

Projekt



aneb Jedeme do Paříže!

2. ročník

Zhodnocení projektu

Tel.: 554 751823, 554 752227, web: www.dps-vrbno.cz, ID datové schránky: 4yvki4x

Obsah

Úvod	3
Smysl projektu – cíle projektu Jedeme v tom společně 2	3
O čem byl projekt?	4
Rizika – slabina projektu – nutno řešit v následujícím ročníku	7
Doplňkové soutěže	8
Financování projektu	10
Výsledky projektu.....	12
Dílčí kategorie projektu, ceny do projektu	17
Přílohy.....	19

Úvod

Domov pro seniory poskytuje sociální služby osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku a potřebují pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby, zejména při zvládnutí běžných úkonů péče o sebe, při zajištění stravování, ubytování, hygieny, zdravotní a ošetrovatelské péče. Práce v tomto typu zařízení je vysoce obtížná jak na bázi psychické, tak na bázi fyzické.

Zastáváme názor, že tuto práci je třeba jasně přiblížit veřejnosti, protože tato má o ní velmi zkreslené a mylné představy. V roce 2016 proto vznikl projekt **Jedeme v tom společně**, kdy v prvním ročníku jsme se seniory překonávali pomyslnou vzdálenost z Pradědu do Prahy, tj. 393 km. Tehdy jsme zapojili 22 zařízení. Smyslem projektu bylo de facto „vytáhnout seniory z postelí“, naučit je vzájemné spolupráci, najít si přátele z jiných domovů a zejména pak zpříjemnit seniorům podzim života.

V roce 2017 jsme propojili již 53 zařízení napříč ČR i SR při překonávání pomyslné vzdálenosti 2000 km (Praděd – Paříž). Máme radost, že tato myšlenka, kterou je propojovat seniory napříč organizacemi, dopadla dobře. Vznikla krásná přátelství. Díky výše zmíněného projektu jsme společně dokázali, že naše práce má svůj nezastupitelný význam.

Smysl projektu – cíle projektu Jedeme v tom společně 2

1. Aktivizace klientů

Hlavním smyslem projektu je aktivizace seniorů, která má vysoce důležitý smysl. Aktivizace je jedním z nástrojů pro zvyšování kvality seniorského života, přispívá ke zlepšení a udržování tělesné a duševní výkonnosti, zapojuje seniory do společenského dění, vhodně a účinně stimuluje jejich podněty. Aktivizaci lze chápat také jako prevenci sociálního, psychického či duševního chátrání a rovněž jako cestu k uspokojení těchto potřeb. Aktivizace také přináší radost ze života, poskytuje motivaci k životu, schopnost bavit se.

Smyslem projektu byla tzv. pohybová aktivizace pro udržení kondice, svalového napětí, procvičení kloubů. Pohybem na rotopedu jednoznačně dochází ke zlepšování kondice, podpoře pohybové koordinace, zlepšení obratnosti, soběstačnosti, stability a také správného dýchání.

Již v průběhu realizace projektu nám přicházely zprávy od zúčastněných domovů, že se podařilo zapojit i klienty, kteří neprojevovali zájem o společenské aktivity. Těšilo nás, když jsme z pozice organizátorů byli informováni o případech zapojení dříve nekontaktních klientů do našeho projektu.

2. Propagace práce v domovech pro seniory

Mrzí nás, že má veřejnost o práci v domovech seniorů značně zkreslené a nerealistické představy. Mnohdy se veřejnost domnívá, že práce v našem typu zařízení nemá valného smyslu, je již zbytečná a není třeba o ní hovořit. Tuto skutečnost jsme se snažili naším projektem změnit.

Pracovníci konají nesmírně **fyzicky a psychicky obtížnou práci** za takřka minimální mzdu – ano, platové tabulky se svými částkami zastavily někde v roce 1995.

Groteskní je, že společnost po nás čeká kvalitní a profesionální práci. Jak této profesionality dosáhnout, když je v našich zařízeních tragický nedostatek personálu? Naše práce je dlouhodobě podhodnocená a nedocenená.

O čem byl projekt?

Chtěli jsme o naší práci dát vědět, chtěli jsme podpořit klienty domovů pro seniory v oblasti pohybových aktivit. Vymysleli jsme projekt „Jedeme v tom společně.“ Tímto projektem jsme v roce 2016 zapojili více než dvě stovky seniorů po celé republice do jízdy na rotopedu, v roce 2017 jsme se dostali na číslo přes 500 seniorů napříč ČR i SR.

Smyslem tohoto projektu bylo motivovat seniory k pohybu. V tomto případě šlo o jízdu na šlapadle či rotopedu (s počítadlem ujeté vzdálenosti). Naším záměrem bylo propojit další domovy pro seniory v celé České republice a na Slovensku.

Každému spolupracujícímu domovu jsme nastavili stejnou trasu se stejným startem a stejným cílem. Start byl hypoteticky u nás na Pradědu, cíl v Paříži. Trasa byla dlouhá 2000 km.

Start byl učiněn v jeden konkrétní termín, v jednu konkrétní hodinu a minutu, tj. 1. 3. 2017 v 10:00 hodin.

Chtěli jsme vytvořit sounáležitost, vtáhnout klientů do děje, což se nám podařilo díky tomu, že domovy mohly start sledovat přes živé vysílání na internetu. V průběhu dvou měsíců trvání aktivity se domovy mohly společně sledovat prostřednictvím SKYPE.

