory Clementas jsou partnerem představení.

*„Dojem z návštěvy domova v Mlékovicích je imponantní. Jednak samotný objekt je imponantní, při veškeré nenápadnosti z pohledu z obce. Ale podle toho, jak se tam ti lidé projevují, jaký dojem dělají, myslím, že je to pro ně příjemnější, než kdyby rodina péči nezvládala. Zařízení je špičkové a péče i z toho krátkého nahlédnutí je znamenitá. Ta děvčata, která se tam o všechno starají, jsou úžasná,“* shrnul své dojmy z návštěvy Jan Vlasák.

*„Partnerstvím s INDIGO company, které je producentem inscenace OTEC chceme poukázat na to, že roste počet lidí, kteří trpí Alzheimerovou chorobou, případně různými formami senilní demence. Zároveň nemocní často mladší a mladší lidé a medicína zatím marně hledá lék,“* uvedla generální ředitelka Clementas Renata Prokešová a dodala: *„Naši prioritou je důstojný život a zachování soběstačnosti každého klienta. Rodiny tak vědí, že je o jejich blízké skvěle postaráno.“*

Jan Vlasák se při návštěvě svěřil, že od známých ví, že starat se o nemocného se stařečkou demencí je zpočátku poměrně málo komplikované.

S postupující progresí je nakonec pro všechny zúčastněné úleva, když čím dál komplikovanější péči, kterou rodina nezvládá, převzou profesionálové.

„Lidi, kteří se dostanou do takových potíží, jsem potkal hodně a vždycky je pro ně velký problém odhadnout, kdy už nastal ten čas, že o pomoc sociální službu požádáte,“ uvádí s tím, že sám projevy této choroby v žádném případě nepocitoval a zmínky o Alzheimerově chorobě používá v legraci. „Ale člověk nikdy neví, co ho čeká,“ pokrčil rameny.

Co ale ví určitě je, že ho čeká oslava 80. narozenin, která se bude konat přímo po repríze divadelního představení Otec, které se v Divadle pod Palmovkou bude hrát 3. 2. 2023 od 19 hodin.

„Oslavovat už na tom není co, tak budu moc rád, když to přežiju,“ usmívá se a říká, že potíže se zdravím nemá. „Mám štěstí, že mě kromě běžných fyziologických potíží nic zásadnějšího neobtěžuje a nepronásleduje.“



# Známé osobnosti při návštěvě Clementas

## Ljuba Krbová vyprávěla v Mlékovicích o Ulici



**Mlékovice** – Naše klienty v Mlékovicích navštívila jedno zájmové odpoledne známá herečka Ljuba Krbová. Stále výborně vypadající umělkyně v prostorné zahradě plné stromů a květin, povyprávěla zdejší klientům o své práci, zejména pak o svém osmnáctiletém působení v nekonečném seriálu Ulice, který je evropským fenoménem, a každý den jej sleduje více než milion diváků. Seniors v Mlékovicích zajímaly při jejím povídání stejné věci jako lidi, které potkává každý den na ulici. „Jsem ráda, když vidím zájem v očích diváků, a ten jsem tam dnes viděla,“ doplnila s tím, že po prohlídce domova chválila především zdejší personál. „Dokonce jsem dostala skvělý oběd, výborně tady vaříte. Navíc jsem byla i na pokoji jednoho z klientů, který nepůsobil vůbec sterilně, bylo v něm všechno, co má být – obrázky, fotky, pracholapky, jak jsme zvyklí. Všechno to, co dává člověku pocit, že je doma, což je určitě strašně důležité. Jsem ráda, že to v Clementas pochopili.“



## Karel Voříšek: Jsem rád za Mlékovice

**Mlékovice** – Známý moderátor a tvář televize CNN Prima News Karel Voříšek se stal partonem domova Clementas v Mlékovicích. Karel Voříšek, který se na obrazovkách objevuje více než 35 let, tu například pokřtil novou kurník a klientům představil jeho 4 nové opěřené obyvatele. Terapeutické slepice i kohout jsou z plemene hedvábníček a říká se jim také komediantské slepice. Kohout se jmenuje Karel, po něm...

