

DOMOVSKÝ ZPRAVODAJ I / 2019

Sanatorium TOPAS, s.r.o.
Československých pionýrů 197
538 07 Seč

1

Časopis je vydáván pro uživatele Sanatoria TOPAS, s.r.o.

Obsah:

1. Úvodní slovo vrchní sestry
2. Naši noví zaměstnanci
3. Proběhlá školení
4. Školení bazální stimulace
5. Nové prostory pro smysl. aktivizaci
6. Vzpomínková kavárnička
7. Schůzky s klienty
8. Projekt „Ježíškova vnoučata“
9. Kosmetický salón
10. Narozeninové oslavy klientů
11. Zprávy z budov
12. Humorné okénko
13. Víte, co znamená...?
14. Informujeme, co se bude dít
15. Obrázek pro dobrou náladu



Úvodní slovo

vrchní sestry Bc. Jany Řebíčkové

Vážení klienti a příznivci Sanatoria Topas Seč,

je mou milou povinností napsat úvodník prvního čísla našeho zpravodaje v roce 2019.

Tak jako v letech předešlých, máme i nyní za sebou úspěšný rok, ve kterém jsme za plného provozu prováděli další práce na zvelebení našeho domova. Patří mezi ně - rekonstrukce kanceláře soc. pracovníků, kuchyňky pro klienty, návštěvní místnosti, vybudování paliativního pokoje, reminescenční místnost, místnost na rehabilitaci, zakoupení nových polohovacích lůžek, zavedení elektronické dokumentace do praxe (program Cygnus 2), vybudování nových místností pro ošetřující personál a jejich následné vybavení PC. Dále pokračuje rozsáhlá rekonstrukce budovy A a stravovací jednotky.

Určitě jsem nezmínila vše, ale i tak se domnívám, že rok to byl sice hodně pracovně náročný, ale díky Vám všem probíhalo vše s lehkostí a bez významných překážek.

Moc Vám děkuji za trpělivost, se kterou jste realizaci všech akcí v průběhu roku snášeli.

Všem úžasným pracovníkům, zvláště z úseku údržby, patří rovněž velký dík za zvýšené pracovní úsilí, které museli v souvislosti s těmito aktivitami vynaložit.

Vážení klienti a zaměstnanci, dovoluji mi, abych tímto Vám všem i Vaším blízkým popřála v roce 2019 hlavně

pevné zdraví, hodně lásky, štěstí a pohody a snad i splněná tajná přání.

Zároveň mi dovolu vzpomenout na všechny klienty domova, kteří nás v roce 2018 opustili a nevčkročili do nového roku s námi. Věřím, že v našich vzpomínkách stále zůstávají.

*Vaše vrchní sestra
Bc. Jana Řebíčková*



Máte zájem o letní brigádu u nás???

Chcete-li si zkusit, jaká je práce v sociálních službách, ať již v přímé péči, nebo jako aktivizační pracovnice či pracovník, nabízíme Vám možnost brigády během letních prázdnin v Sanatoriu Topas, s.r.o. v Seči.

Podmínkou pro přijetí je věk nad 18 let a trestní bezúhonnost.

Máte-li zájem, neváhejte a informujte se u naší vrchní sestry **Bc. Jany Řebíčkové**, na tel.: 774 119 185.

Naši noví zaměstnanci

Vítáme naše nové zaměstnance a všem přejeme, ať se jim práce u nás v zařízení líbí.

Pracovníci v sociálních službách:

Sherstiuk Ludmyla

Skolodchuk Nadiia

Hrytsko Kateryna

Vraná Monika

Zdravotní úsek:

Kratochvílová Iva – staniční sestra budova A

Nováková Marie

Šillerová Tereza

Šírová Eliška

Aktivizační pracovnice:

Cupalová Ivana

Administrativa:

Mrázová Věra

Almed:

Spěváková Petra



Proběhlá školení

- 13. 10.** Konference – „Hořet, ale nevyhořet aneb kde ostatní končí, hospice teprve začínají“ – 1 zaměstnanec
- 15. 10.** Standardy kvality, Etický kodex, Individuální plánování, – všichni zaměstnanci Sanatoria Topas, s.r.o.
- 16. 10.** BOZP, PO, školení řidičů – všichni, pověřeni zaměstnanci
- Říjen/listopad 2018** Kurz pracovníků v sociálních službách – 14 zaměstnanců
- 10. 11.** Základy mediace pro sociální pracovníky – 1 zaměstnanec
- 12. 11.** Ochrana osobních údajů – všichni
- 19. 11.** Hojení ran - zdravotní úsek
- 21. 11.** Sebeřízení v rámci psychohygieny – 31 zaměstnanců
- 8. 1. 2019** Stáž Havlíčkův Brod – psychiatrická nemocnice – 5 zaměstnanců
- 11. 1.** „Biblická blahoslavenství jako inspirace pro sociální práci: o spirituální dimenzi sociálně-pastoračního prac., – 1 zaměstnanec
- 17. a 18. 1.** Supervize – všichni zaměstnanci
- 24. a 25. 1.** Mezioborová spolupráce při léčbě ran a kožních defektů – 3 zaměstnanci zdravotního úseku
- 28. a 30. 1.** Standardy 1-15 – všichni
- 21.2.** Dezinfekce – úklid, zodpovědní pracovníci

