

CHYTRÝ SENIOR

ČASOPIS CHYTRÉ PÉČE
3. ČÍSLO 2022

FILM DUNA

JAKÉ KVĚTINY VÁM
NEJVÍCE VYČÍSTÍ
VZDUCH?

S ČÍM
VOLAT NA
KRIZOVOU
LINKU

www.chytrapece.cz



POMOC
PRO
UKRAJINU

Chytrá péče

NAŠE REDAKCE

 Chytrá péče

Šéfredaktor

Terka

Kreativní tým

Ála, Terka, Slávka, Matěj, paní Čechová, Daniela, Marta, Jaroušek

Kontakty

V případě, že máte otázky ke službě Chytrá péče, chtěli byste službu zařídit pro jinou osobu, zdarma volejte na informační linku.

800 123 111

Rádi bychom Vám také nabídli možnost zavolat na bezplatnou linku krizové pomoci Chytrá péče. Zavolejte nám, pokud se cítíte sami, jste smutní, bezradní, opuštění či nejistí. Pokud si nevíte rady v obtížné životní situaci nebo se v takové situaci ocitl někdo z Vašich blízkých. Linka funguje každý všední den od 8:00 - 16:00 hod.

800 100 117

Hezké počtení, máme Vás rádi



Pozůstalostní poradenství

🕒 **pondělí-pátek**
8:00 - 17:00

📍 **osobní schůzka**
Praha / Brno

✉ **poradna@uspe.cz**



ZDARMA

+ 420 800 400 410

Naše pozůstalostní poradenství Vám bezplatně POMŮŽE

- **pomoc při výběru provozovatele pohřebních služeb (tradiční/ přírodní, alternativní druh pohřbu)**
- **získání informací o Vašich právech a povinnostech ve vztahu k zesnulému**
- **podpora při vyřizování záležitostí souvisejících s posledním rozloučením**
- **pomoc s žádostí o nájem hrobového místa**
- **předání informací k odevzdání dokladů zemřelého**
- **s vyřízením pozůstalostního důchodu (vdovský/vdovecký, sirotčí), příp. pohřebného**
- **podpora při dědickém řízení a při vyřizování pozůstalosti**
- **pomoc při zprostředkování služeb duchovní a duševní podpory při vyrovnání se se ztrátou Vašeho blízkého**

Ústav *péče*

www.uspe.cz

Chytrá *péče*

www.chytrapece.cz



POSKYTUJEME PORADENSTVÍ PRO UPRCHLÍKY Z UKRAJINY

Táhneme za jeden provaz



Poslední měsíce můžeme vidět důsledky války na Ukrajině všude kolem nás. Ukrajinci, nýbrž vedení Ruské federace. Současná situace může být a je příležitostí ukázat naši lidskost, sounáležitost a solidaritu. Chytrá péče si tuto příležitost uvědomuje a souzní s oběťmi války a uprchlíky z Ukrajiny, a proto se hned zpočátku aktivně zapojila do podpory uprchlíků z Ukrajiny, a to hned v několika rovinách.

Chytrá péče již přes půl roku zajišťuje provoz informační linky (226 288 400) pro uprchlíky ze Středočeského kraje, na které poskytuje informace týkající se víz, ubytování, státních sociálních příspěvků a informace o dalších podpůrných neziskových organizacích.



226 288 400

V souvislosti s opakujícími se odbornějšími dotazy na provozované lince se Chytrá péče rozhodla rozšířit služby své bezplatné sociální poradny o cizince a rodiny s dětmi. Díky tomu může být naše podpora dlouhodobější a individuálně zaměřená. V rámci našeho rozšířeného poradenství pro uprchlíky z Ukrajiny poskytujeme poradenství i v dalších oblastech, jako je hledání pracovního uplatnění, vzdělávání, využívání psychoterapie, zprostředkování kurzů češtiny, pomoc s vyřizováním různé administrativy apod.