### Vy jste při slavnostním představení kurníku prozradil, že máte strach z opěřenců. Pomáhá vám tato mlékovická terapie?

Řekl bych, že je to respekt vycházející možná z mého traumatu v dětství. U babičky na zahradě mě poštipal husák. Krom toho, že štípance dost bolely, se mě dotkla i velká nespravedlnost ve škole, kde jsem svoji příhodu nadšeně vyprávěl. Pedagogové, vzhledem k příjmení tehdejšího prezidenta, to brali jako provokaci.

### Jeden z kohoutů se jmenuje Karel po vás. Máte podobnou zkušenost za sebou?

Každý voříšek je pojmenovaný po mně. Nebo já po něm? :-)

### Vy jste samozřejmě ještě mladík, vás se to netýká, ale doporučil byste seniorům pobyt v mlékovickém Domově?

Děkuju za mladickou důvěru, ale znáte to, chceš pobavit Boha, vyprávěj mu o svých plánech. Jsem rád, že jsou taková místa jako Mlékovice. Můj veliký obdiv mají všichni zaměstnanci v podobných zařízeních starající se o své klienty s péčí a trpělivostí, ke které přidávají notnou dávku tolik potřebné lásky.

## Zestárne Ztracený v Clementas?

**Janovice nad Úhlavou** – Rok 2020 znamenal pro domovy seniorů dobu zákazů. Několik světlých okamžiků se ale objevilo. Například koncert České slavičky Marka Ztraceného, o kterém se mluví jako o nástupci Karla Gotta. Jeho koncert v zahradě janovického Domova mohli sledovat ostatní klienti Clementas i ostatní fanoušci skrze stream Clementas ŽIVĚ. Koncert se líbil nejen klientům, ale samozřejmě i zaměstnancům.

„Nepřeháním, byl jsem nadšený. Sázal jsem na zahradě kytky a stromy, najednou zazvonil telefon z Janovic a konečně někdo chtěl abych zpíval. Naposledy jsem zpíval v O2 areně od té doby nic. Pomohl jsem dobré věci. Navíc to mám kousek,“ shrnul v dubnu roku 2020 Marek Ztracený velký šumavský patriot žijící na Železné Rudě, který letos dvakrát po sobě O2 arenu vyprodal.

„Šice tu bylo asi o 28.000 lidí méně, ale tu příjemnou trému jsem měl stejnou jako v O2 areně. Nejsm tady naposledy,“ doplnil autor hitů, které napsal i pro Karla Gotta a Hanu Zagorovou.

Klienti Clementas vlastnoručně vyrobili Markovi přání, od zaměstnanců dostal dárek – žertovný certifikát na pobyt v Domově Clementas Janovice, který je platný na dobu 100 let. Idol mnoha žen a dívek má na certifikátu fotku, kde pomocí facebookové aplikace zestárl o mnoho let.

„Vtipný dárek, který mi udělal radost. Je to tady moc hezké, velice příjemné prostředí a dokážu si představit, že bych tady zestárnul.“



# Klienti se v Clementas nenudí



JANOVICE



# Klienti se v Clementas nenudí



MLÉKOVICE



# Úsměv je naše filozofie



## **Naše práce je pro nás srdeční záležitostí**

Úsměv, spokojenost a radost ze života klientů našich domovů je nám největší odměnou a důkazem, že naše péče a úsilí mají skutečný smysl.

## **Zachování důstojného života**

Podporujeme klienty při zachování důstojného života a soběstačnosti. Stavíme na kvalitní individuální péči a přistupujeme ke klientům tak, jak bychom si sami přáli, aby bylo ve stáří postaráno o nás.

## **Klient je u nás na prvním místě**

Záleží nám na spokojenosti našich klientů a jejich blízkých. Ke každému klientovi proto přistupujeme individuálně s ohledem na jeho zdravotní stav, specifické potřeby, osobní zvyklosti a individuální přání. Naším cílem je zajistit klientům maximální pohodlí a prostředí, které je co možná nejpodobnější tomu domácímu.