Bazální stimulace očima účastnice kursu

Ve dnech 24.-25. 3. 2018 jsem absolvovala základní kurz bazální stimulace, jenž změnil můj pohled na ošetrovatelskou péči. Uvědomila jsem si, že bazální stimulace je součástí naší každodenní práce, která se výrazně podílí na formování vztahu mezi námi a klienty;

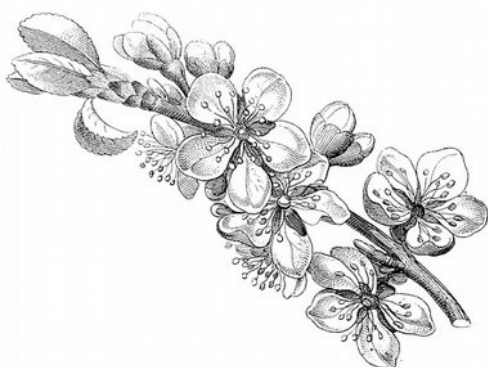
pomáhá odbourávat stres; zlepšuje kvalitu života klientů a zvyšuje bezpečnost poskytované péče, za použití různých technik, zaměření na lepší vnímání dotyků, probouzení smyslů (sluch, čich, chuť, ...).

Tato péče je cílena individuálně na každého klienta, tak aby se dokázal uvolnit, cítil se příjemně a oživily se v dávnu zapomenuté příjemné pocity.

Osobně se mi nejvíce osvědčila poloha označovaná názvem „Hnízdo“, která navozuje pocit jistoty a bezpečí, nesmí chybět příjemná vůně, kterou vytvořím vonnou lampou nebo difuzérem. Důležitý je rovněž správný výběr hudby, přičemž nejvhodnější obvykle bývá relaxační (zvuk vody, přírody, ptáků, ...). Poté přichází na řadu hlazení různých částí těla. Nejvíce se klientům líbí hlazení obličeje, u kterého se dokáží nejvíce uvolnit. Neodmyslitelnou součástí je komunikace, kdy se snažím získat od klientů informace o tom, co se jim nejvíc líbí a je pro ně příjemné. U nekomunikujících klientů je pro získání zpětné vazby důležité pozorování neverbálních projevů, vyjadřujících pocity libosti či nelibosti.

K základnímu kurzu patří i nástavbový, který jsem absolvovala 15.-16. 9. 2018. Byl pro mě přínosnější, protože jsem se naučila další techniky a rozšířila si znalosti. Lektorka Bc. Helena Dvořáková, DiS. byla velice příjemná a dokázala udělat z kurzu příjemný a zábavný zážitek.

*Gábina Svobodová
aktivizační pracovnice*



Nové prostory pro zahradní a smyslovou aktivizaci

V současné době probíhá rekonstrukce místnosti, která bude sloužit pro zahradní a smyslovou aktivizaci. Na počátku jsme vypracovali návrh, jak by měla místnost vypadat, aby byla vhodná pro naše seniory a splnila naše představy o aktivitách, které zde budou probíhat.

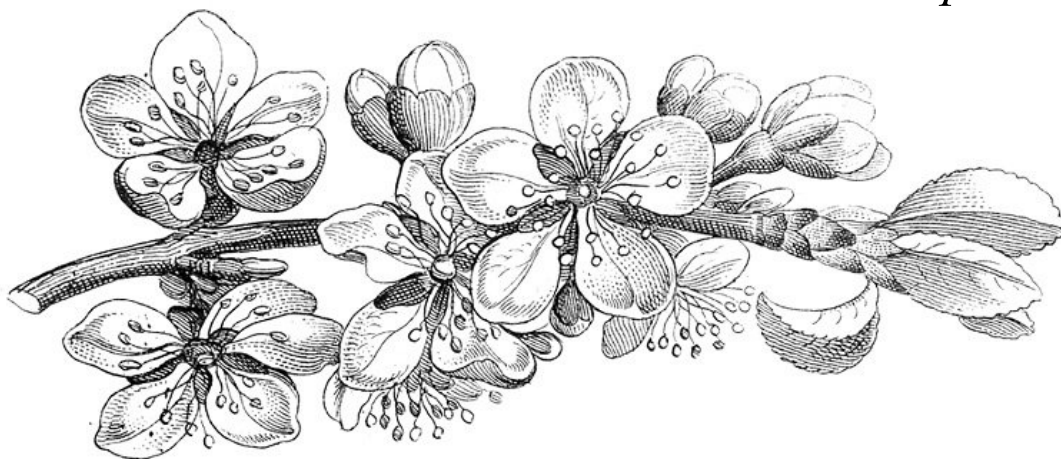
Prvním krokem byla nová výmalba a upevnění všech polic, regálů a nábytku. Tímto bychom chtěli poděkovat za pomoc všem pracovníkům údržby, ale i našim klientům, kteří se s námi podílejí na rekonstrukci nábytku. Místnost sice ještě není hotová, ale stále pokračujeme na jejím zvelebování, aby se zde naši klienti cítili co nejlépe.

