

Pokud se Vám e-mail nezobrazuje správně, [klikněte zde](#).

Poradenské noviny Sue Ryder

Milí přátelé,

naše červnové Poradenské noviny jsou opět ve Vašich e-mailových schránkách a já si neodpustím malý exkurz týkající se významu názvu tohoto měsíce.

Jméno červen se vysvětlovalo různě. Počínaje červenáním jahod a ovoce v tomto měsíci, přes červy, kteří tohoto měsíce působí škody na stromech a ovoci, a konče červeností růže šípkové, která v této době nejbujněji kvete. Tolik odborná literatura.

A noviny, které v sobě nosí motto "Neztratit se ve stáří" už svým názvem připomínají, že budou plné témat, které Vám pomohou zorientovat se v tématech se stářím spojených.

Přeji Vám za celý Sue Ryder příjemné čtení a slunné letní měsíce.

Denisa Ratajová



Poradenství - Neztratit se ve stáří



Sousedy si nevybíráme

Většina z nás má nějaké vysněné bydlení. Někdo chce bydlet v bytě, jiný dává přednost domu. Jeden vyhledává ruch města, druhý touží po klidu vesnice. I když se nám ale podaří koupit byt či dům na místě, o které jsme stáli, neznamená to, že bude domovem, jaký jsme si vysnili. Proto, aby se nám dobře žilo, není důležité pouze to s kým, kde a jak žijeme, ale taky to, kdo žije vedle nás.

Sousedy si nevybíráme, ale vztahy s nimi velmi významně ovlivňují kvalitu našeho života. Pokud se sousedské spory neřeší, mohou přerůst v roky trvající nepříjemnou záležitost, která nakonec otravuje život oběma stranám. [Čtěte více.](#)



Recept na šťastné manželství? Ten v žádné kuchařce zaručeně nenajdete

Spokojené manželství - to je nekončící práce, tolerance a komunikace. Ne každému páru je shůry dáno strávit spolu celý život. O to vzácnější to však je. Na našem poradenském portále [najdete článek](#) právě na téma manželského soužití. Protože kdo jiný, než naše babičky a dědečkové, může o radostech i strastech dlouhodobého soužití vědět více?



Pomůcky usnadňující pohyblivost seniora

Seniorský věk s sebou postupně nese mnohá omezení, která se týkají ztížené soběstačnosti, zhoršené orientace v životě či prostoru, úbytku zrakových, sluchových či paměťových funkcí, ale také zhoršené možnosti pohybu. Každý přirozeně hledá, jak jej zlepšit, aby se dokázal jistěji pohybovat v bytě či venku, sám si došel do obchodu, obstaral si své základní potřeby apod. To zvyšuje jistotu v životě. Pomůcky usnadňující pohyb tak mohou být dílčím řešením. [Podívejte se.](#)



Mezigenerační soužití a násilí na seniorech

Tak jako všechno ostatní, pro co se v životě rozhodneme, i mezigenerační soužití má své výhody a nevýhody. Mezi výhody patří například spolupodílení se na nákladech na údržbu nemovitosti. Snazší výpomoc rodičům, když se dostanou do věku, kdy je fyzická pomoc potřebná. Mnoho takových soužití funguje a je to dobře.

Pokud jste v minulém týdnu nestihli online webinář na toto téma, informace můžete načerpat [z článku právničky a psycholožky Terezy Brunerové](#), kde se zaměřila na následující témata:

- **Co udělat** pro to, aby takové soužití fungovalo.
 - **Jaké jsou varovné signály** nefunkčního soužití, domácího násilí.
 - **Kam se obrátit**, pokud se do takové situace dostaneme.
-



Zaměstnávání lidí ve vyšším věku

Poslední část rozhovoru herce a psychoterapeuta Pavla Kríže s přednostou kliniky prof. MUDr. Milanem Kvapilem, CSc., MBA je věnovaná tématu zaměstnávání lidí v seniorském věku. [Podívejte se.](#)



Služby pro seniory - Jsme tu pro seniory a jejich rodiny



Fotoreportáž: Ladislav Zibura - Pěšky do Sue Ryder

Ladislav Zibura je český cestovatel, spisovatel a novinář, kterého osud zavál i do Sue Ryder. Cestu mu totiž zkřížila naše Kristýna Kadlecová a pozvala ho na návštěvu. A jaký byl? Mladý, hezký, vtipný, a tak nějak celkově okouzlující. Odpovědět uměl všem a na všechno - a to i když se ho paní Danuše (95 let) zeptala na specifika pěstování čeledi vstavačovitě (... neboli orchidejí, což jsme my, méně sečtělí a méně zcestovalí, pochopili až po chvíli). Děkujeme za krásnou přednášku, Ladislave! [Podívejte se.](#)

P.S.: Sue Ryder radí a pomáhá seniorům a jejich blízkým díky podpoře dárců. Máte-li chuť a možnost se k nám přidat i Vy, můžete poslat pomoc na účet 44994422/0800 pod variabilním symbolem %variable%, darovat na www.darekprosueryder.cz nebo použít tento QR kód ve Vašem internetovém bankovníctví.

%qrkdlenakampan%

Děkujeme Vám.



[Zde](#) se můžete odhlásit z naší rozesílky.