

# Zpravodaj

ČASOPIS PRO KLIENTY SENLIFE A JEJICH BLÍZKÉ



Otevřeli  
jsme třetí  
domov  
Senlife!

# Zpravodaj Senlife

Vážené klientky, klienti, rodinní příslušníci a přátelé Senlife,

nabízíme vám krátké ohlédnutí za jarem v domovech Senlife. Neslo se v duchu jarních tradic, svátků a mnoha setkání: s dětmi ze spřátelených škol, s dobrovolníky, ale i se zvířecími kamarády.

Pro nás v Senlife bylo navíc toto jaro plné příprav a očekávání, protože na jeho konci jsme otevírali náš třetí domov: v zámku v Chodové Plané u Mariánských Lázní. Ve Zpravodaji vám ho také trochu představíme.

Děkujeme vám za přízeň a přejeme pohodové letní dny!

Váš Senlife

Chodová Planá:  
Nový domov Senlife ————— 1

Jaro v Senlife Mělník ————— 4

Jaro v Senlife Tmaň ————— 6

Zvířecí návštěvy  
v domovech Senlife ————— 8

Stěhování do domova  
pro seniory jako velká  
životní změna ————— 9

Letní luštění ————— 11



## Novinky ze Senlife

O dění v našich domovech pravidelně informujeme:

**Na našich sociálních sítích.** Najdete zde aktuální fotografie, videa, informace o aktivitách. Sledovat nás můžete na **Instagramu**, **Facebooku** a **LinkedInu**.

Jedenkrát měsíčně zasiláme rodinám našich klientů **email** s fotografiemi a shrnutím dění v příslušném domově za uplynulý měsíc.

**Odebíráte všechny novinky?**



## ZPRAVODAJ SENLIFE 2/2025 (duben-červen 2025)

Máte tip na obsah do dalších vydání Zpravodaje Senlife? Obratťe se na naši redakci.

Kontakt na redakci: Kateřina Zadáková, zpravodaj@senlife.cz, +420 731 166 774

# Chodová Planá: Nový domov Senlife

Jen deset kilometrů od Mariánských Lázní se nachází nejnovější přírůstek do sítě domovů Senlife – Zámek Chodová Planá. Tato novobarokní památka se po citlivé rekonstrukci proměnila v moderní domov pro seniory, který od července 2025 nabízí **106 lůžek** v režimu domova pro seniory i domova se zvláštním režimem.



Zámecký areál je zasazen do **rozsáhlého parku**, který je považován za cennou dendrologickou lokalitu. K nalezení je v něm mnoho druhů stromů z nejrůznějších koutů světa.

V bezprostřední blízkosti domova se nachází **zahrada pouze pro klienty**, která nabízí několik míst, kde mohou relaxovat: **velkou terasu, altánky pod vzrostlými stromy i minizoo s alpakami** (druh lamy).

Novinkou, která zpříjemní pobyt obyvatelům domova, je také **wellness centrum a senzorická místnost Snoezelen**, navržená pro relaxaci, stimulaci smyslů a zlepšení duševní pohody.

**HISTORIE** Zámek byl postaven na počátku 20. století za hraběte Hanse Ernsta von Berchem-Haimhausena v novobarokním stylu. Okolní park založil hrabě ještě před stavbou zámku a původně v něm stála řada romantických staveb, které ale bohužel po válce zanikly.

Po 2. světové válce přešel zámek do majetku státu a v 50. letech se budova i velká část zámeckého parku staly vojenskými prostory pro plánskou rotu Pohraniční stráže. Vojenský útvar zde působil až do roku 1990.

Zdroj: [www.kudyznudy.cz](http://www.kudyznudy.cz)

## Slavnostní otevření

Ještě před samotným příchodem prvních klientů přivítal Zámek Chodová Planá několik významných hostů. **Ministr kultury Martin Baxa** během své návštěvy ocenil nejen důkladnou rekonstrukci a záchranu kulturní památky, ale především její využití pro tak důležitý účel. Spolu s partnery z **České asociace pojišťoven, České kanceláře pojistitelů a Centra dlouhodobé péče**, kteří celý projekt podpořili, jsme společně přestřihli slavnostní pásku.



V červnu jsme domov otevřeli **široké veřejnosti** v rámci dne otevřených dveří. Zájem předčil veškerá očekávání – během pěti hodin dorazilo **více než 1200 návštěvníků!** Zájemci se mohli připojit ke komentovaným prohlídkám, vychutnat si kávu s dortem, pohovořit s našimi sociálními pracovníci, a připravený byl i doprovodný program pro děti.