Obr. 1 **Zahájení 1. března 2017**



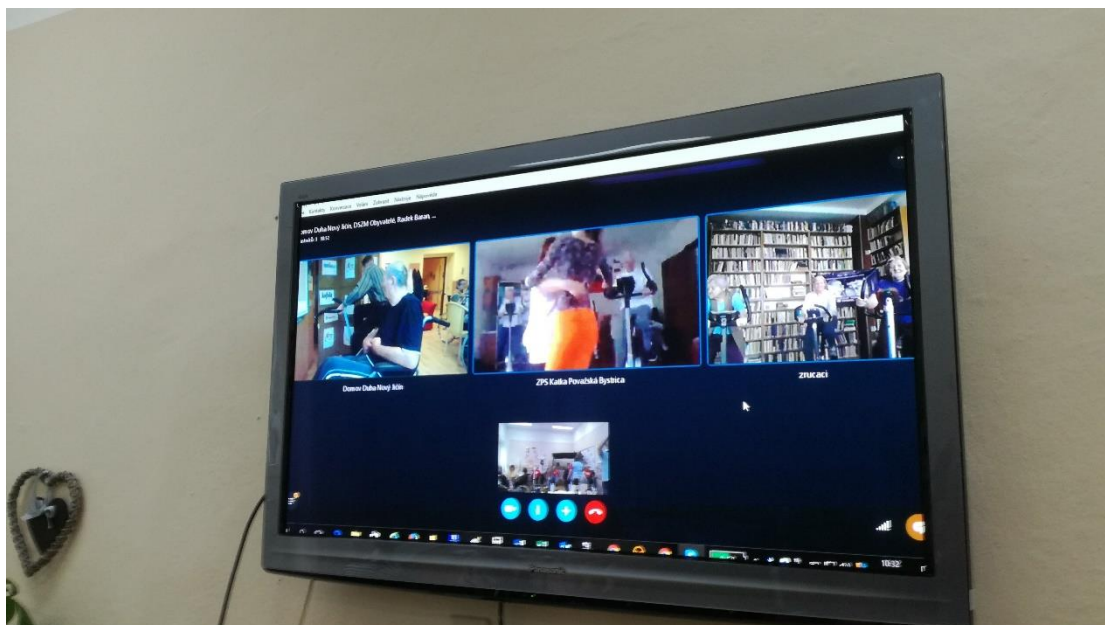
Zahájení 1. 3. 2017 bylo vysíláno on-line přes odkaz na YouTube. Akce se účastnilo vedení Města Vrbno pod Pradědem, duchovní Mgr. Marek Žukowski, partner projektu David Valach – Mobilní zahrádky.

Šlapání bylo povoleno na rotopedech, recumbentech, šlapadlech na nohy a na ruce. Všechny stroje byly vybaveny počítadly ujeté vzdálenosti.

„Šlapání pro účel projektu“ bylo ve všech domovech jednotné z důvodu **správné měřitelnosti a spravedlnosti**. Sportovalo se v pracovní dny od 9:30 hodin do 11:30 hodin, s výjimkou startovacího dne, tj. 1. 3. 2017, kdy se jelo od 10:00 hodin do 11:30 hodin.

Tento jednotný čas byl stanoven také proto, aby bylo možno se zařízeními v předemné době komunikovat prostřednictvím SKYPE.

Obr. 2 Skype komunikace



Rizika – slabina projektu – nutno řešit v následujícím ročníku

Hlavními riziky projektu byly níže uvedené skutečnosti:

- a) **Délka projektu:** v prvním ročníku jsme projekt Jedeme v tom společně měli několik týdnů, některé domovy projevíly žádost o větší délku projektu. V letošním ročníku se prokázalo, že dva měsíce, jak tomu bylo letos, jsou příliš. Mnohé domovy musely vynaložit velké úsilí k motivaci svých klientů. Pro rok 2018 bude soutěž stanovena pouze na jeden měsíc.
- b) **Limity:** vzhledem k vysokému zapálení klientů byly stanoveny tzv. limity pro jednotlivé týdny. Učiněno tak bylo proto, aby všechny organizace měly přiměřeně stejné šance.
Pro rok 2018 stanovujeme soutěž jen na jeden měsíc => pojedete se pouze hodinu a půl (od 9:30 hodin do 11:00 hodin) a limity zvažíme.
V případě, že budou limity, legalizujeme napevno i darované kilometry.
- c) **Závodníci vs. dobrovolníci:** pro rok 2018 nebudou povoleni dobrovolníci. Zjistili jsme, že některá zařízení využila většího počtu dobrovolníků, čímž jednoznačně zvýhodnila své družstvo. V roce 2018 budou moci závodit výhradně jen klienti domovů pro seniory, dobrovolníci (přátelé seniorů) již nebudou dovoleni, stejně tak nebudou dovoleni klienti domovů s pečovatelskou službou, byť jsou tyto součástí či spoluřízeny pod domovem seniorů.
- d) **Zasílání výsledků:** výsledky byly denně zasílány na stanovené mailové adresy, docházelo však každodenně k nezaslání výsledků ze strany několika organizací, mnohdy výsledek také spadl do spamu, bylo nutností denně mnohá zařízení obvolávat => zvýšení nákladů pro organizátora.
Pro příští rok bude nutností vymyslet jiný systém zapisování výsledků – tj. např. on-line aplikace či on-line prostředí.

Doplňkové soutěže

Z důvodů motivace klientů, aby v soutěži pokračovali, byly i doplňkové soutěže.

Šlapající masterchef: vzhledem k tomu, že soutěž byla vedena po hypotetické trase z Pradědu do Paříže, projížděli jsme také přes Rakousko, Německo, Benelux a Francii, měly domovy za úkol, přichystat jednou týdně svým seniorům krajevou specialitu.