V další řadě Chytrá péče zaměstnala několik uprchlíků z Ukrajiny, a to v rámci své osobní asistence a svého sociálního poradenství v ukrajinském jazyce.

Spolupráce probíhá výborně a doufáme, že i naši kolegové budou nadále spokojeni v nové práci.

Naše tísňová péče nově poskytuje své služby distanční pomoci i v Ukrajinském jazyce, tzn., že v případě využívání našich hodinek či tlačítka lze nastavit, aby zařízení mluvilo na našeho klienta v ukrajinském jazyce. Tímto překonáním jazykové bariéry jsme mohli zpřístupnit naší tísňovou péči i uprchlíkům z Ukrajiny a podpořit tak jejich život v domácím přirozeném prostředí.



Buďme jednotní a neotáčejme se k druhým zády, když nás potřebují,

Vaše Chytrá péče



Proč mít Chytrou péči

Příběh, o kterém nám vyprávěla sestřička Deniska která pracuje na klinice respiračních nemocí VFN v Praze.

Začátkem září přijmuli na jejich oddělení paní, která byla ve velice špatném stavu. Záchránná služba byla zavolána policií ČR po té co policii upozornil soused, že paní neviděl ani neslyšel nějaký den, což se sem tam stalo, ale že měla několik dnů paní nakřivo rohožku před vchodem do bytu bylo podivné, neb byla paní velice pořádkumilovná a pečlivá na úklid.

Policie vnikla do bytu a ihned volala RZS neb našla paní bezvládně ležící v obýváku vedle křesla. Dle lékařů došlo při pádu či sesunutí z křesla k pohmoždění kyčelního kloubu v takové míře, že bolest znemožnila paní se zvednou či jiným způsobem se dopravit k telefonu a zavolat si pomoc. Vzhledem k tomu že paní neměla rodinu a byla absolutně soběstačná, nebyl důvod, aby ji kdokoliv kontaktoval či snad kontroloval. Po dobu několika dní, co ležela paní bez pomoci došlo k absolutní dehydrataci a celkovému kolapsu organismu. Po dvou dnech v nemocnici boj o svůj život tato paní prohrála.

„Taková milá paní, když přišla k vědomí stále se omlouvala že nám přidělává práci . Kdyby měla Chytrou péči, tak by jistě ještě žila“ uzavřela své vyprávění sestřička Deniska.

Kniha - RYTÍŘ

11. Kapitola jedenáctá O smrti a jiných radostech

Když jsme se viděli naposledy, byl jsi na popravišti. Zaujal jsi mě tvé myšlenky se ubírali úplně jinak než ostatním lidem. Ti se smrti bojí, ale ty jsi jí vítal. To čeho jsi se bál je zapomnění a já nepřestávám přemýšlet nad tím proč. Proto jsem tě vyhledal v téhle pustině člověče. I když si tím člověkem teď nejsem jistý." Pousmála se Smrt. Rytíř se vrátil do toho okamžiku. Jen tak mohl Smrti přesně odpovědět na otázku. Došlo mu to, pomyslel na to že všichni jeho přátelé a lidé na kterých mu záleželo by se ani nedozvěděli, že tam zemřel. Uvědomil si že stejný pocit cítí celou cestu, jen ho v sobě stále dusí nebo před ním utíká. Vzpomněl si na přátele ze školy rytířů, kteří ho obdivovali přesně proto že se problémům staví čelem. Ale jak mu i nyní došlo je stejný jako oni. Co když zemře tady v pustině? Jemu už to bude jedno, ale co ti které tu nechá? Kde se s ním rozloučí? Kam budou chodit pro útěchu? Jak jeho královna obdrží jeho meč a štít, když zůstanou u jeho mršiny někde na téhle zpropadené cestě? Kde pro něj uroní slzu?

Z myšlenek ho vytrhl hlas jeho společníka. "Už chápu. Děkuji za odpověď, ale tvé obavy jsou zbytečné, na této cestě nezemřeš aspoň ne tak jak si to představuješ." S touto větou se rozplynul ve tmě. Rytíř si po chvíli nebyl jistý jestli to jen nebyl jen prelud, který mu ukázala jeho chorá hlava. Druhý den o tom už ani nepochyboval. Přiložil do ohně a pohroužil se do neklidného spánku.

