

DOMOVSKÝ ZPRAVODAJ II / 2016



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



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

Obsah:

1. Úvod
2. Dění v sanatoriu
- 3.
- 4.
- 5.
6. Evaluace poskytovaných služeb
7. Sečská přehrada
8. Humorné okénko
9. Kvízy, pranostiky, křížovka
10. Svatojánská noc
11. Informujeme, co se bude dít



Úvodní slovo

vrchní sestry Bc. Jany Řebíčkové

Vážení klienti a příznivci Sanatoria Topas Seč,

co se zdálo neskutečně vzdálené, je realitou! Máme tu léto se vším všudy a k tomu ještě hodně pozitivních změn v našem zařízení. První a jistě nejzásadnější změnou je odkoupení areálu p. ředitelem MUDr. A. Kučerou. Již nyní se plánuje budování nové centrální kuchyně a nové kotelny. Dále budeme rekonstruovat zadní křídlo budovy V a budovu A .

Další a zásadní změnou je navázání spolupráce s MUDr. R. Svobodou v zastoupení MUDr. B. Sotonové. Již nyní mám od Vás hodně pozitivních ohlasů a jsem za to ráda.

V měsíci květnu proběhl v našem zařízení kurz „Bazální stimulace“. Základem BS je zprostředkovat člověku vjemy z vlastního těla a stimulací organismu mu umožnit lépe vnímat okolní svět. Bylo proškoleno pět našich zaměstnanců a tento tým bude techniku BS zavádět do praxe.

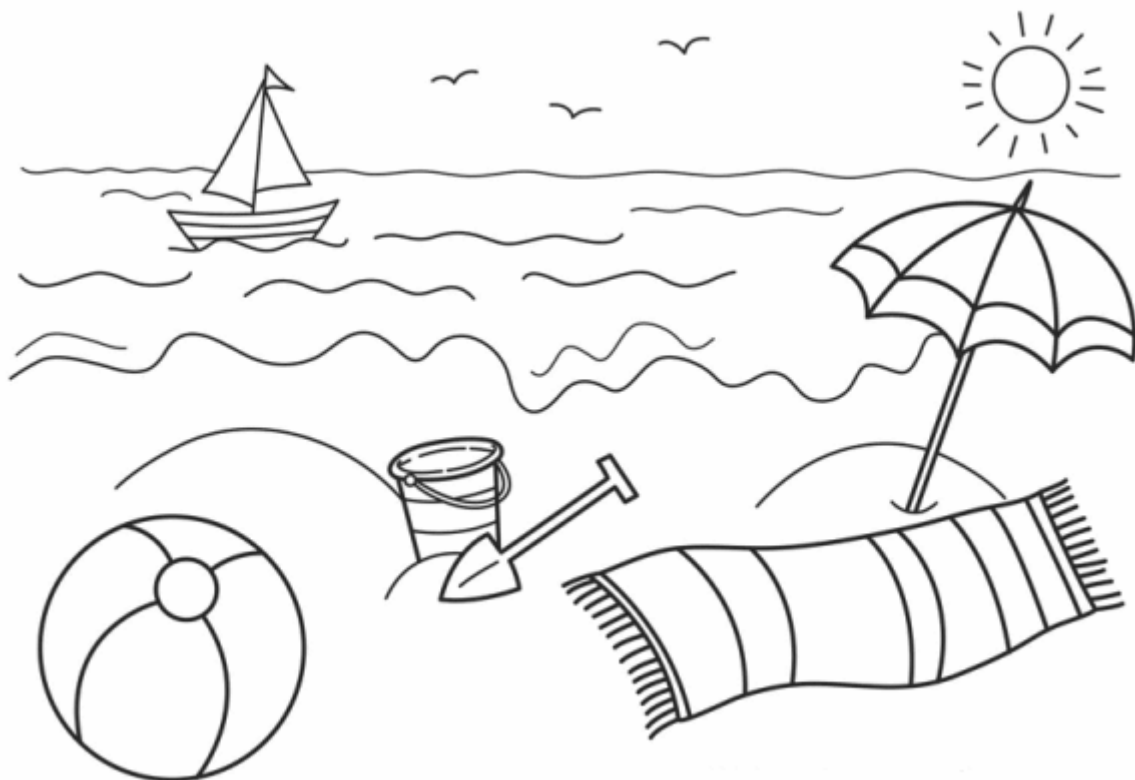
Od června posílila naše řady na budově A nová staniční sestra paní Bc. Jana Sokyrová.