Obr. 3 Jedno ze soutěžních jídel



Barevné dny – čtvrtky: smyslem barevných čtvrtků bylo oživení jednotlivých týdnů právě tím, že soutěžící a místnosti, v nichž se sportovalo, bylo nutno vyzdobit do předem určené barvy (červený, zelený, oranžový den apod.).

Obr. 4 Oranžový den



Obr. 5 Žlutý den



Obr. 6 Zelený den



Financování projektu

V roce 2016 jsme díky projektu pomohli vybavit celkem 17 tělocvičen v domovech pro seniory napříč Českou republikou. V roce 2017 se jednalo díky Nadaci Agrofert o 28 dalších tělocvičen v celkové hodnotě 198.468 Kč. Jedná se tedy o podporu 45 organizací díky iniciativě organizátorů.

Tabulka 1 Vybavení jednotlivých družstev

č.	Dps	rotopedy	šlapadlo nohy	šlapadlo ruce	šlapadlo nohy a ruce	Celkem Dps
1.	Domov pro seniory Vrbno pod Pradědem	9 980,00	0,00	0,00	0,00	9 980,00
2.	Domov pro seniory Bruntál – Centrum Pohoda Bruntál	9 980,00	0,00	0,00	0,00	9 980,00
3.	Senior domy Pohoda Jablunkov	9 980,00	2 600,00	1 800,00	0,00	14 380,00
4.	Senior domy Pohoda Třinec	14 970,00	0,00	0,00	4 000,00	18 970,00
5.	Domov pro seniory Strážnice	4 990,00	0,00	0,00	0,00	4 990,00
6.	Domov pro seniory Bechyně	0,00	0,00	0,00	2 000,00	2 000,00
7.	Domov Bílá Opava, p. o.	0,00	1 300,00	0,00	2 000,00	3 300,00
8.	Domov pro seniory Ondráš, Brušperk	4 990,00	0,00	0,00	0,00	4 990,00
9.	Centrum pro seniory Zahrada, Bystřice pod Hostýnem	4 990,00	0,00	0,00	0,00	4 990,00
10.	Domov pro seniory Dubina, Pardubice	0,00	0,00	1 200,00	0,00	1 200,00
11.	Senior rezidence Chrudim	4 990,00	0,00	0,00	2 000,00	6 990,00
12.	Domov pro seniory Centrin CZ s.r.o., Zruč nad Sázavou	9 980,00	0,00	0,00	0,00	9 980,00
13.	Domov pro seniory Příbor	0,00	0,00	2 400,00	4 000,00	6 400,00
14.	Domov pro seniory Krnov	0,00	0,00	1 200,00	2 000,00	3 200,00
15.	Domov pro seniory, Zahradní Město, Praha 10	4 990,00	1 300,00	0,00	0,00	6 290,00
16.	G-centrum Mikulov	14 970,00	0,00	0,00	2 000,00	16 970,00
17.	Domov odpočinku ve stáří Justynka, Hronov	0,00	0,00	0,00	2 000,00	2 000,00
18.	Domov pro seniory sv. Hedviky – Kravaře, p. o.	0,00	5 200,00	4 800,00	0,00	10 000,00
19.	Domov seniorů Karolinka – Vsetín	0,00	1 300,00	0,00	0,00	1 300,00
20.	Domov pro seniory Rožnov pod Radhoštěm	4 990,00	0,00	0,00	0,00	4 990,00
21.	Domov seniorů Jasenka – Vsetín	0,00	1 300,00	0,00	0,00	1 300,00
22.	DS Seniorpark Valašské Meziříčí	0,00	1 300,00	0,00	0,00	1 300,00
23.	Lůžkové a sociální centrum pro seniory o.p.s., Chrudim	4 990,00	1 300,00	0,00	0,00	6 290,00
24.	Domov pro seniory Pílníkov	9 980,00	0,00	0,00	0,00	9 980,00
25.	Sociální služby Libina	9 980,00	0,00	0,00	0,00	9 980,00
26.	Anavita a.s., DS Kréta Terezín	4 990,00	2 600,00	0,00	0,00	7 590,00
27.	Domov pro seniory Praha Chodov	9 980,00	0,00	0,00	0,00	9 980,00
28.	Domov pro seniory Anavita, Modičky	4 990,00	0,00	0,00	4 000,00	8 990,00
Celkem		144 710,00	18 200,00	11 400,00	24 000,00	198 468,00

Další podporu poskytli:

- europoslanec Tomáš Zdechovský,
- generální sponzorství převzala firma Innogy (RWE) Česká republika,