## **Profesionální péče 24 hodin denně**

Velký důraz klademe na kvalitní péči. Každodenní péči o klienty zajišťuje odborný personál, který díky svým bohatým zkušenostem přesně ví, jak s klienty individuálně pracovat. Naši lékaři jsou s klienty v pravidelném a častém kontaktu, díky čemuž jsou schopni sledovat celkový vývoj jejich zdravotního stavu a pohotově tak reagovat na jakékoliv změny.





# Zahrada, která umí léčit



**Mlékovice** – V Mlékovicích máme od konce června otevřenou zahradu, jejíž originální architektonické řešení, bohatá členitost a specifický design, pomáhá seniorům, o které zde pečujeme. Zjména těm, kteří trpí demencí. Podle odborníků na péči o seniory nemá takto interaktivní a terapeuticky řešená zahrada v našich zeměpisných šířkách srovnání a mlékovický Domov tím odlišuje od ostatních.

„Ne v každém domově pro seniory řeší zahradu takto do detailu. Posekat trávu, prořezat stromy či zkrátit živý plot, to ano, ale jít dál a léčit zahradou! V Clementas využili zahradu jako prostředek terapie. Její návštěva léčí nejen svou přírodní hodnotou, ale také tím, jak je projektovaná z hlediska potřeb klientů, o které zde pečují, a s tím spojené léčby,“ uvádí Alice Švehlová, výkonná ředitelka Asociace poskytovatelů sociálních služeb.

„Zahrada nyní zásadním způsobem respektuje specifické potřeby našich klientů, stala se interaktivní a pomáhá jim zachovat si co nejvíce dovedností, případně je rozvíjet,“ uvedla ředitelka mlékovického Domova Andrea Faltysová.

A to je pro seniory nesmírně důležité! Každá taková „velká maličkost“ zdejšími klientům umožňuje například bez pomoci se postavit, s podporou se najíst, napít, učesat vlasy.

V zahradě jsou také fitness prvky pro fyzické cvičení seniorů a prvky zaměřené na procvičení kognitivních (poznávacích) dovedností, kde si klienti procvičí myšlení a paměť. Chodníky jsou široké, aby klienti mohli chodit ve větších skupinách a povídat si.

Součástí procházkových okruhů jsou také interaktivní tabule, kde se mohou seznámit s flórou a faunou, která žije na Kolínsku. „Prohlížením se prohlubují vzpomínky, lze je volit jako témata k reminiscenční (vzpomínkové) terapii, pokaždé na nich klienti mohou objevit něco nového,“ popisuje ředitelka Domova Andrea Faltysová.



Při plánování jsme mysleli i na smyslovou terapii, kdy si klienti mohou utrhnout drobné ovoce, přivonět k bylinkám a mohou se projít také po tzv. Kneippově chodníku, kde použité materiály povrchu při chůzi procvičují různé svaly nohou, masírují (i v botě) chodidlo a klienti tak procvičují stabilitu.





# Hodně nám pomáhají zvířecí terapeuti



U nás mají zvířátka dveře vždy otevřené. Nejenže k nám v pravidelných intervalech chodí řada zvířecích terapeutů, ale klienti si k nám po dohodě mohou vzít i svého pejska nebo kočičku. V Mlékovicích jsme intenzivně „rozjeli“ kvok terapii. Chováme tu v kurníku slepice hedvábničky. Ty jsou pro svou typickou chocholastost nazývány chlupatými slepicemi. „Inspirujeme se životem. Snažíme se, aby u nás klienti žili co nejvíce „normální život“, který jim připomíná domov. Je to důležité pro seniory obecně, ale pro seniory s demencí zejména, protože když mohou vidat věci, které jim jsou známé, a ještě je mohou i žít, přináší jim to pocit klidu a bezpečí. Je nutné si uvědomit, že často ve své mysli prožívají jiné období, než které skutečně žijí,“ uvedla ředitelka mlékovického Domova Andrea Faltysová. Často do našich domovů chodí králíčky a andulky, občas had, ale několikrát už jsme měli na návštěvě i terapeutického koně, který dokonce jezdil výtahem.