Ve druhém čtvrtletí jsem společně s vedoucí přímé péče A. Ryšánkovou absolvovala kurz „Tena expertek“, a následně byl vytvořen inko tým, který má za cíl naplánování optimální inko pomůcky pro klienta, a především podporu kontinence v ošetrovatelském zařízení.

Je ještě hodně dalších krásných novinek, o kterých se dočtete na následujících stránkách, a doufám, že i Vám udělají stejnou radost jako mně.

Přeji Vám krásné léto, děkuji Vám za Vaše názory a podněty, které jsou pro nás neskutečnou inspirací a hlavně děkuji Všem zaměstnancům za jejich práci!

**Vaše vrchní sestra
Bc. Jana Řebíčková**



Dění v sanatoriu

Druhé čtvrtletí roku 2016 proběhlo ve znamení pokračujících změn.

Bylo pořízeno nové odsávací zařízení, přístroj na měření CRP, vážící křeslo pro imobilní klienty, klozetová křesla, nástavce na WC, zástěny pro zajištění intimity klientů.

Jídelny klientů na obou budovách byly vybaveny novými, pro ně pohodlnějšími a praktičtějšími židlemi, v koupelnách přibyly židle na koupání.

V přízemí budovy V je od července klientům k dispozici 6 masážních křesel.



V rámci aktivizace bylo zavedeno pravidelné každodenní protažení v tělocvičně, na budově V byla vytvořena nová šicí dílna a proměnou prošla místnost ergoterapie, která nyní nabízí příjemnější prostředí pro společně trávený čas.

Nabídka aktivizačních činností byla rozšířena a klienti z obou budov si mohou vybrat z mnoha zajímavých aktivit dle svého zájmu: kroužek šití, vaření, turistika, zahradní terapie a přírodovědecký kroužek, aromaterapie, canisterapie, muzikoterapie, pravidelná středeční tématická kavárna. Nově začaly i probíhat pravidelné středeční nákupy pro klienty.

Zprávy z budov

Klienti z obou budov oslavili svoje narozeniny.



K dobré náladě oslavencům i gratulantům již tradičně přispěly harmonika a zpěv pana Ladislava Cepla.

Přednášky o Islandu s videoprojekcí pana fotografa Plašila se zúčastnilo mnoho klientů a velice se líbila. V průběhu bramborového dne jsme si povídali o bramborách, vyráběli bramborová razítka a pochutnali si na jídlech z brambor. S dubnem jsme se rozloučili pálením čarodějnic s opékáním buřtů.

V květnu jsme pekli kremrole, ochutnali koktejly a uspořádali výlet do integračního centra Kosatec v Pardubicích. Dámský klub provoněl budovy aromaterapií. Den italské kuchyně jsme si zpříjemnili ochutnávkou pizzy a povídáním o Itálii.

V červnu jsme podnikli výlet na zámek v Chotěboři. Den maďarské kuchyně zaujal nejen dobrým jídlem, ale i povídáním si o tradicích Maďarska. Překvapením byla středeční jahodová kavárnička. Sportovní den proběhl za slunečného počasí v okolí areálu dne 22.6.2016, účastníci soutěžili v sedmi disciplínách. Nálada byla báječná, jak dokládají naše fotografie:

Sportovní den - fotoreportáž





Světový den zdraví

Tento rok připadl na 7. dubna. Slaví se po celém světě, na všech kontinentech. Cílem je připomenout si důležitost zdraví a zdravého životního stylu. I my, klienti sanatoria Topas, jsme si tento den společně připomněli. Naše ergoterapeutky nám nachystaly ovoce a my jsme vyráběli ovocné saláty. Jedna parta měla salát z pomerančů, banánů, kivi, jablek, který osladili medem. Druhá parta připravila salát z kivi, pomerančů, jablek, vloček a kysané smetany. Oba saláty byly vynikající.