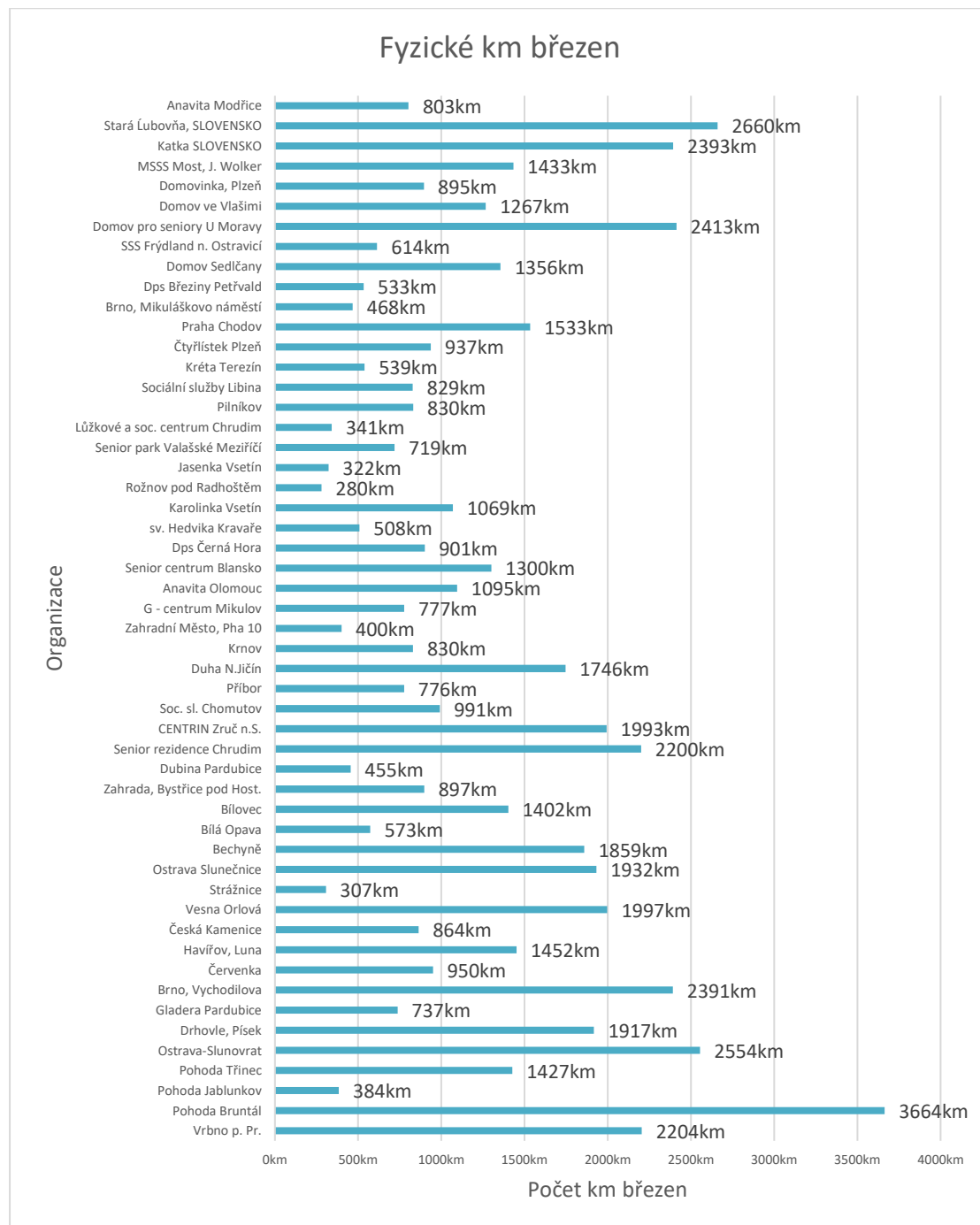
- Město Vrbno pod Pradědem,
- Mobilní zahrádky – David Valach,
- firma Insportline – sleva na rotopedy a cvičící nástroje,
- záštitu nad projektem převzala manželka prezidenta Ivana Zemanová,
- firma MX – Net,
- lékárna Magnus – paní Mgr. Klapuchová,
- firma Kofola,
- pivovar Litovel,
- Nadace Sova,
- Paňák Plasty.

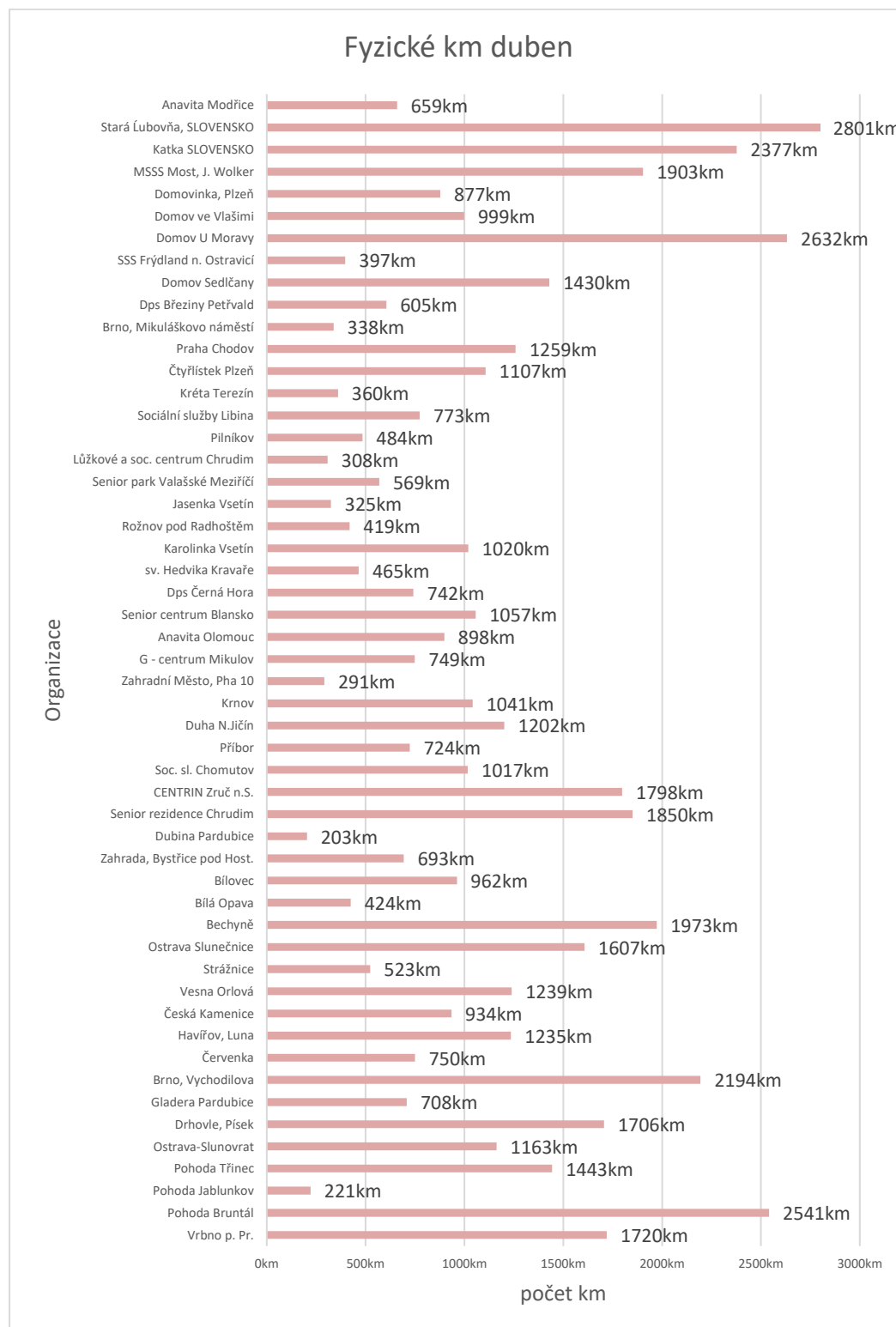
Obr. 7 Sponzoři projektu – propagování v každém zařízení