**Ptali jsme se:  
Co byste novému  
domovu popřáli?**

„Chtěl bych domovu popřát, aby byl plný spokojených klientů a zaměstnanců.“

Lukáš Drásta, spoluzakladatel Senlife

„Přál bych klientům, aby se tu cítili jako doma.“

Tomáš Eckshlager, spoluzakladatel Senlife

„Mám velikou radost, že se podařilo zachránit cennou kulturní památku a chtěl bych popřát domovu, aby v něm byli klienti a klientky spokojení, a to si myslím, že se určitě stane.“

Martin Baxa, Ministr kultury

# Chodová Planá ve fotografiích



## Jaro v Senlife Mělník

Jaro v Mělníku jsme si užili v celé jeho kráse. Společně jsme oslavili Velikonoce, Čarodějnice i První máj, přesazovali květiny a ochutnali smažené bezové květy. Přivítali jsme děti z nedaleké základní školy, poslechli si hudební vystoupení. S dobrovolníky jsme si zahráli deskové hry a při aktivizačních činnostech vytvořili spoustu krásných výrobků.

Nechyběl ani výlet – Zahradnická akademie v Mělníku slavila 140 let, a tak jsme se vydali podívat. Čekal nás koncert, příjemné počasí a procházka parkem. Moc jsme si to užili!



▲ Oslavy Velikonoc. Pekli jsme jídáše, jarní nádivku, vyráběli velikonční dekorace. A byla i pomlázka!

▼ Čarodějnice a První máj.





▲ Pan Josef, úplně první klient domova Klášter Mělník, oslavil 95 let!



▲ Z výletu na oslavy výročí Zahradnické akademie Mělník.



## Jaro v Senlife Tmaň

Život v Tmani se na jaře nesl v rytmu jarních svátků a tradičních zvyků. Po Velikonocích přišly na řadu Čarodějnice, které jsme letos oslavili opravdu ve velkém – k oslavám a grilování se totiž připojili i příbuzní našich klientů, a tak byla atmosféra obzvlášť veselá.

A tím návštěvy zdaleka nekončily! Každý měsíc k nám zavítaly děti ze ZŠ Loděnice a na setkání před prázdninami si pro nás připravily hudební vystoupení i sportovní hry. Pravidelně nás těšil i náš čtyřnohý kamarád Bizzy a několikrát za námi přišli také dobrovolníci.

▼ Tmaňská olympiáda.



▲ Z oslav Čarodějnic.



▼ Návštěva dětí ze ZŠ Loděnice.



▲ Setkání dámského klubu.



# Zvířecí návštěvy v domovech Senlife

Pokud si klienti domovů Senlife přejí, mají ke zvířecím kamarádům poměrně snadný přístup. To považujeme za důležité, protože přítomnost zvířat má řadu pozitivních účinků: snižuje stres, podporuje sociální interakce a motivuje k pohybu.

Proto...

- se v každém domově Senlife nachází **minizoo**, kde se pasou kozy, pobíhají slepičky a v králíkárně si v seně hoví králíci. V Chodové Plané budou dokonce lamy!
- naše domovy pravidelně navštěvují pejsci v rámci **canisterapie**.
- k nám jednou za čas dorazí i větší zvířecí ansámbl, třeba ze **Setkávání se zvířátky**.

Je to radost!



# Stěhování do domova pro seniory jako velká životní změna

Přechod do domova pro seniory či jiné pobytové služby je pro většinu lidí významným životním mezníkem. Mění se prostředí, denní rytmus i okruh blízkých lidí. Taková změna je pochopitelně náročná nejen pro samotného seniora, ale i pro jeho rodinu.

**Jak se na tento krok připravit a co může celý proces usnadnit?** O zkušenosti se podělila Bc. Lenka Ryšavá, Dis., sociální pracovnice domova pro seniory Klášter Mělník.

## Dobrovolné a nedobrovolné stěhování

Někdy přichází senior do pobytové služby z vlastního rozhodnutí – těší se na nové prostředí, hledá společnost a podporu. Jindy je ale důvodem zhoršení zdravotního stavu nebo jiné okolnosti, které mu už neumožňují žít samostatně. V druhém případě bývá stěhování emocionálně náročnější, protože senior může mít pocit, že ke změně dochází proti jeho vůli.

Klíčovou roli hraje otevřená komunikace mezi klientem, rodinou a sociální pracovníci. Společně plánují, jak přechod provést co nejcitlivěji. Velmi pomáhá, když má senior možnost zařízení předem navštívit, prohlédnout si pokoj a seznámit se s pro-středím. Už při těchto návštěvách si může začít plánovat, jak si pokoj zařídí a co si přinese z domova. Často se tak podaří rozptýlit představu domova pro seniory jako chladného a neosobního místa – a nahradit ji konkrétní, přívětivou atmosférou.

## Vytvořit si nový domov

Do domovů Senlife si mohou klienti přinést osobní věci – fotografie, dekorace, menší kusy nábytku – podle možností daného pokoje. Obklopení známými předměty pomáhá zmírnit pocit odcizení a navodit atmosféru domova.

Výzvou bývá rozloučení s částí majetku. Stěhování z rodinného domu nebo většího bytu do menšího pokoje znamená výrazně omezit množství věcí. Senlife proto poskytuje doporučený seznam toho, co si s sebou vzít. Pokud je to možné, rodina může část věcí seniorovi čas od času obměňovat – například podle sezóny – aby nemusel dělat tak velké kompromisy.