Autor: Matěj

Tip na film

Duna



Sci-Fi / Akční / Dobrodružný / Drama
USA / Kanada, 2021, 155 min

Režie: **Denis Villeneuve**
Předloha: **Frank Herbert (kniha)**
Scénář: Jon Spaihts, Denis Villeneuve, Eric Roth
Kamera: Greig Fraser
Hudba: **Hans Zimmer**
Hrají: **Timothée Chalamet, Rebecca Ferguson, Oscar Isaac, Jason Momoa, Josh Brolin, Javier Bardem, Stellan Skarsgård, Zendaya, Dave Bautista, David Dastmalchian, Sharon Duncan-Brewster, Charlotte Rampling, Chen Chang, a další....**

O první filmovou verzi tohoto snímku se postaral David Lynch v roce 1984 a do hlavní role obsadil Kylea MacLachlana.

Ta druhá filmová verze byla třídílnou minisérií natočenou v barrandovských ateliérech Johnem Harrisonem. Tu nejnovější verzi Duny natočil Denis Villeneuve.

Filmová adaptace Duna stejnojmenné knižní série amerického spisovatele Franka Herberta bezesporu patřila k nejlepším snímkům minulého roku (2021). Režisér Denis Villeneuve se s náročnou předlohou vypořádal se ctí a stvořil monumentální sci-fi oceněné šesti Oscary, o kterém se v našem článku dozvíte vše potřebné.

Duna si z recenzí odnášela převážně pozitivní hodnocení, která chválila hlavně strhující audiovizuální zpracování, atmosféru a skvěle obsazené herce v hlavních rolích. Celkově vzato se jedná o věrnou adaptaci klasického díla a velkolepou podívanou, která potěší jak fanoušky knižní předlohy, tak i příznivce žánru sci-fi obecně. **Duna je momentálně k vidění na streamovací platformě HBO MAX, přičemž stopáž snímku je 155 minut.**



Příběh snímku Duna se stejně jako v knize točí převážně kolem pouštní planety Arrakis (přezdívaná Duna), o jejíž nadvládu mezi sebou bojují dva zneprátené rody – Atreidové a Harkonnenové.

Film dění vypráví z pohledu mladého Paula Atreida (Timothée Chalamet), který společně se svými rodiči vymění pohodlí a příjemné klima své domovské planety Caladan, aby převzali kontrolu

nad vyprahlými poušťmi planety Arrakis.



Planeta Arrakis je zdrojem vzácné substance, která má spousty vlastností, pro které by leckdo vraždil. A proto není divu, že uvnitř galaktického Impéria vznikají nové a nové mocenské boje právě o nadvládu nad touto planetou. Do popředí ale přichází rod Atreidů, kterému je svěřena správa nejen Arrakis, ale také komplikovaná těžba právě této jedinečné melanže. Z celé politické akce se vyklube velké spiknutí, z kterého vyvázne jen vévodův syn Paul (Timothée Chalamet) a jeho matka Jessica (skvělá Rebecca Ferguson). Ti uprchnou do písčité pustiny, ve které jsou pronásledováni pouštním národem, který si říká Fremeni. Spatří modroocí Fremeni v Paulovi spasitele, na kterého dlouhá léta čekali?



Výlety do přírody i na podzim

Než napadne sníh musíme si ještě užít poslední pěší výlety do přírody! Vezměte s sebou na výlet partnera, kamarády nebo vnoučata a vyrazte na příjemnou procházku či horskou túru. A kdyby pršelo, nemusíte výlet rušit. Naopak – nabídneme vám tipy do jeskyní, botanických skleníků a na další příjemná místa, kam lze přijít v jakémkoli počasí.