# Tady je jídlo terapií

Před dvěma lety vyměnil šéfkuchař Pavel Štěpánek luxusní restauraci v pětihvězdičkovém hotelu na Václavském náměstí za útulný domov pro seniory stojící v malebné středočeské krajině v Mlékovicích u Kolína.

„V Clementas se můj profesní a díky tomu i osobní život zcela změnil. Nyní vím, že k lepšímu. Doba je jiná, práce v restauraci nedává takovou jistotu, jako tomu bylo dříve. Snažím se pro naše klienty vařit klasicky, ale zdravěji. V menu se objevuje stále více zeleniny, ale musíme být rafinovaní, protože naši klienti na to třeba celý život nebyli zvyklí. Má práce je nyní navíc velice osobní, protože klienty znám, o jídle se s nimi bavím, a oni mě za menu denně chválí, ale přijde třeba i kritika. To se mi líbí,“ uvádí Štěpánek.

Pavel Štěpánek pro klienty jejich milovanou českou kuchyni vaří jinak a zdravěji, lépe jídlo servíruje, aby zdejší klienti jedli i očima, vymýšlí nové jídelníčky, o jejichž podobě se radí s nutričním terapeutem a při pravidelných stravovacích komisích i se samotnými klienty. Snaží se jídla zahušťovat zeleninou a nepoužívat mouku. Dbá i na barevnost a pěkné servírování, jí se přece také očima! Některé seniory už v této fázi života „nebaví jíst“. Proto se Pavel Štěpánek snaží připravit stravu výživově hodnotnou, ale přitom barevně přitažlivou, která je na první pohled zaujme.

V Clementas Pavel sestavil menu, podle kterého se řídí všechny kuchyně. Pro zdejší klienty se stal jednou z nejdůležitějších osobností života v domově – jídlo pro ně představuje vrchol dne. Když připravuje týdenní plán jídel, nezapomene přiřadit fotografii, aby všichni věděli, na co se těšit. To oceňují nejen klienti, ale i zaměstnanci.





Důkazem toho, že těšit se, je opravdu na co, je to, že Štěpánek v srpnu získal stříbrnou medaili v soutěži organizovanou Asociací kuchařů a cukrářů ČR. Odborník na gastronomii zabodoval v kategorii „Racionální pokrm pro nemocné a seniory“.



## Šéfkuchař Clementas

- Kuchařem se vyučil na učilišti v Novém Městě nad Metují
- V minulosti pracoval jako šéfkuchař restaurace COMO hotelu Jalta v Praze
- Vařil také v restauraci Aromi u vyhlášeného italského šéfkuchaře Riccarda Lucqua
- Jeho nejoblíbenějším jídlem jsou boloňské špagety
- Je mu 39 let
- S přítelkyní a pětiletou dcerou Ellou žijí v Říčanech
- Ve volném čase ho nejvíce baví práce v lese a na zahradě

# Našimi Domovy Vás provedou



**Clementas**  
CENTRUM PRO SENIORY

## **Clementas Mlékovice**

Monika Hlaváčková  
prijmy.mlekovice@clementas.cz  
778 413 990



## **Clementas Kolín**

Lucie Brožková  
lucie.brozkova@clementas.cz  
733 102 647



## **Clementas Janovice**

Kateřina Kopecká  
prijmy.janovice@clementas.cz  
770 180 345



[www.clementas.cz](http://www.clementas.cz), [www.facebook.com/Clementas.cz](https://www.facebook.com/Clementas.cz)

NEVÁHEJTE NÁS SLEDOVAT I NA **INSTAGRAMU!**  
NAJDETE NÁS POD **CLEMENTAS**



redaktor: Pavel Pechoušek