Renata Bejblová, klientka

Pálení čarodějnic

Odpoledne 29.4.2016 jsme se sešli na zahradě budovy A. Přišli mezi nás i klienti z druhé budovy. Pan Vavřina s panem Barešem připravili ohniště. Udělali jsme si okolo ohniště výzdobu vlastnoručně vyrobenými čarodějnicemi. Počasí nám přálo, bylo to moc pěkné odpoledne. Opékali jsme buřty. Hezky jsme si zazpívali při kytáře pana Jadrného. náš dík patří pracovním ergoterapie, které pro nás toto odpoledne připravili.

Jarmila Koláriková, klientka

Den Slunce

Dne 3.5.2016 proběhl na ergoterapii budovy A Den Slunce. Paní Miluška nás seznámila s významem tohoto dne. Poté jsme si povídali o důležitosti slunce. Shodli jsme se na tom, že bez slunce by nebylo života na Zemi. Slunce je život !! Vyrobili jsme si sluníčka dle své představivosti a fantazie.

Jarmila Koláriková, klientka

Sladké vzpomínání

Dne 5.5.2016 jsme na ergoterapii budovy v vyráběli s našimi terapeutkami kremrole. Kdo mohl pomohl, všichni se snažili, co mohli. Vzpomínali jsme na své kuchařské úspěchy i nezdary, užili si spoustu legrace a nakonec si pochutnali na vlastním výrobku. O tom, jak se nám kremrole povedly se můžete přesvědčit z našich fotografií.

Oluše Tlapáková, klientka





Světový den koktejlů

13.5.2016 – hned ráno, nás klienty, čekalo překvapení - ochutnávka koktejlů. Děvčata z ergoterapie nám vyrobila vynikající koktejly: Bowle, Mojito, Horká krev a Banánový sen.

Mojito se skládalo z citronové vody s mátou. Bylo velmi osvěžující. Banánový sen nám připomínal banánový koktejl. Byl hustý a sladký. Horká krev a Bowle byly zajímavé a chutné. Měly nádhernou barvu po červeném ovoci.

Děkujeme terapeutkám za krásně strávené odpoledne.

Renata Bejblová, klientka



Integrační centrum KOSATEC

Výlet do Pardubic do integračního centra Kosatec. Autobus nás naložil po snídani. Cesta rychle ubíhala a za chvíli jsme byli na místě. Integrační centrum je v centru Pardubic a těžko jsme ho hledali. Nakonec se to zdařilo. Přivítali nás kávou a štrúdlm. Shlédli jsme integrační video. Na závěr jsme si mohli prohlédnout dílny.

Ocenili jsme vysokou vybavenost. Jen neměli příliš výrobků, které by nám mohli ukázat. Výlet jsme zakončili v krámku zdravé výživy „Pardubanda“ – jež patří také pod Kosatec.

Renata Bejblová, klientka

Vzpomínky na vojnu

Dne 26. května jsme se sešli a společně zavzpomínali na vojenské zážitky. Každý si rád připomněl svoje útvary, ve kterých sloužil, např. u raketového vojska. Ptali jsme se na účel i provádění přípravy raket krátkého i dlouhého doletu. Probrali jsme i službu u výsadkového vojska a některé zážitky při seskoku padákem. Vyprávění budila velký zájem. Při besedě byla podávána káva a drobné občerstvení.