Papilonia Lipno – svět motýlů v Lipně nad Vltavou

Vstupte do světa, kde se prolíná krása s dobrodružstvím. Pozorovat budete stovky jedinců až třiceti nejkrásnějších druhů planety.

Průhonický park – zahrady s puncem UNESCO

Pohádková příroda pouze pár kilometrů od hranic hlavního města – to je Průhonický zámecký park, ve kterém byla natočena řada pohádek. Jeden z

největších přírodně krajinářských parků v Evropě s rozlohou 240 hektarů se nachází v členitém údolí meandrující říčky Botič.

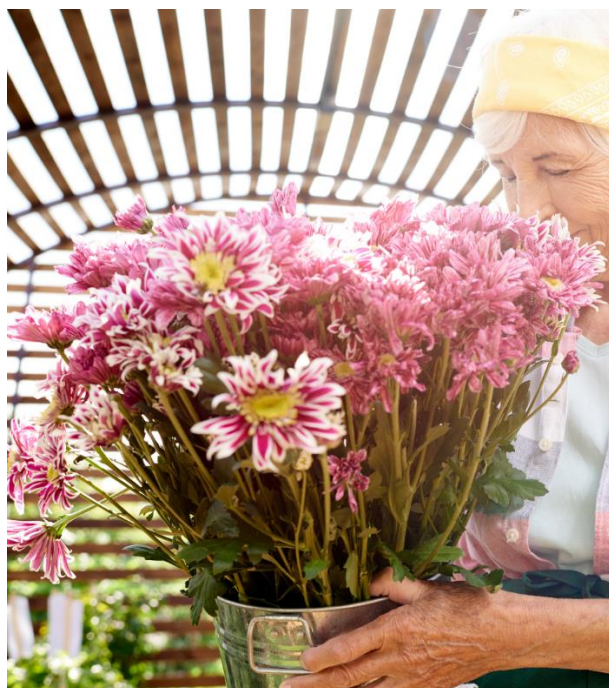
Národní přírodní rezervace Voděradské bučiny

Jeden z nejrozsáhlejších komplexů bukového lesa ve středních Čechách se nachází na pravém břehu Jevanského potoka mezi obcemi Louňovice, Vyžlovka, Jevany, Černé Voděrady a Struhařov. Hlavním předmětem ochrany jsou kyselé a květnaté bučiny s typickou flórou a faunou.



KVĚTINY, KTERÉ NEJLÉPE VYČISTÍ DOMA VZDUCH

Pokožkové květiny nám jsou kamarády, okrasou, zábavou a i pomocníky v čištění vzduchu v našich domácnostech. Uvádíme osm rostlin, které by bylo dobré mít doma a kde.



Břečťan – absorbuje škodlivé látky, produkuje kyslík, je odborníkem na klima v místnosti. Vhodné umístění je po celém bytě, má rád polostín, tedy v kuchyni, v koupelně, v obývacím pokoji či ložnici Vám může pomáhat a čistit vzduch.



Kapradina – nejraději se ji bude dařit u Vás v koupelně, kde je pro ni dostatek vlhkého prostředí a nebo na parapetech oken na východní stranu, kapradina má ráda jemné ranní sluníčko.



Sansevieria – tato až 1 m vysoká kráska skvěle pročistí vzduch, hodí se do všech místností s dostatkem světla, jen v koupelně by nebyla úplně spokojená.



Monstera – odolná rostlina, která výborně absorbuje benzen a formaldehyd, má ráda polostín, doporučuje se do obývacích pokojů a ložnic.



Lopatkovec - skvěle absorbuje benzen a když se jí daří má krásné bílé květy, těšit Vás může v obývacím pokoji a ložnici.



Zelenec - s benzenem si báječně poradí tato nenáročná pokojovka, která se i snadno množí. Světlé stanoviště po celém Vašem bytě ji potěší.



Dracéna - absorbuje trichloretylen a benzen, je nenáročná na zálivku a vhodná do obývacích místností či ložnic.



