

Zpravodaj

Seniorcentrum Opava, příspěvková organizace | Podzim 2026



Úvodní slovo ředitele

Podzim v Seniorcentru Opava

Milí klienti, vážení přátelé a příznivci SCO,

je tady podzim. Pro nás v SCO má zvláštní kouzlo. Léto pomalu předává vládu chladnějším dnům, příroda se začíná oblékat do zlatých, červených a hnědých odstínů a my se po prázdninových měsících vracíme k pravidelnějšímu rytmu.

Co nám přinesly poslední dny? Naši klienti se zapojili do Opavské míle, setkali se při Podzimním jarmarku s dalšími seniory a vyzkoušeli si také netradiční výtvarnou techniku při workshopu v Charitním Domově Opava. Každá z těchto aktivit je jiná. Některé přinášejí radost z pohybu, jiné podporují tvořivost, další vytvářejí prostor pro vzpomínky a povídání. Všechny ale spojuje jedno – lidé se při nich mohou setká-

vat.

A právě setkávání je podle nás jednou z nejdůležitějších součástí života v Seniorcentru Opava. Nejde jen o to zajistit péči a potřebnou pomoc. Chceme, aby naši klienti měli možnost prožívat běžné dny aktivně, podle svých možností a především tak, aby v nich nechyběla radost, kontakt s ostatními a pocit, že jsou součástí dění kolem sebe.

Podzim je pro nás v SCO časem, kdy se více vracíme do našich vnitřních prostor. O to důležitější je, aby byly naplněné životem – hudbou, rozhovory, smíchem, tvořením, vzpo-



Pomohli jsme psímu útulku v Opavě

mínkami i obyčejným společným posezením. V tomto vydání Zpravodaje vás proto zveme nejen k ohlédnutí za tím, co jsme společně zažili, ale také k nahlédnutí pod pokličku našeho každodenního života.

Přejeme vám příjemné podzimní čtení,

*Michal Jedlička,
ředitel Seniorcentra Opava*

Léto, které vonělo po dobrodružství

Léto v Seniorcentru Opava rozhodně nebylo jen o teplých dnech a odpočinku. Bylo plné výletů, společného tvoření, dobrého jídla, zvířecích návštěv, hudby i obyčejných chvil, které se nakonec často stávají těmi nejhezčími vzpomínkami. Vyrazili jsme například ke Stříbrnému jezeru, kde se společně strávené odpoledne spojilo s příjemným posezením a vzpomínkami na rybaření. Klienti Domova pro seniory sv. Kateřiny si užili také výlet do Mlýna vodníka Slámy.

Léto jsme si užívali také přímo v Seniorcentru. Na zahradě se smažily bramboráky, ochutnávali jsme letní dobroty a nechybělo ani osvěžení v podobě melounu. Společné vaření a pečení přitom nebylo jen o jídle. Vůně a chutě často otevírají dveře ke vzpomínkám – na kuchyni maminky, nedělní



Výlet ke Stříbrnému jezeru



Společné odpoledne plné hudby



Den zdraví a prevence

obědy nebo recept, který se v rodině dědil po generace.

A pak jsou tu naši zvířecí návštěvníci. Léto nám zpříjemnily návštěvy pejsků a kočičí kamarádky Loly. Kontakt se zvířaty přináší do běžného

dne jinou atmosféru – trochu něhy, trochu radosti a často také spoustu vzpomínek.

Léto bylo také obdobím setkávání. Oslavili jsme společně jubilea našich klientů, užili si hudbu a dal-

ší programy a vyrazili za kulturou. Možná právě to si z léta odnášíme nejvíc: na krásný den není potřeba nic mimořádného. Stačí výlet, dobrá káva, kousek melounu, píseň, kterou známe z mládí, pes, který přijde pozdravit, nebo člověk, se kterým si máme co říct. A právě z těchto malých okamžiků se skládá velká část našeho společného života v SCO.



Vůně česneku, majoránky a čerstvě smažených bramborových placek se nesla celým domovem



Na výletě v Mlýně vodníka Slámy



Koťčí kamarádka Lola



Na výletě v Mlýně vodníka Slámy

Když se běží společně, cesta je hned veselejší

Už podruhé jsme vyrazili na Opavskou míli. A stejně jako při prvním ročníku pro nás nebylo nejdůležitější, kdo doběhne nebo dojde do cíle jako první. Důležité bylo být u toho. Společně vyrazit ven, rozhýbat se a užít si atmosféru akce, která propojuje různé generace. Skutečně. Opavská míle I tentokrát spojila seniory, studenty, rodiny i zaměstnance SCO. Naši klienti tak měli možnost být součástí události,



která se odehrávala mimo zdi Seniorcentra a která ukázala, že aktivní život nemusí mít věkovou hranici.