V projektu Ježíškova vnoučata jsme na tyto aktivity dostali finanční dar a také velký foliovník, který na jaře postavíme na naší zahradě.

Další rekonstrukce probíhá v zadní jídelně budovy V, kde vznikne odpočinkový kout s knihovnou a posezením.

Těšíme se na jaro a přejeme všem krásné jarní dny.

Kamila Müllerová a Marcela Zuntová
aktivizační pracovnice



Vzpomínková kavárnička

Reminiscenční aktivity v našem sanatoriu jsme nazvali Vzpomínková kavárnička. Moc bych si přála, aby se naše



setkávání stalo příjemně stráveným časem pro naše klienty, ale i jejich blízké.

Protože Ten, kdo vypráví a oživuje příběh a Ten, kdo naslouchá a vnímá jeho barvy a nechává v sobě působit obsah sděleného, se navzájem obohacují.

V naší kavárničce máme svá pravidla, která si vždy na začátku připomeneme a dodržujeme je:

- pravidlo diskrétnosti (mlčenlivosti)
- respektování rozdílů
- snaha dát každému účastníkovi stejný prostor
- vyjadřování pocitů
- fotografování
- mlčení, pokud všichni souhlasí s tím, že každý může mlčet a neříkat vůbec nic.

Jsem ráda, že se Vzpomínková kavárnička setkává s úspěchem a přináší pěkné chvíle, radost a nová přátelství našim klientům i ostatním účastníkům.

Na konci každého setkání si klienti sami volí nové téma, o kterém si příště chtějí povídat, na které chtějí vzpomínat, tak, aby měl každý možnost přinést si nějaký předmět, fotografii či drobnost pro osvěžení vzpomínek. Budeme rádi, pokud nám třeba i Vy přinesete starý, dávno zapomenutý předmět, jenž má tu kouzelnou moc vyvolat ty krásné vzpomínky na časy dávno minulé.

A jaká témata nás v budoucnu čekají: móda, školní léta, koníčky, taneční, plesy a bály, místo odkud pocházím a další. Na krásné vzpomínání se těší

Monika Pavlišová
aktivizační pracovnice

Schůzky s klienty v našem sanatoriu

V našem zařízení se každého půl roku konají pravidelné schůzky vedení sanatoria s klienty. Mohou se zúčastnit všichni klienti, kteří o to mají zájem. Klienti na každé budově jsou informováni o dění v sanatoriu, o tom, co je aktuálně řešeno, ale i o tom, co se bude dít do budoucna. Každý klient má možnost se zeptat na vše, co ho zajímá, vyslovit svá přání, ale i to, s čím není spokojen. Všechny dotazy jsou zodpovězeny a případné stížnosti řešeny tak, aby naši klienti byli u nás spokojeni a cítili se zde jako doma. Poslední porady na obou budovách proběhly 22. a 23. 1. 2019.

Marcela Zuntová
aktivizační pracovnice



Náš velký dík patří všem, kteří se v rámci projektu „Jezíškova vnučata“ zasloužili o to, aby letošní Vánoce byly šťastné a veselé i pro ty klienty, kteří již nikoho nemají...

JEŽÍŠKOVA VNUČATA

I Radiožurnál plní vánoční přání v domovech pro seniory. Přidejte se, je to na Vás.

Projekt „Ježíškova vnoučata“

Letos jsme se stejně jako v minulém roce zapojili do projektu Ježíškova vnoučata. Někteří naši klienti nemají už nikoho z rodiny, kdo by jim mohl před Vánocemi, nebo přímo na Vánoce udělat radost. Vážím si toho, že se díky této aktivitě Radiožurnálu Českého rozhlasu dostanou přání osamělých klientů ze sanatorií či domovů pro seniory k lidem, kteří mají zájem udělat pro úplně cizího člověka něco hezkého. V letošním roce byla splněna jak přání osobní, tak i ta kolektivní, sdílená všemi klienty v sanatoriu. Mám radost z toho, jak velký je zájem o to, udělat někomu radost.

*Lenka Stýblová
aktivizační pracovnice*



Ježíškova vnoučata jsou dobrý nápad. Klienti měli velkou radost ze soukromých i společných darů, ačkoliv někteří z obdarovaných jen těžko chápali, jak to, že jim cizí lidé něco dávají, když se přece neznají. Byli překvapení a

často dojatí, když pochopili, že je obdarovali zcela neznámí
hodní lidé, kteří myslí i na druhé a chtějí je něčím potěšit.

