

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

# Poradenské noviny Sue Ryder

Milí přátelé,

právě otevíráte říjnové Poradenské noviny. Vybrali jsme témata, která Vás zajímají a na která se ptáte. Další najdete i na našem poradenském webu *Neztratit se ve stáří*, kde je také možné se zeptat na otázky, které Vás tíží.

Velkým tématem pro mnohé z nás může být například příspěvek na bydlení. V době rostoucích cen se může stát důležitou součástí našeho rozpočtu. Proto Vám přinášíme návod, jak jej získat.

Přeji Vám za celý tým klidné podzimní dny.

Denisa Ratajová



## Poradenství - Neztratit se ve stáří



## Ohlédnutí za poradenskými dny

Na přelomu září a října jste měli možnost potkat se osobně s týmem našich odborníků v rámci poradenských dnů. Na třech místech po České republice probíhalo individuální poradenství pro seniory a pečující a také přednášky na zajímavá témata. Kde jsme byli a na jaká témata jsme nejčastěji odpovídali? [Na tyto otázky najdete odpovědi zde.](#)

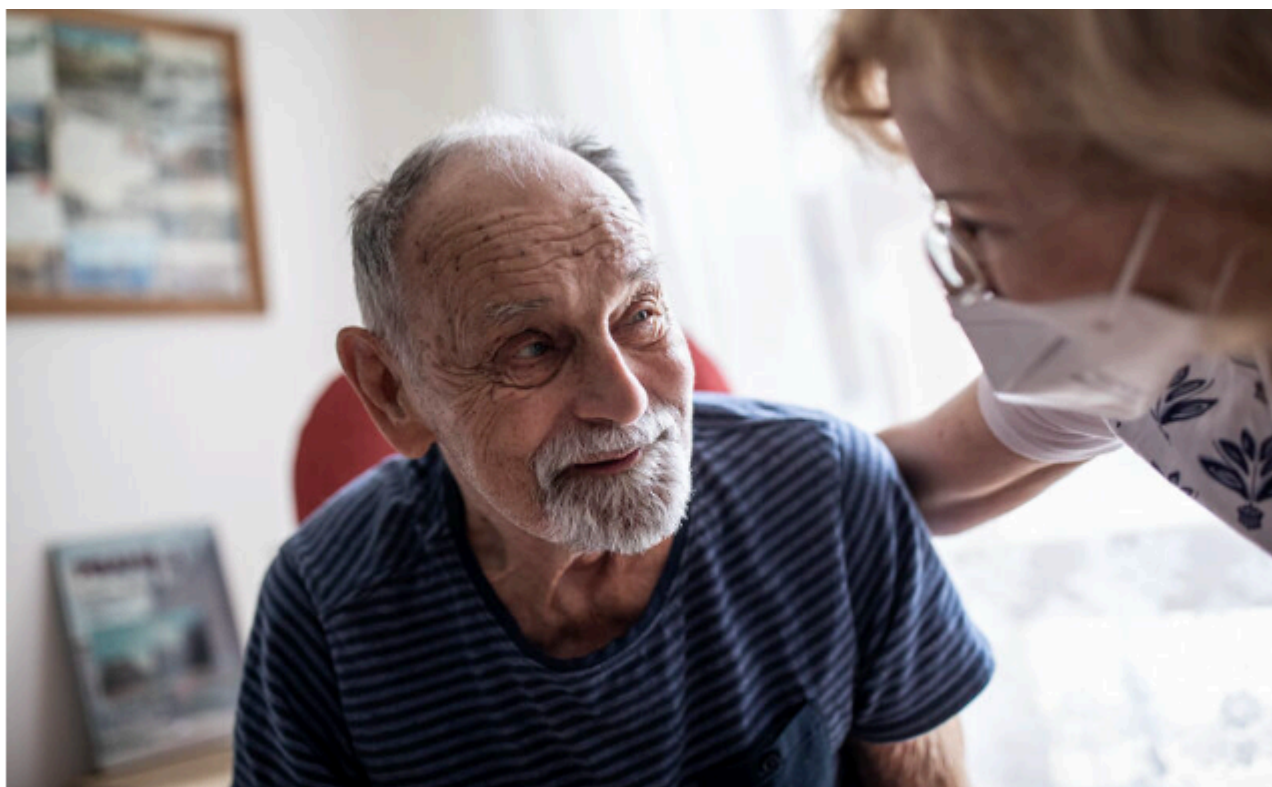
---



## Příspěvek na bydlení

Vzhledem k současné situaci, která je pro mnohé z nás složitá, nastalo několik zásadních změn v oblasti příspěvku na bydlení. Od počátku října se řadě lidí příspěvek zvýšil a mnoho dalších na něj nově získá nárok. Důvodem je zvýšení normativů (tj. předpisů, pravidel), podle nichž se dávka vypočítává. Některé zájemce může odradit množství dokládaných formulářů, nenechte se však zastrašit a využijte této finanční podpory. [V následujícím článku najdete návod, jak na to.](#)

---



## Sociální komise: Kdo v ní je a co hodnotí?

Před nástupem do domova pro seniory je nutné podat žádost do pobytové sociální služby, jejímž posouzením se následně zabývá sociální komise. Každý domov si může stanovit vlastní kritéria posuzování žádostí i vlastní složení členů sociální komise. [Jak takové posuzování probíhá se dočtete v článku naší sociální pracovnice.](#)

---



