

Jak vítají jaro v denním centru Astra v Humpolci

Klienti Astry – denního centra pro seniory v Humpolci se již těší a připravují na nadcházející svátky jara. Velikonoce přivítají novými dekoracemi, které si k této příležitosti vytvořili v programu Řemeslné dílny. V letošním roce vyráběli vajíčka technikou nešitého patchworku. „Tato technika mne velice zaujala. I přesto, že vypadá složitě, je jednoduchá, takže jsem zvládla vyrobit vajíček hned několik. Těmi obdaruji rodinu a přátele,“ říká paní Vlasta, klientka denního centra Astra, které v Humpolci provozuje Oblastní charita Havlíčkův Brod.

Kromě této netradiční tvorby však v Astře nebude chybět ani klasické malování vajíček a zdobení voskem. K tradicím velikonočního období patří i čtení pašijí na Velký pátek, kdy si klienti připomínají umučení Ježíše Krista.

Denní centrum pro seniory v tomto období každoročně navštěvují také žáci ze základní školy, aby zde předvedli dramatické pásmo „Vítání jara“, během kterého vynášejí Morenu a vítají příchod nového období. „Vystoupení dětí je vždy krásné a kaž-

dý rok se na ně těšíme. Jsou velmi šikovné a svým vystoupením nám vždy udělají velkou radost,“ chválí školáky paní Marie, která Astru ráda navštěvuje.

Ke konečnému doladění velikonočních příprav tak už jen zbývá uplést pomlázky, aby na Velikonoční pondělí mohly být ženy náležitě „vyplaceny“, a nepříšly tak o svou svěžest a krásu.

Moje druhá rodina

Denní centrum je místo, kde mohou senioři pobývat, zatímco jejich rodinní příslušníci vykonávají svá zaměstnání. Díky tomu nemusejí být vytrženi z rodinného prostředí, na které jsou zvyklí. Čas, který senioři v centru tráví, mohou naplnit rozmanitými aktivitami dle jejich zájmu a momentální nálady.

„Do Astry chodím již několik let a jsem nesmírně vděčná za tuto službu. Jinak bych musela být sama doma. V Astře je velmi příjemné prostředí, kde mohu smysluplně trávit čas ve společnosti vrstevníků, bavit se, být ve společnosti a vracet se s dobrou náladou domů,“ říká dlouhole-



Zdobení velikonočních vajíček s dětmi ze ZŠ v denním centru pro seniory Astra v Humpolci.

Snímky: archiv Astry – denního centra pro seniory Humpolec

tá klientka denního centra paní Jindřiška a pokračuje: „K dobré atmosféře přispívá nesmírně ochotný, vstřícný, milý a vždy usměvavý personál. Astru beru jako druhou rodinu, kam patřím, kde mě mají rádi a kde mi rozumí.“

Živo od pondělí do pátku

V denním centru Astra se střídají pravidelné oblíbené programy, jež si senioři volí a navštěvují dle svého zájmu. Otevřeno je od pondělí do pátku od půl osmé do patnácti hodin. Někteří klienti udržují a zdokonalují svou fyzickou zdatnost při cvičení. Další čerpají sílu při relaxaci či bystří mozkové buňky u trénování paměti. Muzikálně založení si zazpívají během hudebního



Pečení a zdobení perníků v Astře – denním centru pro seniory v Humpolci.

odpoledne a odpoledne s vážnou hudbou nebo si zatančí v rámci taneční terapie. Pro šikovné ruce v centru probíhá Řemeslná dílna, při které si klienti vyrábí nejrůznější zajímavé věci.

Kluby, výlety i turnaj

Každou středu je v centru Kavárnička se zajímavými hosty, kteří hovoří na rozmanitá témata. Milovníci literatury se schází na Literárním klubu, při kterém Astra také spolupracuje s Městskou knihovnou v Humpolci. Ta ochotně zapůjčuje zajímavé knihy a její vedoucí paní Ludmila Trnková centrum pravidelně navštěvuje, aby představila seniorům novinky na knižním trhu. Turisté a cestovatelé si zase oblíbili Video-odpoledne, které vede dlouholetý dobrovolník centra Josef Valenta, jenž divákům promítá zajímavé záběry z nejrůznějších míst České republi-

z Domova blahoslavené Bronislavy.

V letních měsících Astra pravidelně pořádá výlety do zajímavých míst v blízkém i vzdálenějším okolí nebo posezení s muzikou. Denní centrum se také pokaždé účastní tradičního turnaje ve hře Člověče, nezlob se, který se koná ve spolupráci s humpoleckými domovy pro seniory.

Dvanácté narozeniny

Denní centrum Astra slouží seniorům v Humpolci už dvanáct let. „Když vzpomínám na uplynulé roky, vybavím si spoustu milých a příjemných lidí, se kterými jsme v Astře měli možnost se setkat, pracovat s nimi a pomáhat jim. V našich začátcích v roce 2003 využívali službu tři klienti, dnes už jich máme čtyřicet,“ hodnotí uplynulá léta vedoucí centra Bohuslava Medová a dodává: „Tyto úspěchy jsou zajisté dílem našich pracovníků, které citlivě reagují na aktuální potřeby našich klientů, ale také na stále se zvyšující nároky, kladené na kvalitu poskytované sociální služby. Díky patří také mateřské organizaci Oblastní charitě Havlíčkův Brod, pod jejíž záštitou zařízení pracuje a rozvíjí se. A v neposlední řadě i Městu Humpolec, které tuto službu vítá a dlouhodobě podporuje.“

Andrea Kotnová



Astra – denní centrum pro seniory, Školní 730, 396 01 Humpolec, tel.: 565 532 853, mobil: 777 736 069, e-mail: astra@charitahb.cz. Otevřeno ve všední dny od 7:30 do 15 hodin.

Oblastní charita Havlíčkův Brod nabízí seniorům také další služby, jako jsou například pečovatelská služba, domácí zdravotní péče, domácí hospicová péče, osobní asistence, občanská poradna anebo také pomoc dobrovolníků. Více informací najdete na www.hb.charita.cz.