*Marie Kolářová
aktivizační pracovnice*



Ježíškova vnoučata udělala radost mnoha opuštěným starým lidem v pobytových zařízeních pro seniory. Pro klienty to byla velká radost a často i silné dojetí. Pro mě velký zážitek plný emocí.

*Jana Moravcová
aktivizační pracovnice*



Tento charitativní vánoční projekt Českého rozhlasu plní osamělým lidem v pobytových zařízeních jejich vánoční přání. Přání našich seniorů byla splněna a přinesla mnoho radosti. Protože jsem se sama zúčastnila předávání dárků vícekrát, mohu říci, že pokud se obdarovaní mohli s dárci osobně setkat, byla radost dvojnásobná.

Čas společně strávený v slavnostní adventní atmosféře, společná vyprávění a něčí zájem, který už asi nečekali, byl pro naše klienty nepopsatelným zážitkem. Většina z nich už příliš nelpí na věcech, ale lidské slovo, něčí zájem, naplnění prázdnoty jsou pro ně nesmírně cenné a ničím nenahraditelné.

Tito dárci se s našimi seniory podělili o svůj čas, viděli, jak jejich dárek udělal radost, a na oplátku si odváželi dobrý pocit ze splněného snu. Z tohoto pohledu je podle mne tento projekt jedinečný.

*Kamila Müllerová
aktivizační pracovnice*



Projekt Ježíškova vnoučata je moc krásný, líbí se mi myšlenka, že vánoční dárek dostanou i Ti, kteří ho nedostali už dlouhá léta. Osobní předávání dárků bývá náročné jak pro předávající (čas, emoce, očekávání, možná obava), tak i pro personál, protože jsou realizována často o víkendech či mimo pracovní dobu. Radost, kterou klientům, předávajícím i personálu přináší, za to však určitě stojí.

*Monika Pavlišová
aktivizační pracovnice*



Projekt Ježíškova vnoučata je dle mého názoru dobrá věc a je dobře, že probíhal i v našem sanatoriu. Je moc hezké, že i v dnešní uspěchané době se najdou lidé, kteří chtějí udělat radost osamělým seniorům. Pro obdarované je dle mého názoru často nejprínosnější právě osobní kontakt s Ježíškovými vnoučaty, která si udělají čas, přijedou za nimi na návštěvu, stráví s nimi pár chvil a svůj dárek jim předají osobně. Rozhovor může potěšit obě strany. Kdybych se této akce v roli dárce účastnila, určitě bych chtěla toho seniora, kterého jsem si vybrala, navštívit osobně, vidět ho a případně si s ním popovídat. Osobní kontakt fotka nenahradí.

*Marcela Zuntová
aktivizační pracovnice*



Projekt Ježíškova vnoučata na mě působí velice hezky. Nejenže osamělí senioři dostanou dárky, od maličností až po velké dárky, ale často dostanou i krásné a nezapomenutelné zážitky. Není nic hezčího, než vidět jejich rozzářené oči plné radosti a dojetí.

*Lenka Mazurková
aktivizační pracovnice*

Díky tomuto projektu jsme si všichni uvědomili, kolik je skvělých lidí, kteří mají srdce na pravém místě. Bylo velmi krásné být uprostřed tohoto dění, setkávat se s Ježíškovými vnoučaty, telefonovat, odepisovat na milé emaily. I když nepopírám, že to někdy bylo docela náročné, zvláště v předvánočním období. Některé z dárků se uskuteční i během roku, a to je o to pěknější. Děkujeme za tento nápad, a to nejen kvůli našim klientům, ale kvůli nám všem.

*Alena Cipryánová
vedoucí aktiv. pracovníc*



Kosmetický salon

Snad každá žena si přeje být krásná. V rámci aktivizačních činností se snažíme 1x týdně klientkám z obou budov tento sen splnit a připravujeme pro ně prožitkové kosmetické odpoledne. Klientky si mohou



vybrat masáž rukou pro celkové uvolnění, čištění a masáž pleti nebo líčení. V útulném prostředí za poslechu příjemné hudby klientky relaxací stráví část odpoledne a již se těší na další schůzku v rámci kosmetického prožitku.

*Jana Moravcová
aktivizační pracovnice*

Narozeninové oslavy klientů

Narozeninové oslavy klientů proběhly 15. 10., 12. 11., 19. 12. 2018 a 15. 1. 2019. Jako při každé oslavě nechyběl náš milý harmonikář Lád'a Cepl. Oslavenci dostali malé pohoštění, přáníčka a drobné dárky. Všichni jsme si mohli společně zazpívat i zatancovat. Na tyto chvíle se vždy moc těšíme.

Únorovou oslavu narozenin jsme vzhledem k chřipkové epidemii raději odložili na březen, kdy bude akce společná pro únorové i březnové oslavence.