## Vyzkoušeli jsme křehkost stáří na vlastní kůži

Naše kolegyně zamířily do ČSOB popovídat si se zaměstnanci banky o seniorském tématu. Přinesly s sebou i gerontooblek, který je speciálně vyvinut k tomu, aby simuloval stařecký pohyb se všemi omezeními. *"Vyzkoušeli jsme si společně jaké to je vyjít a sejít schody v gerontoobleku, přečíst text, mluvili jsme o tom, jak se senior cítí ve svém těle. Zaměstnanci odcházeli s tím, že už vlastně chápou, proč babička není schopna vstát z pohovky, proč jim chytrý telefon přiděluje starosti, místo aby pomáhal. A často také zaznělo, že jdou zavolat svému dědovi, protože na něj myslí, jak se asi cítí..."* říká Denisa, vedoucí komunikace Sue Ryder.

Je to jedinečná zkušenost nejen pro ty, kteří seniorům pomáhají, ale i pro ty, kteří mají seniory mezi svými klienty. [Přečtěte si více.](#)

---



## Jakou roli hrají zvířata v našich životech?

Češi jsou údajně národem pejskařů, a nejspíš je to pravda. Poslední průzkumy ukazují, že v České republice žije přes 2 miliony psů a více než 1 milion koček. Mezi seniory je velké množství chovatelů. Často si ale ani neuvědomujeme, jak velkou roli zvířata v našich životech mohou hrát. [Více zde.](#)

---

## 82 % respondentů pečovalo doma bez profesionální pomoci.



### Pečující se museli nejčastěji vzdát:

- Volný čas, dovolená, koníčky
- Soukromí, svoboda
- Práce
- Spánek
- Vztahy s užší rodinou (manžel, děti)



### Směry změn vztahů v rodině:

- Stmelení rodinných vazeb
- Ochladnutí vztahů, vzájemné obviňování, hádky
- Vztahy se příliš nezměnily

## Hledali jsme hrdiny, kteří nejsou vidět. A našli jsme je!

U příležitosti Mezinárodního dne seniorů 2022 jsme pustili do světa dotazník. Chtěli jsme najít statečné lidi, kteří pečovali nebo stále pečují o blízkého člověka v seniorském věku a budou mít odvahu odpovědět na otázky, které jsou ve společnosti tak trochu tabu. Překvapilo nás obrovské množství pečujících, kteří se zapojili. **Už teď máme téměř 2 400 vyplněných dotazníků!** Lidé se s námi dělí o cenné zkušenosti – krásné a dojemné, občas však velmi tvrdé a bolestné. [Už teď z nich vyplývá pár důležitých skutečností.](#)

---

*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](http://www.darekprosueryder.cz) nebo použít tento QR kód ve Vašem internetovém bankovníctví.*

%qrkdlenakampan%

*Děkujeme Vám.*



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