Kalátea - tato kráska produkuje velké množství kyslíku díky svým velkým listům, vhodná je především do ložnic a i jinde v bytě si jistě najde své místo.



Čistý vzduch a potěšení z těchto krásných květin Vám přejeme do dnů kdy budeme více doma a okna nebudeme mít už otevřená od rána do večera .

Autor: Ála

Mozkorozvična

Jazykolamy

S jazykolamem se alespoň jednou v životě setkal snad každý z nás, nejčastěji v situaci, kdy se snažíme **jazykolamy** v rámci legrace vyslovit. Je jazykolam jen prostředkem k zábavě?

Že je jazykolam spojení obtížně vyslovitelných slov, jež slouží k procvičení mluvidel, si patrně všichni domyslíme. Jak již bylo řečeno, obvykle si je každý z nás někdy v životě vyzkouší. Zkoušíme si je ale jen z legrace? Nebo je využijeme i v jiných situacích?

Běžný člověk je zpravidla skutečně využije spíše pro pobavení. Velmi dobře ale jazykolamy slouží i profesionálům, kteří se živí mluvením – tedy mluvčím, hercům či moderátorům.

České jazykolamy

1. Strč prst skrz krk.
2. Královna Klára na klavír hrála.
3. Šel za mnou jeden Řek, a ten mi řek, abych mu řek, kolik je v Řecku řeckých řek. A já mu řek, že nejsem řek, abych mu řek, kolik je v Řecku řeckých řek,
4. Pštros s pštrošicí a pštrosáčaty šli do pštrošačárny.
5. Pudl prdl pudr.
6. Instituce institucionalizovaly institucionalismus.
7. Zvíře zařve, zvíře zavře.

8. Máma má málo máku.
9. Náš pan kaplan v kapli plakal.
10. Kotě v bytě hbitě motá nitě.



Impulz × impuls

Tento výraz má hned několik významů a používá se v různých odvětvích. Obecně by se dal do češtiny překládat jako popud či podnět. Zkrátka popohnání k nějaké věci, která bude mít vliv na nějakou další. Setkat se s ním můžete ve fyzice, psychologii, informatice či například ve fyziologii.

Dobrou zprávou je, že téměř nelze v psaní tohoto výrazu udělat chybu. Jsou totiž dvě uznávané varianty, a to s různými souhláskami na konci slova. Ve výslovnosti je totiž slyšet „s“, které je možné psát, ale chybu neuděláte ani když napíšete „z“.

Správně tedy je **impuls** i **impulz**.

Příklad:

Potřeboval jsem **impulz** k tomu, abych se konečně začal učit.

Impuls je v informatice obvykle nosičem signálu.

Ve fyzice existuje **impulz** síly.

Šalvěj lékařská



Šalvěj lékařská se jako léčivka využívala již ve starověkém Egyptě a do střední Evropy se dostala někdy v 9. století, kdy začala být hojně pěstována v klášterních zahradách. Jedná se o vytrvalou, silně aromatickou rostlinu polokeřovitého vzhledu se zdřevnatělými lodyhami, vysokou 30 až 70 cm. Sbírají se listy a kvetoucí nať, listy se sbírají v květnu až v červnu, dokud rostlina nekvete. Kvetoucí nať se sbírá v červnu až červenci. Šalvěj sušte v tmavé a teplé místnosti, která musí být vzdušná. Pro urychlení lze použít sušičku na ovoce, přičemž teplota by neměla přesáhnout 80 °C.

Šalvěj obsahuje 1,5 až 3 % silice, která je směsí thujonu, salviolu, kafru, velkého množství vonného extraktu, cineolu a borneolu. Dále obsahuje 4 % tříslovin, saponiny, hořčiny, oxyterpenové kyseliny, estrogenní hormony a amid kyseliny nikotinové, pryskyřice,

vitamíny skupiny B, vitamín P, minerální a hormonálně účinné látky. V léčitelství se šalvěj využívá hlavně díky svým protizánětlivým, antivirotickým a antibakteriálním účinkům. Pít šalvějového čaje přispívá k posílení celého těla, zabraňuje záchvatům mrtvice a velmi příznivě působí např. při obrně, křečích, onemocněních míchy, onemocnění žláz a také při třesu končetin.