Zprávy z budov:

Dožínky

Nastal čas dožínek, ani u nás v Sanatoriu tomu nemohlo být jinak. Dožínky jsme naplánovali na 19. 10. 2018, ale



přípravy začaly již den předem, kdy aktivizační pracovnice připravily jako překvapení pro klienty štrúdl a houstičky. Druhý den hned po snídani začala oslava. Na jídelnách se hrálo na kytary, zpívalo se a tancovalo. Rozdával se štrúdl a houstičky. Byla připravena malá výstavka plodin, které se v tuto dobu sklízí. Všem se oslava moc líbila.

*Lenka Stýblová
aktivizační pracovnice*

Nová morčátka v našem zařízení

Po smutné události, kdy nás opustila morčice Růženka, jsme se s klienty nemohli smířit s tím, že bychom byli bez tak úžasného tvora jako je morče.

A tak k nám po nějaké době přišla budoucí maminka devítiměsíční krátkosrstá Anička a tříměsíční rozeta

Maruška. Aničce porod proběhl dobře, narodila se jí 4 zdravá morčátka. Tři samci a jedna samice. Po dosažení zhruba dvou měsíců si samečky vzala naše kolegyně (původní majitelka Aničky a Marušky), abychom těch morčátek v sanatoriu nakonec neměli až moc.

Samičku pojmenovanou po naší kolegyni Olinka jsme si nechali zde v sanatoriu s ostatními samicemi. Naším



morčátkům přejeme pevné zdraví.

V říjnu rovněž proběhla přednáška pro klienty, tentokrát o životě morčat.

Přednášky o zvířatech jsou zde velice oblíbené, těšíme se na další.



*Marie Kolářová
aktivizační pracovnice*

Meggy

Zdravím Vás všechny, jmenuji se Meggy, je mi 7 měsíců a jsem fenka plemene mops. 9. 10. 2018 jsem začala chodit k Vám do sanatoria, abych všem dělala radost.



Mám před sebou ještě mnoho a mnoho práce, abych uměla to, co má umět



canisterapeutický pes. Moje panička Lenka je moc ráda, že ji doprovázím do zaměstnání. Mám Vás všechny moc ráda a těším se na další návštěvy u Vás.



*Lenka Stýblová
aktivizační pracovnice*

Návštěva kočičky Megie v našem sanatoriu

V listopadu 2018 nás navštívila moje kočičí kříženka siamské rasy s rasou snoe. V té době jí bylo 8 měsíců. Byla s námi celý den. Zatímco klienti pozorně poslouchali přednášku o kočkách, Megie mezi nimi pobíhala, některým si dokonce lehla i do klína a nechala se hladit. Ukázala, že se nebojí a má velkou chuť k jídlu. Někteří klienti si její

přítulnost užívali i po přednášce. Všichni si měli možnost prohlédnout taktéž příslušnou chovatelskou výbavu. Například doma vyrobený pelíšek, moderní toaletu a přepravku, ve které přicestovala. Kočička se líbila nejenom klientům, ale i zaměstnancům našeho sanatoria. Megie je zdejšími klienty i zaměstnanci vždy vítána.

Marie Kolářová
aktivizační pracovnice

Oslava dne seniorů

V rámci oslav dne seniorů jsme pro naše klienty připravili překvapení. Aktivizační pracovnice napekly různé sladké dobroty, koláče a řezy. Všichni klienti dostali od každého druhu kousek, k tomu se podávala černá káva se šlehačkou. Oslavenci si na sladkých dobrotách moc pochutnali.



V odpoledních hodinách nás již po druhé navštívilo umělecké duo z divadelního spolku NETRATRDLO. Společně jsme si zazpívali různé písničky z pohádek, někteří si zavzpomínali si na svá mladá léta při hitech 60., 70. a 80. let, při kterých jsme s větším či menším úspěchem zkusili rozhýbat celá těla a tančili jsme až do konce vystoupení. Všichni jsme si společnou zábavu užili a těšíme se na další návštěvu.

Lenka Mazurková
aktivizační pracovnice

Ohlasy našich klientek Marušky H. a Blanky Č. na soutěž „Umím, umíš, umíme“

Dne 23. 10. 2018 jsme se s našimi klientkami zúčastnili



v Havlíčkově Brodě
pěvecké soutěže
pořádané Domovem pro
seniory. Obě naše
účastnice šly do soutěže
s velkým nadšením. I
když krátce, přesto velmi
pilně nacvičovaly zpěv a
těšily se.

Po soutěži se k ní obě vyjádřily. Maruška H.: „Bylo to moc pěkné. Líbila se mi atmosféra v domově. Provázela nás celou dobu. Krásná vystoupení, vynikající oběd a na závěr společné zpívání. To nikdo neplánoval. Nečekala jsem, že tady prožiju tak hezké chvíle.“

Blanka Č.: „Jsem moc ráda, že jsem mohla jet do Havlíčkova Brodu. Když jsem viděla a slyšela některé soutěžící, brečela jsem. Bylo to krásné. Líbilo se mi tam a chtěla bych jet znovu.“



Obě zpívaly lidové písničky a moc je potěšilo, když

rozezpívaly celý sál. Jsou na svůj výkon hrdé a zároveň neskrývají velký obdiv k výkonům ostatních soutěžících.