Výsledky projektu

Graf 1 Fyzicky ujeté km v březnu 2017



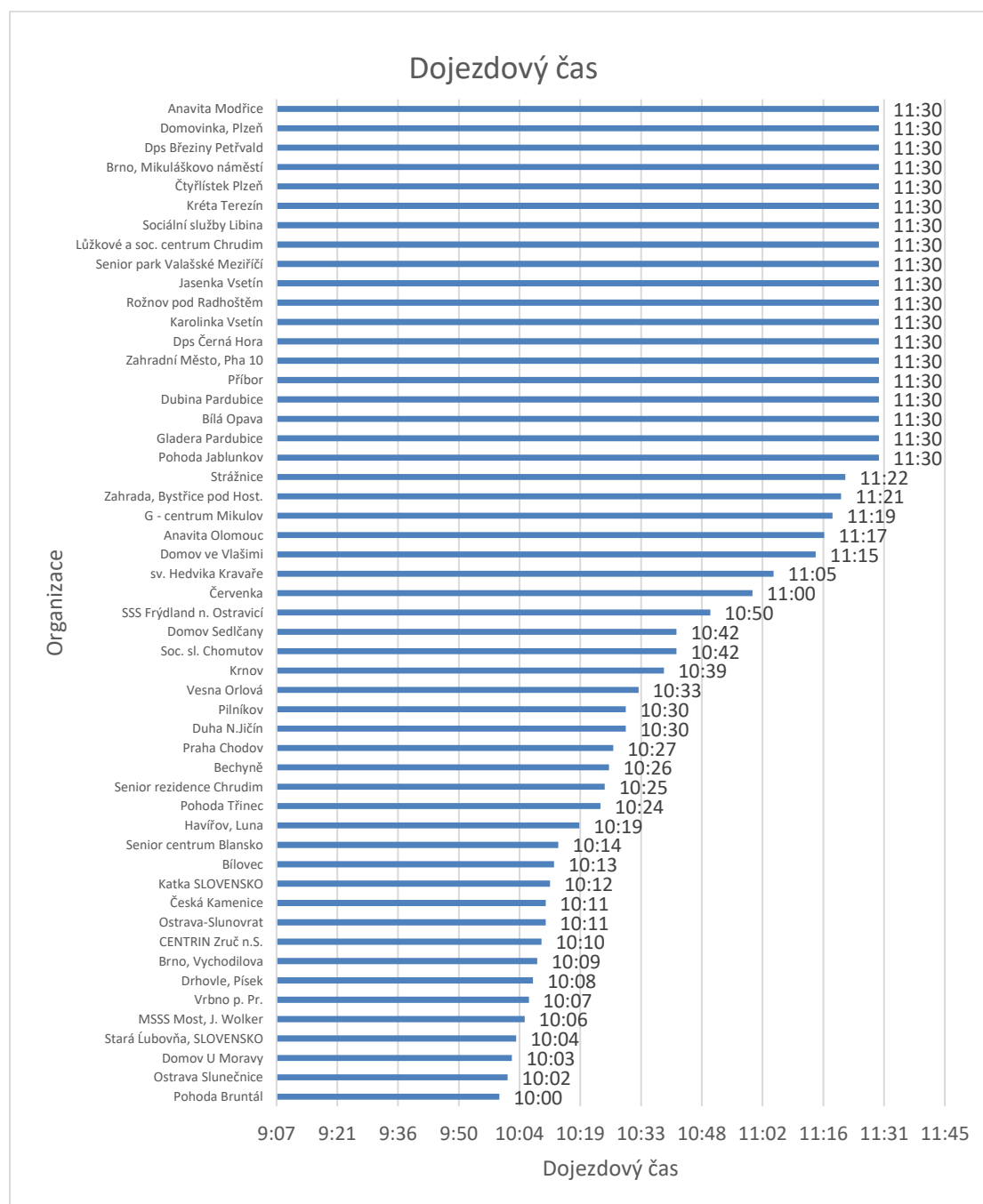
Graf 2 Fyzicky ujeté km v dubnu 2017

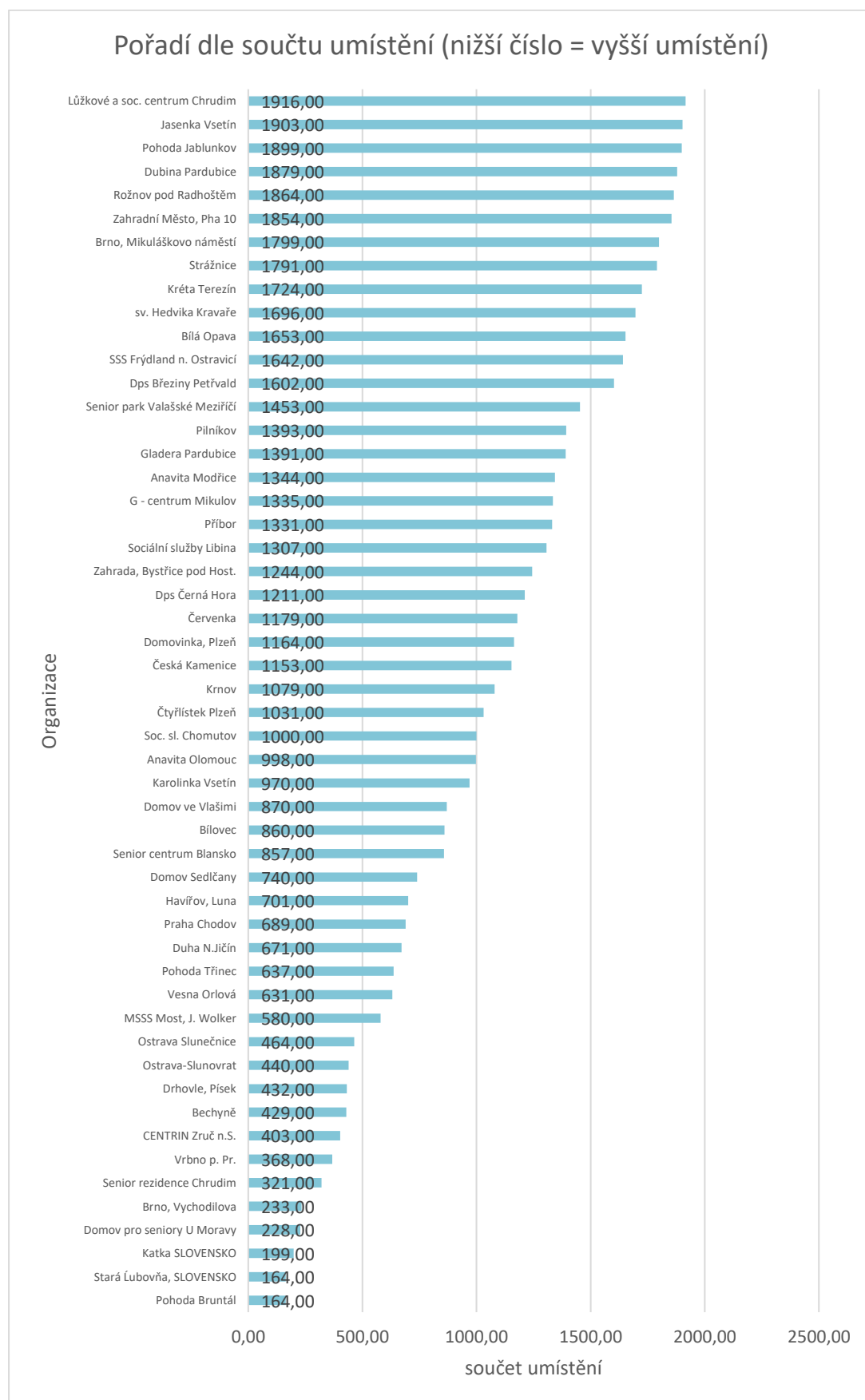
Rozhodující pro soutěž byl také den 28. 4. 2017. Od 1. 3. 2017 plnila zařízení tzv. týdenní limity. U těch zařízení, která splnila nastavené limity po celou dobu soutěže, zůstalo na finální závod posledních 50 km. Překvapením

posledního dne bylo, že slabším družstvům byla vyhlášena amnestie na kilometry – všichni jeli finální závod na posledních 50 KM.

Jakmile bylo odstartováno, zasedli čtyři naši pracovníci na čtyřech telefonních číslech a očekávali nahlášení času dojetí posledních km.