Čaj velmi dobře působí při nemocných játrech, pročišťuje krev, odvádí hleny z dechových orgánů a žaludku, pomáhá při žaludečních, střevních a žlučnickových potížích a nadýmání. Nálev ze šalvěje pomáhá rovněž při zánětech mandlí, bolestech v krku, hnisání zubů, zánětech hrtanu a ústní dutiny. V případě nemoci nervové soustavy či gynekologických problémů se používá šalvějová koupel, tj. 200 g sušené šalvěje se spaří 1 litrem vroucí vody, nechá se vylouhovat a nalije se do připravené koupele. Při bodnutí hmyzem zase dobře poslouží obklad z čerstvých listů, listy omyjeme, rozdrťme dřevěným náčiním a vzniklou kaši přiložíme na místo bodnutí. Šalvěj je také znamenitých kořením. Přidává do mastných jídel z vepřového, husího i krůtího masa a také do divočiny. Mimoto se využívá při přípravě zeleninových sýrů a kořeněných omáček a v některých krajích se dělají šalvějové koláče a pečivo. Šalvěj se nesmí používat ve velkém množství, protože obsahuje malé množství thujonu, který je jedovatý. Při přípravě čaje však přechází do vody pouze relativně malé množství účinných látek a tři až šest šálků šalvějového čaje denně je považováno za netoxickou dávku.

Zdroj:
<https://www.bylinkyprovsechny.cz>

Autor: Jaroušek

PC BRNO...myslí na seniory



Brněnská firma PCBRNO.CZ poskytuje kompletní servis notebooků, počítačů, telefonů a tabletů. Firma si zakládá na skvělé komunikaci a perfektním zákaznickém servisu, o tom svědčí řada spokojených zákazníků. Dlouholetá praxe a odborné vzdělání zajišťuje tu nejlepší péči.



Od roku 2022 se zkušený tým odborníků z PCBRNO.CZ zaměřuje také na seniory. Firma nabízí technické služby kolem výpočetní techniky i konzultace v oblasti používání internetu, emailu či zabezpečení počítače. PCBRNO.CZ si poradí s opravami, instalací, nastavením i mechanickým poškozením počítačů a notebooků.

Zákazníci se na PCBRNO.CZ obrací osobně na kontaktních místech, telefonicky nebo emailem. V okolí Brna nabízí firma svoz elektroniky zdarma. Ze vzdálenějších míst republiky lze

počítač, notebook, tablet či telefon poslat ZDARMA do servisu poštou či kurýrem. Cenu poštovného hradí firma PC Brno.

Více informací naleznete na webových stránkách firmy

PCBRNO.CZ

nebo na zákaznické lince
+420 514 514 075

pro SENIORY a jejich rodiny
pro osoby zdravotně znevýhodněné

**linka krizové pomoci
Chytré péče**

volejte zdarma a anonymně
každý den 8:00 - 16:00
mimo státní svátky

800 100 117

Vyslechneme Vás.
Společně s Vámi budeme hledat řešení.
Na svoje starosti nemusíte být sami.

Chytrá péče

The advertisement features a teal background with orange dots and a large orange telephone handset icon. It includes two circular images: one of hands clasped together and another of an elderly woman smiling while talking on a mobile phone.

Linka krizové pomoci Chytré péče

Kdo na ni volá a co se na ní vlastně řeší?



Naše linka je pro všechny, kterým je z nějakého důvodu těžko na duši, v něčem nejsou jistí, potřebují se zeptat či poradit.

...Stýská se Vám po rodině. Sousedí dělají naschvály. Za týden jdete na vyšetření a máte z něj obavy. Chtěli byste pomoc s domácností, ale váháte, komu říct. V rodině se něco děje a bojíte se zeptat. Někdy je Vám úzko a přemýšlíte, co s tím...