*Jaroslav Bleha, hudební doprovod,
pracovník PPS*

Návštěva naší klientky u žáků v šesté třídě na Základní škole v Seči

14. 11. 2018 jsme navštívili zdejší žáky šesté třídy, aby jim naše klientka paní Marie H. Mohla povyprávět o svém dětství. Děti se neostýchaly a měly mnoho zvědavých otázek. Jedna z nich byla, zdali má paní Marie ráda zvířata. Po kladné odpovědi následovalo vyprávění o tom, že také v našem sanatoriu máme zvířata. Paní Marie si nejvíce oblíbila morčátko. Jedno děvče se chlubilo, že má doma 20 morčátek, jiná holčička má zase koně.

Otázky byly různé, třeba jestli klientka v dětství hodně zlobila, zda pila mléko od krávy a zda na ní jezdila. Děti se ptaly také na její zážitky z války. O tom paní měla hodně co vyprávět a děti to skutečně zajímalo. Nejzajímavější otázka byla od jednoho chlapce, zda někdy hrála hru „horký brambor“ s granátem. Dětem se návštěva velmi líbila, mně a paní Havelkové taktéž. Byla to krásně strávená vyučovací hodina.

*Marie Kolářová, aktivizační pracovnice
a klientka paní Marie Havelkové*

Hlas zvonů 1. 11. 2018

Opět jsme se po roce sešli v dušičkovém čase, abychom si zavzpomínali na rodný kraj a uctili památku blízkých. Zapálili jsme svíčky, o navození správné

atmosféry a přenesení se tam, kde to známe, se postaral hlas zvonů.

Vzpomínky, které jsou spojeny s emocemi, umožňují z paměti snadněji vyvolat děj, a to už zbývá jen krůček ke společnému sdílení.

Připravila jsem ukázky různých typů zvonků, od kovových po keramické. Každý si mohl vyzkoušet, jaký má který zvonek zvuk a co mu připomíná. Z obrázků jsme hádali, k čemu jaký zvon sloužil a jestli jsme se s ním v životě setkali. Kladli jsme si navzájem otázky a probouzeli paměť.

Na závěr našeho setkání jsme si společně připravili malé občerstvení - jablkový kompot. Každý se zapojil, a tak jsme si za chvíli pochutnávali na teplém kompotu provoněném hřebíčkem, skořicí a citronem.

Děkuji všem, kteří se našeho setkání zúčastnili, a těším se na další.



*Kamila Müllerová
aktivizační pracovnice*

Ronovské zpívání

20. 11. 2018 se na nás a naše klienty opět přijela podívat děvčata z Aerobic Bubbles Seč s paní Koutnou a jejím synem Kájou. Kromě aerobiku mají děvčata také



velmi ráda hudbu. Všechna hrají na hudební nástroje a zpívají. Pásmo vánočních koled v jejich podání nám navodilo již téměř vánoční náladu. Děkujeme!

*Alena Cipryánová
vedoucí aktiv. pracovníc*

Sněhulák z pneumatik

Zima už klepala na dveře, pomalu nastával čas na zimní radovánky a stavění sněhuláků, ale sníh stále nikde. Sníh byl nedostatkovým zbožím, ale v hlavě se mi zrodil nápad: „Což takhle udělat si sněhuláka trochu jinak? Z pneumatik!“

Díky našim šikovným údržbářům nebyl žádný problém sehnat staré nevyužité pneumatiky a mohli jsme přikročit k realizaci. Ale s kým? No, s kým jiným, než s našimi šikovnými klienty.

Nejprve jsme museli odstranit špínu a prach, aby pneumatiky byly čisté. A potom už jsme mohli začít natírat. Sehnali jsme bílou barvu a natírali a natírali. Bylo potřeba několik vrstev, tak aby každá pneumatika byla hezky bílá. Na kulatou desku jsme



namalovali oči, pusu a místo nosu jsme k desce přivrtali mrkev. Pak jsme celý „obličej“ přivrtali k pneumatice. Na tělo jsme namalovali černé knoflíky, ovázali šálu kolem krku, připevnili klobouk a sněhulák byl na světě.

Pokud si někdy budete chtít udělat svého vlastního sněhuláka, tak budete potřebovat:

- Staré pneumatiky (kolik to záleží na tom, jak velkého sněhuláka chcete)
- štětce a bílou barvu (nejlépe Balakryl)
- šálu
- černý kbelík
- desku na obličej, která se dá přivrtat
- vrtačku
- hřebíky

*Gábina Svobodová
aktivizační pracovnice*

Turnaj v šipkách

Dne 29. 11. 2019 v našem zařízení proběhl předvánoční turnaj v šipkách. Jsou zde nadšení hráči, kteří se pravidelně scházejí a poměřují mezi sebou své síly. Rozhodli jsme se proto, že pro ně uspořádáme turnaj v tomto oblíbeném sportu. V deset hodin již byli všichni účastníci připraveni a my mohli náš první turnaj v šipkách



odstartovat. Všichni hráči hráli s nadšením a předháněli se se svými výkony. Turnaj se velice vydařil a jelikož všichni byli úspěšní, tak každý dostal diplom a zlatou medaili.