Graf 3 Dojezdové časy finálního závodu v dubnu 2017



Graf 4 Pořadí dle součtu umístění

Tabulka 2 Pořadí seniorů dle nejvyššího počtu osobních ujetých km

	Dps	Jméno seniora	km
1	Pohoda Bruntál	pan Hadánek	1782
2	Katka SLOVENSKO	paní Tothová	1397
3	Stará Ľubovňa, SLOVENSKO	pan Tarasovič	1262
4	Domov U Moravy	paní Zbořilová	1105
5	Vesna Orlová	pan Mikeska	1055
6	Bílovec	pan Gelhar	1041
7	Vrbno p. Pr.	pan Janeček	1010
8	Brno, Vychodilova	pan Šima	920
9	Příbor	pan Pargač	891
10	Krnov	paní Sukeníková	879
11	Anavita Olomouc	paní Kondašová	869
12	Duha N.Jičín	paní Kolaříková	863
13	Strážnice	pan Dubecký	860
14	Praha Chodov	paní Stránská	852
15	Senior rezidence Chrudim	paní Topková	790
16	Domov ve Vlašimi	paní Navrátilová	786
17	Karolinka Vsetín	pan Mikeš	760
18	Senior park Valašské Meziříčí	paní Capilová	697
19	Sociální služby Libina	paní Macečková	663
20	MSSS Most, J. Walker	paní Laudová	650
21	Bechyně	paní Holubová	630
22	Soc. sl. Chomutov	pan Baďura	627
23	Drhovle, Písek	pan Říha	625
24	Ostrava Slunečnice	pan Vašíček	609
25	Bílá Opava	paní Švehlíková	568
26	Ostrava-Slunovrat	pan Meloun	567
27	Pohoda Třinec	pan Mokrůš	525
28	Havířov, Luna	paní Deutscherová	477
29	Domov Sedlčany	pan Fišer	468
30	Senior centrum Blansko	paní Neshybová	442
31	Lůžkové a soc. centrum Chrudim	pan Lahodný	415
32	G - centrum Mikulov	paní Oborná	362
33	Jasenka Vsetín	paní Dukatníková	354
34	Čtyřlístek Plzeň	pan Skounic	350
35	Dps Březiny Peřvald	paní Božková	339
36	Zahrada, Bystřice pod Host.	paní Zicháčková	332
37	Červenka	paní Faksová	328
38	Pilníkov	pan Urbaník	322
39	Pohoda Jablunkov	pan Čmiel	316
40	Domovinka, Plzeň	pan Vondrášek	313
41	Anavita Modřice	pan Spáčil	310
42	Dubina Pardubice	paní Bekeniová	242
43	SSS Frýdland n. Ostravicí	paní Kudělková	241
44	sv. Hedvika Kravaře	paní Klosová	229
45	Brno, Mikulášskovo náměstí	paní Müllerová	150
46	Kréta Terezín	Ing. Švorc	105
47	Gladera Pardubice	paní Němečková	70

Dílčí kategorie projektu, ceny do projektu

Tabulka 3 Ceny do soutěže

Ceny do soutěže		cena	Kdo?
Nejrychlejší senior - nejvíce ujetých km	poukázka do lékárny	5 000,00	Pan Hadánek, Bruntál
Nejrychlejší zaměstnanec - nejvíce ujetých km	poukázka do lékárny	2 000,00	Paní Chalupová, Vrbno
Výkonový senior - určeno losem	poukázka do lékárny	5 000,00	Pan Pavlík, Katka Slovensko
Nejrychlejší domov pro seniory - finální závod 28. 4. 2017	putovní pohár, rytí	600,00	Bruntál
	poukaz na MZ	5 000,00	Bruntál
Cyklosrdce 2017	poukaz na MZ	5 000,00	Stará Ľubovňa
Barevné dny	Diplom + zboží lékárna	0,00	Zruč nad Sázavou
Cena dílčí soutěže Šlapající masterchef	kuchařka	700,00	Vrbno