Můžete zavolat sami za sebe nebo i pokud máte obavy o někoho druhého. Během hovoru budeme naslouchat a dáme Vám prostor situaci vysvětlit. Společně si potom ujasníme, na co se v hovoru soustředit. V každém hovoru je to jiné. Někdo potřebuje vypovídání, někdo

naopak hledá pomoc se sestavením konkrétního plánu. Někomu pomáhá, když situaci popíše nezávislému člověku, který se na ni podívá nezaujatým pohledem. Společně zvážíme různé varianty, promyslíme pro a proti, navrhneme další kroky a domluvíme se, co teď dál. Společně se můžeme postavit i obavám, třeba z nějaké nové situace, z lékařského vyšetření nebo obecně z budoucnosti. Někdy si s našimi volajícími jen tak povídáme, když na ně padne smutek či samota. I to je v pořádku, i to na linku patří.

Důležité je, že jsme v hovoru průvodci, rozhodnutí je vždy pouze Vaše. Nesoudíme, nepoučujeme a nenutíme jedno řešení.

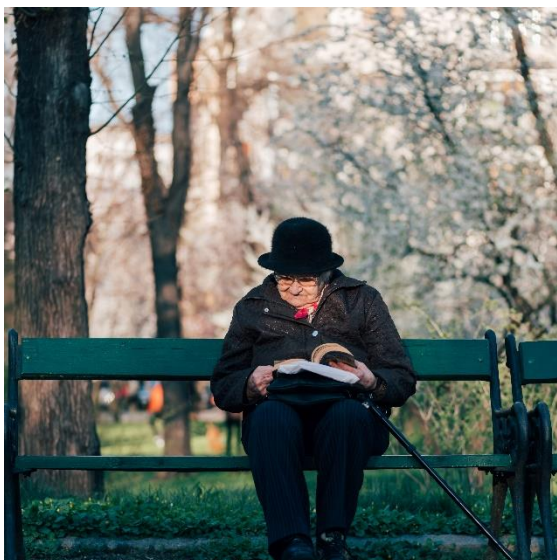
Někdy si lidé mohou myslet, že zavolat na linku důvěry je ostuda, že to znamená selhání a že volají jen lidi, kteří to v životě nezvládli. My to vidíme úplně opačně. Každému je někdy smutno, každý se potřebuje někdy poradit a každý může udělat chybu. Říct si o radu nebo podporu není slabost, ale odvaha.

S kým budu mluvit?

Na lince se potkáte s tzv. krizovými interventy. To znamená, že máme VOŠ nebo VŠ a prošli jsme speciálním vzděláváním pro pracovníky linek důvěry.

Důvěrnost?

To, co nám řeknete, zůstane pouze v našem týmu linky. Z hovorů píšeme krátké záznamy, které jsou dostupné také pouze nám. S dalšími lidmi z Chytré péče (např. s operátory, kteří s Vámi mluví přes tlačítko/hodinky) bychom informace mohli sdílet pouze po Vašem výslovném souhlasu.