*Lenka Mazurková
aktivizační pracovnice*

Mikuláš

Stejně jako každý předešlý rok jsme i letos 5. 12. společně s klienty uspořádali tradiční Mikulášskou nadílku na budově V i A. Protože všichni naši klienti byli během celého roku hodní, zasloužili si samozřejmě mikulášský balíček. Mikuláš, anděl a čert nezapomněli navštívit ani klienty, kteří se společné nadílky neúčastnili.



Navštívili je na pokojích, zeptali se, jak se jim daří a nadělili i jim balíček plný dobrot. Všichni byli spokojení a Mikuláš, anděl a čert slíbili, že se u nás zase za rok objeví.

*Jana Moravcová
aktivizační pracovnice*



Vánoční posezení

11. a 12. prosince 2018 jsme připravili pro naše klienty Vánoční posezení. Kdo měl zájem přišel do jídelny, která již byla svátečně vyzdobená - všude vonělo cukroví a jehličí, z gramofonu se linuly koledy v přítmí svítil vánoční stromeček. Ve vzduchu byly cítit Vánoce. Společně jsme si zazpívali několik koled, pak přišel čas na hru: Vánoční hádání a ti úspěšní dostali i malou odměnu. Nezapomnělo se ani na dárečky a tak nastalo rozbalování a radost ze splněných přání.

Vzácní hosté - „Škola“ a „Školička“

Adventní čas nám dne 17. 12. 2019 přišly zpříjemnit děti ze ZŠ Seč se svým sborečkem pod vedením paní učitelky Jitky Klaudové. Připravily si pásmo koled a vánočních písní, které mělo obrovský úspěch.

Aby toho nebylo málo, přišly k nám i dětičky z MŠ Seč s paní ředitelkou Vendulou Beránkovou a všemi ostatními učitelkami. Děti zazpívaly koledy, známé i novější, a vykouzly úsměv na tváři všem přítomným.

Protože si ochoty dětí i jejich vedoucích velmi vážíme, připravili jsme si jako poděkování a překvapení vystoupení i my, zaměstnanci sanatoria v čele s naší vrchní sestrou Janou Řebíčkovou. Jednalo se o krátké pásmo koled, které jsme statečně dětem zazpívali. Nejen, že jsme se dočkali krásného potlesku, ale část koled děti i klienti zpívali s námi.

*Monika Pavlišová
aktivizační pracovnice*

Návštěva Vánočního jarmarku v Seči





Výlet na zámek v Pardubicích 29.1.2019

29. 1. 2019 jsme se s klienty vypravili na pardubický zámek. Někteří klienti se podobného výletu zúčastnili již na podzim loňského roku a přijeli nadšení. Vzpomínali na útulnou kavárnu, zajímavou přednášku a pávy, kteří se procházejí zámeckým nádvořím.

A tak se na první letošní výlet jelo opět do Pardubic. Šikovný řidič autobusu pan Kápička vymanévroval ze sněhem zavátých cest sanatoria a slunečným ránem jsme



se ubírali k pardubickému zámku. První zastávkou byla malebná zámecká kavárna, kde na naše klienty již čekala výborná káva a koláč. Kavárna byla prodchnuta hřejivou laskavostí své majitelky a příjemnou, pohostinnou atmosférou. Po kávě jsme se s klienty přesunuli do výstavní síně. Výstava na téma 100 let změn města Pardubic byla působivá. Zaujalo nás velké množství fotografií, dokumentů, vitriny s ukázkou šatů a doplňků prvorepublikových, válečných, budovatelských i téměř soudobých. Ve filmové projekci jsme mohli vidět i návštěvu prezidenta T. G. Masaryka v Pardubicích. Z výstavy jsme se vydali opět do kavárničky, kde jsme plni dojmů v klidu poobědvali. Poté jsme za doprovodu zdejších krásných pávů došli k autobusu a rozjeli se zpět k domovu s úsměvy a dobrou náladou.



Výlet se opravdu vydařil, s radostí a novými prožitky se těšíme už teď na další.

*Ivana Cupalová
aktivizační pracovnice*

Humorné okénko:

U lékaře doma zvoní telefon. Ze sluchátka se ozve kamarádský hlas jednoho jeho kolegy:

„Co je s tebou? Potřebujeme čtvrtého do karet.“

„Chvíli vydržte, hned jsem u vás“, odpovídá lékař.

Když si obléká kabát, manželka se ho ptá: *„Je to vážný případ?“*

„Určitě to bude něco hodně vážného“, odvětí lékař.