„Největší odměnou pro nás nebylo doběhnout do cíle v nějakém čase, ale vidět naše klienty s úsměvem, jak si celou atmosféru užívají. Fandili jsme, povzbuzovali ostatní a hlavně jsme byli společně. Právě takové chvíle nám připomínají, že aktivní život a radost z pohybu nemají věkovou hranici,“ uvedl Michal Jedlička, ředitel Seniorcentra Opava.

Ruce, které umějí tvořit

Zmeškali jste Podzimní jarmark Seniorcentra Opava? Pak jste přišli o krásnou akci!

V sále Seniorcentra Opava se potkali klienti a doprovázející pracovníci z několika zařízení. Své výrobky představili například klienti Domova pro seniory sv. Kateřiny, Pečovatelské služby Seniorcentra Opava, Domova pro seniory Vila Vančurova nebo Domu sociálních služeb sv. Kateřiny v Bolaticích.

Na stolech se objevily nejrůznější výrobky. Každý z nich přitom představoval mnohem víc než jen hotový předmět. Za každým výrobkem jsou ruce, které jej vytvořily. Nápad. Čas. Soustředění. Někdy také pomoc druhého člověka. A především radost z toho, že něco pěkného vzniklo. Tvoření má v životě seniorů své důležité místo. Pomáhá procvičovat jemnou motoriku, podporuje soustředění a kreativitu, ale stejně důležitý je i jeho společenský rozměr. Když lidé tvoří společně, povídají si, vzájemně si radí a sdílejí radost z výsledku.

A potom přijde chvíle, kdy výrobek opustí dílnu a dostane se k někomu dalšímu. To je možná nejhezčí část celého tvoření.



Když barvy dostanou volnost

Dejte nám, malíři, barvy všech druhů, my budem' do mraků malovat duhu... Tentokrát ale nešlo jen o pozorování. Naši klienti dostali možnost sami si vyzkoušet techniku lití akrylových barev a vytvořit si vlastní obraz. Tato technika je zajímavá právě tím, že výsledek nelze úplně naplánovat. Barvy se nalévají na plátno, vzájemně se propojují a vytvářejí obrazce, které se postupně mění. Každé plátno tak vzniká trochu jinak.

A možná právě proto má tato aktivita takové kouzlo. Nemusíte umět kreslit. Nemusíte znát pravidla kompozice. Nemusíte vědět, jak má výsledný obraz vypadat. Stačí začít. Naši klienti si mohli vybrat barvy a sledovat, jak se na plátně postupně spojují. Z obyčejných barev tak vznikaly originální obrazy – každý jiný, každý neopakovatelný...



Přijďte poznat život za našimi dveřmi

Jak se žije v Seniorcentru Opava? Co všechno našim klientům nabízíme a jak vypadá jejich každodenní život? Přijďte se podívat a udělejte si vlastní představu.

Ve středu 7. října 2026 od 10.00 do 15.00 hodin otevře Seniorcentrum Opava své dveře široké veřejnosti. Navštěvníci budou mít příležitost nahlédnout do prostředí, které je domovem našich klientů, prohlédnout si společné prostory a poznat, jak u nás probíhá běžný den.

Den otevřených dveří je příležitostí potkat se s našimi zaměstnanci i vedením Seniorcentra Opava, zeptat se na vše, co vás zajímá, a získat informace o službách, které poskytujeme. Přiblížíme vám nejen naši péči, ale také aktivity a možnosti, které našim klientům pomáhají zůstat aktivními, udržovat své zájmy a žít život podle svých možností a přání.

Zajímá vás, jak vypadá každodenní život seniorů v našem zařízení? Přemýšlíte o vhodné péči pro svého blízkého? Nebo si jednoduše chcete udělat vlastní představu o tom, co Seniorcentrum Opava nabízí? Právě Den otevřených dveří je ideální příležitostí přijít, prohlédnout si naše prostředí a zeptat se na vše, co vás zajímá. „Den otevřených dveří je pro nás důležitou příležitostí ukázat veřejnosti, jak Seniorcentrum Opava skutečně funguje. Chceme, aby lidé měli možnost poznat nejen naše služby, ale především prostředí a lidi, kteří každý den pečují o naše klienty. Osobní návštěva často nejlépe ukáže, že za dveřmi Seniorcentra není jen péče, ale především každodenní život,“ říká Michal Jedlička, ředitel Seniorcentra Opava.



Srdečně vás zveme na

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ



VE STŘEDU 7. ŘÍJNA 2026
od 10.00 do 15.00

Na adrese: Rolnická 1550/24, Opava-Kateřinky

Těšíme se na vás!

*Krásné podzimní dny přejí
všichni z SCO*