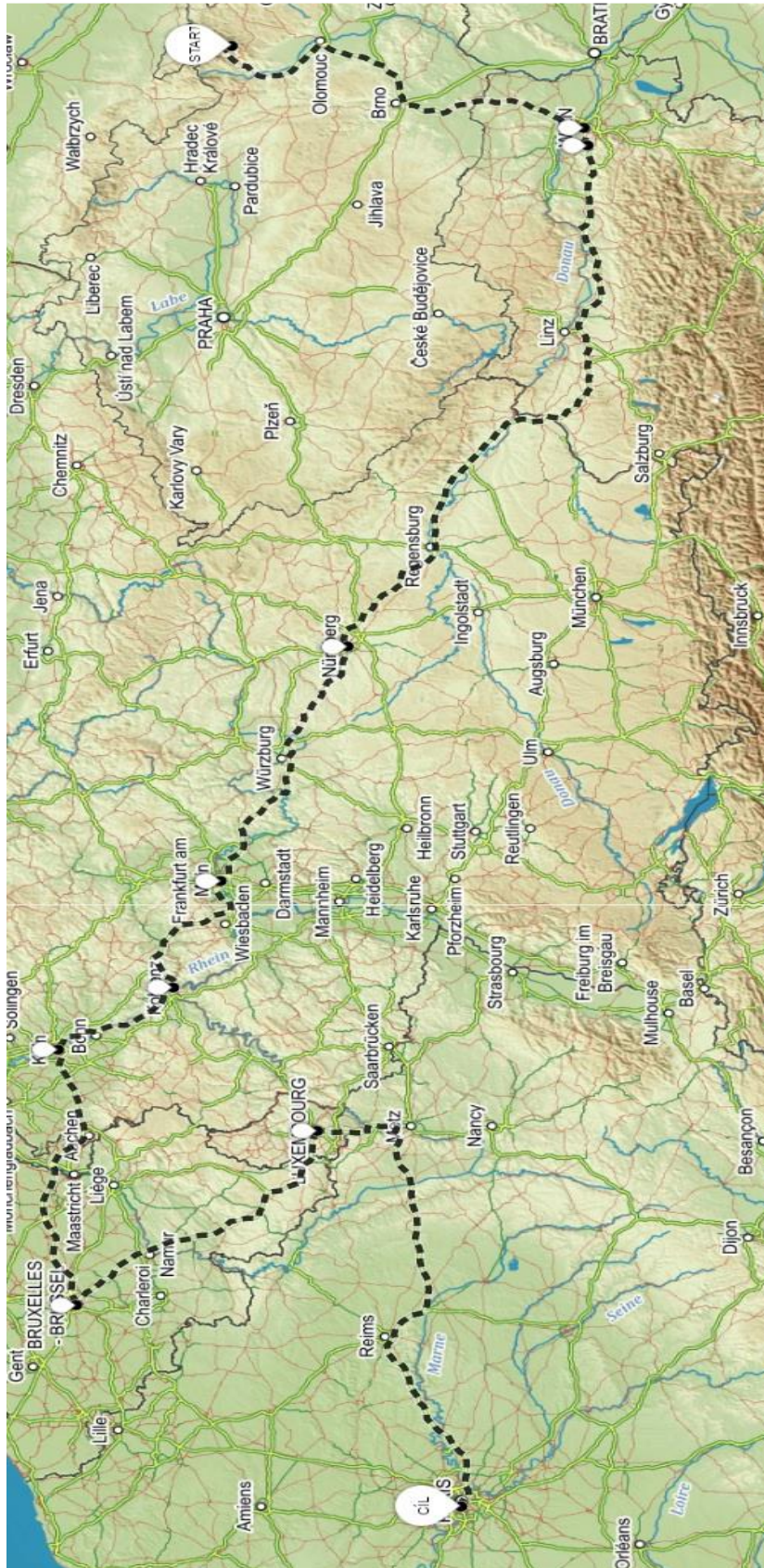
Tabulka 4 Zapojená zařízení

č.	Název zařízení
1.	<i>Domov pro seniory Vrbno pod Pradědem</i>
2.	<i>Domov pro seniory Bruntál – Centrum Pohoda Bruntál</i>
3.	<i>Senior domy Pohoda Jablunkov</i>
4.	<i>Senior domy Pohoda Třinec</i>
5.	<i>Domov pro seniory Ostrava – Slunovrat</i>
6.	<i>Domov pro seniory Světlo Drhovle a Písek</i>
7.	<i>Domov pro seniory Gladera Pardubice</i>
8.	<i>Domov pro seniory Vychodilova Brno</i>
9.	<i>Domov pro seniory Červenka</i>
10.	<i>Domov pro seniory Havířov, Luna</i>
11.	<i>Domov pro seniory Česká Kamenice</i>
12.	<i>Domov pro seniory Vesna, Orlová</i>
13.	<i>Domov pro seniory Strážnice</i>
14.	<i>Domov Slunečnice Ostrava</i>
15.	<i>Domov pro seniory Bechyně</i>
16.	<i>Domov Bílá Opava, p. o.</i>
17.	<i>Domov pro seniory Ondráš, Brušperk</i>
18.	<i>Sociální zařízení města Bílovce, Bílovec</i>
19.	<i>Centrum pro seniory Zahrada, Bystrice pod Hostýnem</i>
20.	<i>Domov pro seniory Dubina, Pardubice</i>
21.	<i>Senior rezidence Chrudim</i>
22.	<i>Domov pro seniory Centrin CZ s.r.o., Zruč nad Sázavou</i>
23.	<i>Sociální služby Chomutov, Domov pro seniory</i>
24.	<i>Domov pro seniory Příbor</i>
25.	<i>Domov Duha, Nový Jičín</i>
26.	<i>Domov pro seniory Krnov</i>
27.	<i>Domov pro seniory, Zahradní Město, Praha 10</i>
28.	<i>G-centrum Mikulov</i>
29.	<i>Domov pro seniory Anavita, Olomouc</i>
30.	<i>Senior centrum Blansko, p. o.</i>
31.	<i>Domov pro seniory Černá Hora, p.o.</i>
32.	<i>Domov pro seniory sv. Hedviky – Kravaře, p. o.</i>
33.	<i>Sociální služby Vsetín, p. o., Domov seniorů Karolinka – Vsetín</i>

34.	<i>Sociální služby Vsetín, p. o., Domov pro seniory Rožnov pod Radhoštěm</i>
35.	<i>Sociální služby Vsetín, p. o., Domov seniorů Jasenka – Vsetín</i>
36.	<i>DS Seniorpark Valašské Meziříčí</i>
37.	<i>Lůžkové a sociální centrum pro seniory o.p.s., Chrudim</i>
38.	<i>Domov pro seniory Pilníkov</i>
39.	<i>Sociální služby Libina</i>
40.	<i>Anavita a.s., DS Kréta Terezín</i>
41.	<i>Domov se zvláštním režimem "Čtyřlístek", MÚSS města Plzně</i>
42.	<i>Domov pro seniory Praha Chodov</i>
43.	<i>Domov pro seniory Mikulášskovo náměstí, Brno</i>
44.	<i>Domov Březiny, p.o., Petřvald</i>
45.	<i>Domov Sedlčany</i>
46.	<i>Středisko sociálních služeb města Frýdlant nad Ostravicí</i>
47.	<i>Domov pro seniory u Moravy</i>
48.	<i>Domov ve Vlašimi</i>
49.	<i>Domovinka - sociální služby, o.p.s.</i>
50.	<i>MSSS v Mostě - p.o. Domov pro seniory J. Wolker</i>
51.	<i>Zariadenie pre seniorov KATKA, SLOVENSKO</i>
52.	<i>Domov pre seniorov, Stará Lubovňa, SLOVENSKO</i>
53.	<i>Domov pro seniory Anavita, Modřice</i>

Přílohy

Mapa



Fotografie





















MODRÝ DEN DS BÍLOVEC