„Už jsou u toho tři doktoři.“

Za rozjíždějícím se autobusem utíká muž. Autobus stále zrychluje. *„Haló, pane,“* volá škodolibě pootevřeným oknem jeden cestující, *„nás už nechytíte.“*

„Doufám, že jo,“ sípá muž, *„já jsem totiž řidič!“*

V jedné zapadlé moravské vesničce žije bezmála stodvacetiletý stařeček. Doslechli se to novináři, a hned se u dědova domku rojili jako včely. A ptají se dědy, jak to dělá.

„Za svůj věk vděčím našemu panu doktorovi,“ odvětil skromně stařík. *„Než se od něj dočkám pomoci, vždycky mě to umírání přejde!“*

Přijde babička na svatbu a říká: *„To je ale škaredá nevěsta!“* *„No dovolte, to je moje dcera!“* Babička se omlouvá: *„Promiňte, nevěděla jsem, že jste její otec!“*

„No dovolte, já jsem její matka!“

Víte, co znamená...

Být v bryndě – mít nepříjemnosti. Být ponořený v nějaké břečce není nic příjemného. Proto se tohoto slovního spojení užívá ve spojitosti s nepříjemnostmi, potížemi nebo trapnými situacemi.

David a Goliáš – vítězství malého nad velkým, důvtipu nad hrubou silou. Podle starozákonní pověsti deprimoval „obr“ Goliáš, více než dvoumetrový bojovník z Gatu, izraelské vojsko krále Saula tím, že každý den vyzval na souboj jednoho z Izraelských, a toho zabil. Do Saulovy armády však přišel pasáček a budoucí král David, který se Goliášovi postavil jen s pasteveckou holí, taškou na oblázky a prakem. Když se mu těžkooděncem Goliáš vysmíval, zabil ho David ranou kamenem z praku do čela.

Držet palce – přát štěstí, úspěch. Držet palec v zavřené pěsti znamenalo při starověkých gladiátorských zápasech zdržovat smůlu a neštěstí, kdy poražený gladiátor mohl žádat o milost, ale gestem s palcem otočeným dolů dávali lidé najevo, že si přejí jeho smrt. Zamávání šátečkem znamenalo, že si lidé přejí milost.

Hroší kůže – být otrlý, necitelný, lhostejný, neoblomný. Hroch má kůži silnou 2 cm a je téměř nezranitelný.

Chytat lelky – oddávat se nečinnosti, lenošit, nic nedělat. Lelek lesní je stěhovavý pták velikosti kosa, s mimořádně

širokým zobákem. Hmyz loví většinou večer a v noci za letu tak, že otevře svůj široký zobák a čeká, co mu do něj vlétne. A protože den tráví nečinně přitisknutý k zemi, pařezu nebo kmeni stromu, ale pro jistotu taky s doširoka otevřeným zobákem, stal se symbolem nečinného čekání s otevřenými ústy.

Informujeme, co se bude dít:

Kromě našich pravidelných aktivit, kterými jsou:

Mše svatá - slouží pan farář Mgr. Milan Vrbiak;

návštěvy řádových sester s připraveným programem;

kroužky a aktivity dle zájmu klientů. Dále plánujeme velikonoční dílničku, přednášky o zvířátkách a dle přání klientů, rybaření, návštěvy zvířat - Megii, poníci, koncert malého dětského orchestru, návštěvu skautů a další...

Březen:

18. 3. Oslava narozenin klientů

19. 3. Oslava svátku Josefů – špekáčková hostina, den pro muže - budova V

21. 3. Vítání jara - živé květy, procházka po okolí

22. 3. Oslava svátku Josefů – špekáčková hostina, den pro muže - budova A

27. 3. Světový den divadla - filmový klub

Duben:

Oslava narozenin klientů

1.-5. 4. Modrý týden

9. 4. Zabíjačka

11. 4. Přednáška o Parkinsonově chorobě

18. 4. Zelený čtvrtek – návštěva kůzlátek v sanatoriu

21. 4. Velikonoční jarmark na Seči

24. 4. Den Země – úklidová akce v okolí Sanatoria

29. 4. Mezinárodní den tance - budeme tančit, muzika

30. 4. Čarodějnice s ohýnkem a špekáčky

Květen:

Oslava narozenin klientů

Chceme se zúčastnit Májového koulení v HM, ale zatím
neznáme přesný termín akce

Den Slunce - začátkem května

Den hasičů - termín dle časových možností hasičů

14. 5. - 16. 5. - dny pro ošetřovatele a ostatní personál

Červen:

Oslava narozenin klientů

Oslavíme Mezinárodní den dětí – vyrábíme výrobky
pro děti

Plánujeme výlet – zatím je několik variant možného cíle
cesty (Babiččin dvoreček, Slatiňany, Veselý kopec)

Sportovní týden

**Přejeme Vám veselé Velikonoce
a bohatou pomlázku**



Obrázek pro dobrou náladu

Sanatorium Topas, s.r.o., pobočka Seč