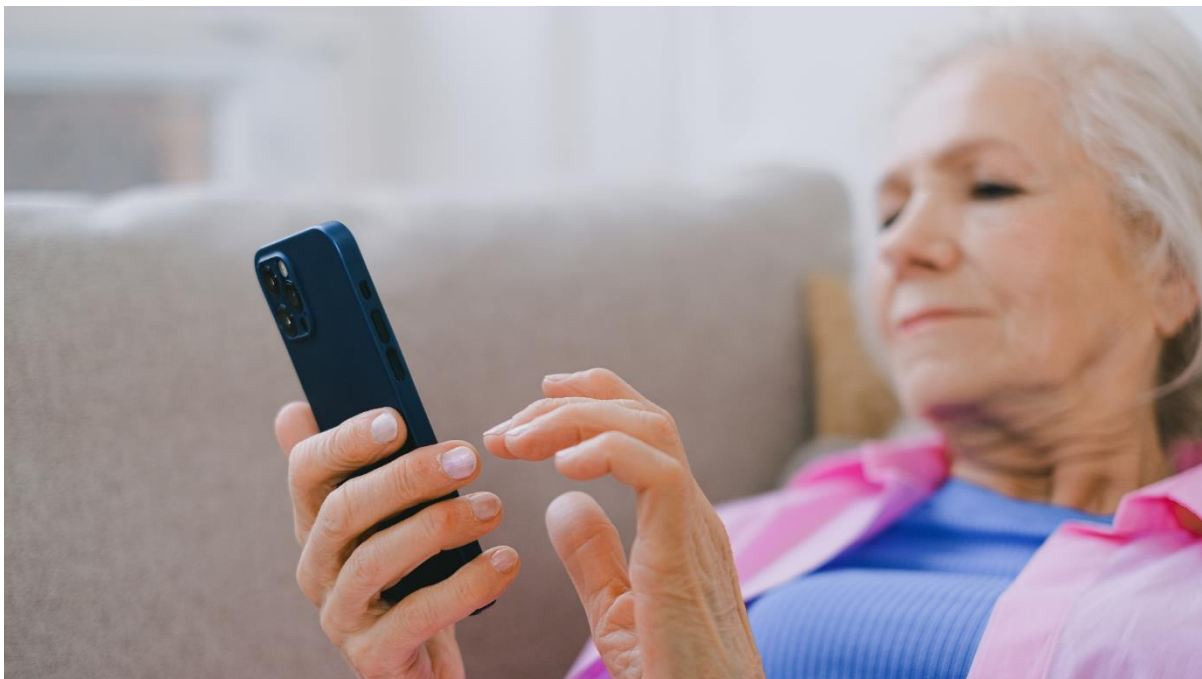
S čím lidé například volají?

Pan Karel (79 let) cítí, že už sám všechno nezvládá. Rád by si zajistil dodávku obědů, a také by ocenil, když by mu občas někdo přišel domů pomoci – především s koupáním, protože se mu samotnému špatně leze do vany. Nechce říkat dětem, které jsou celý den v práci; rád by si pomoc zajistil sám. Na naší lince s ním probereme různé služby, které může využít.

Paní Věra (72 let) volá, protože se jí stýská po rodině. Syn s vnoučaty odjel na 3 týdny na dovolenou do zahraničí, a paní Věra ho tam nechce telefonicky "otravovat". Dokáže se o sebe plně postarat, ale je jí smutno, a chce si na naší lince popovídat o svých vnoučatech a sdílet vzpomínky na hezké zážitky s nimi.

Paní Milada (87 let) nedávno podepsala smlouvu u nového dodavatele energií, který jí slíbil mnohem nižší ceny. Teď ji přišel dopis, že má zaplatit mnohem víc, než platívala původně. Obává se, že asi naletěla nějakému podvodu – stydí se za to, a nechce to říct rodině, aby ji nevynadali, že "zase něco někde podepsala". Na naší lince s ní situaci probereme bez jakéhokoli odsuzování, a společně vymyslíme, jaké má teď možnosti.

Panu Františkovi (82 let) minulý týden zemřela manželka, byli spolu víc než 50 let. Je velmi smutný a těžce se mu zvyká na samotu. Na naší lince chce sdílet pocity smutku i osamělosti, poplakat si a nebýt na to sám.



„Jsme tu pro Vás.“

- Chytrá péče



Chytrý senior

Chytrý senior je časopis, který pro Vás připravuje tým Chytré péče.

Chytrá péče je moderní registrovaná sociální služba provozující tísňovou telefonickou péči dle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách §41 a telefonickou krizovou pomoc §55, která zajišťuje péči v

domácím prostředí pro seniory a osoby se zdravotním postižením. Služba je poskytována v nepřetržitém provozu celoročně, 24 hodin denně, 7 dní v týdnu, po celé České republice i na Slovensku.

800 124 111