## Péče o rodinu i seniora

Nejde jen o adaptaci seniora, ale i o podporu jeho blízkých. Rodiny mohou prožívat výčitky, že jejich blízký do pobytové služby nastupuje, přestože ví, že jde o správný krok. Otevřená **domluva o tom, jak bude probíhat kontakt** – pravidelné návštěvy, telefonáty, sdílení informací – pomáhá tyto pocity zmírnit. Rodinní příslušníci se také seznamují s péčí, kterou senior dostane, a mohou se přesvědčit, že je v dobrých rukou.



## Adaptační období

První týdny po přestěhování bývají klíčové. Obvykle trvá dva až tři týdny, než si senior na nové prostředí zvykne, ale délka adaptace může být různá podle povahy člověka.

V této době si lidé zařizují pokoj, zdobí ho a začínají se zapojovat do aktivit.

V Senlife se využívá tzv. **životní příběh** – dokument, který senior spolu s rodinou připraví ještě před nástupem. Obsahuje informace o jeho životě, profesi, zájmech a zážitcích. Pečovatelky a aktivizační pracovníci se s ním seznamují, aby mohli seniorovi nabídnout vhodné aktivity nebo ho seznámit s lidmi s podobnými zájmy.

## Tipy pro snadnější přechod do pobytové služby

### Začněte včas

O možnostech pobytové služby mluvíte s rodinou/se seniorem dříve, než nastane akutní situace.

### Navštivte zařízení předem

Prohlédněte si pokoje, společné prostory a seznámte se s personálem.

### Přineste osobní předměty

Fotografie, oblíbené dekorace nebo malý kus nábytku pomohou vytvořit pocit domova.

### Zapojte rodinu

Domluvte si pravidelné návštěvy, telefonáty a sdílení novinek, aby senior zůstal s rodinou v kontaktu.

### Využijte „životní příběh“

Sepište spolu důležité informace o zájmech, zvycích a minulosti seniora, usnadní to adaptaci.

### Buďte trpěliví

Adaptace může trvat týdny, dejte prostor novým vztahům a zvykům.



# Sudoku

		6		7			4	
		2	5			3	1	
	7							
1	6		3	9			7	
			6		7	1	9	
9						4		
			2		3			
7	3							
2		9			4			

		3	7	2		9		1
	7		5					2
			3					5
3		2		5		7		
	8	5						
			9		8			4
9		7						
8						4		
				1				



# Máte zájem o pobyt v domově Senlife?

Ozvěte se nám na **+420 910 929 006**

nebo na **poptavka@senlife.cz**.

Jsme tu pro vás každý pracovní den od 9.00 do 17.00.

## Nadace Senlife

Pomozte někomu prožít hezké stáří ještě dnes.

Podpořte naši nadaci Senlife a přispějte k vytvoření bezpečného domova pro seniory s individuální péčí o seniory. Vaše dary pomáhají poskytovat kvalitní péči pro seniory a zajišťují komfortní prostředí, kde mohou žít důstojně a naplno. Darujte ještě dnes a podpořte tu nejlepší péči o seniory v našich domovech. Každý příspěvek má smysl a přináší radost a pohodlí těm, kteří to potřebují nejvíce.

**Přispějte a udělejte  
někomu lepší den!**

Číslo účtu:

6351256339/0800



## Hezký den!

# Chystané domovy Senlife

Senlife se dále rozrůstá. Pořád hledáme historické (a další) budovy vhodné k rekonstrukci a k provozování Senlife domovů.

V první polovině roku 2026 se těšíme na otevření hned **dvou dalších**.

## Dobrá Voda

Nedaleko Příbrami, v malé vesničce **Dobrá Voda** právě rekonstruujeme budovu prvo-republikových lázní na nový domov Senlife. V domově navážeme na lázeňskou historii místa a v péči o naše klienty budeme místní **prameny** využívat. Působí blahodárně zejména na klouby a kožní onemocnění.

Za domovem v Dobré Vodě nejstojí žádný velký investor, naopak jsme projekt otevřeli i investorům malým. Ti mohou nákupem našich **dluhopisů** výstavbu domova, který nabídne **167 lůžek**.



## Dolní Břežany

Zatím nejbližše Praze bude ležet náš pátý domov. Nachází se totiž v zelené části Dolních Břežan, zvané Zálepy, kam se z Prahy dostanete zhruba za půl hodiny.

Domov nabídne 124 lůžek, přičemž velká část pokojů bude disponovat vlastní předzahrádkou, nebo terasou.

Víte o někom, komu by se v nových domovech líbilo?

Ať se nám ozve na **910 929 006** nebo na [poptavka@senlife.cz](mailto:poptavka@senlife.cz)

Děkujeme za doporučení!



 **Senlife**

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