Pan Tábořský, klient

Italský den

Dne 30. května jsme s klienty uspořádali posezení a povídali si o italské kuchyni. Hlavním tématem bylo seznámení s tradičními italskými pokrmy. Při povídání jsme si pro klienty připravili ochutnávky typické italské

pochoutky - pizzy.

Zdena Musílková, aktivizační pracovnice



Bramborový den

Když na sklonku patnáctého století přivezl známý korzár a mořeplavec sir Walter Raleigh anglické královně Alžbětě I. brambory, královna údajně ochutnala jen nat' a vyplivla jí s tím, že tohle nikdy nikoho nezaujme.

Zanedlouho poté se však ukázalo, že tahle rostlina, z níž se dají jíst jen hlízy, zásadním způsobem obohatí kuchyni Starého orientu. k nám se dostaly o něco později z německých Branibor (odtud název) a daly vzniknout kostrbáčům, drncákům, smrazkům a škramplutům - tedy bramborákům. Jednoduchému jídlu, na jehož názvu se v Čechách mnohdy neshodne jedna vesnice s druhou.

Své o tom vědí nyní i naši klienti, kteří se poslední

dubnovou středu zúčastnili bramborového dne. V rámci tématického programu si také zkusili uvařit bramborové placky nebo chlupaté knedlíky a vytvořit umělecká díla s pomocí tiskátek ze syrových brambor. Na své si přišly všechny smysly nadšených účastníků i spokojených organizátorek.

Iva Horáková, aktivizační pracovnice

Zámek Chotěboř

Dne 8.6. 2016 jsme pro uživatele připravily celodenní výlet do Chotěboře.

Navštívili jsme zámek a prošli zámecký park, kde jsou krásní pávi a nachází se tam mnoho vzácných dřevin. Vyfotili jsme se u obrovského buku. Poté jsme se vydali navštívit město, tam jsme se občerstvili v cukrárně. Počasí nám přálo a výlet se všem moc líbil a těší se na další.

Miloslava Tarasová, aktivizační pracovnice



Canisterapie

V měsíci dubnu jsme pozvali do našeho santoria paní Janu Kandovou s jejími pejsky plemene Kavalír King Charles španěl. Toto setkání mělo u našich klientů takový úspěch, že byly domluveny pravidelné návštěvy Mušky, Sára, Jackie a Cayi jednou za tři týdny.





Evaluace poskytovaných služeb

V průběhu měsíce dubna proběhla evaluace poskytovaných služeb na budově A i V. Výzkum byl proveden formou dotazníku se 14 otázkami, které byly zaměřeny především na poskytovanou péči. Na budově V se z celkem 122 dotazníků vrátilo 39 vyplněných. Budova A měla návratnost 50%, bylo rozdáno 110 dotazníků.

První otázka se týkala spokojenosti uživatele s poskytnutím informací od sociálního pracovníka před a během příjmu do zařízení. Na budově V bylo 92% uživatelů spokojeno. Na budově A 91% dotázaných odpovědělo, že jsou velice spokojeni či spokojeni.

Následujícím tématem bylo, jak je klient spokojený s prostředím Sanatoria Topas, s.r.o. Na základě odpovědí klientů budovy V můžeme říci, že klienti jsou spokojeni s vybavením pokojů (90%), s úklidem pokojů a společenských prostor. Velmi kladně bylo hodnoceno i prostředí sanatoria. S negativními odpověďmi jsme se setkali ve věci venkovního posezení a soukromí při návštěvách. Tento problém se v současné době řeší, dojde k úpravám.

Na budově A 87% vyhovuje vybavení pokojů, s úklidem je spokojených 95%. Klientům budovy A také nevyhovuje to, že nemají soukromí při návštěvách.

K otázce, zda jsou spokojeni s lékařskou péčí, někteří uvedli následující: „Mělo by dojít ke změně praktického lékaře.,,

Klienti budovy A jsou s lékařskou péčí spokojeni, 84%, přesto upozorňuje na nedostatečnou péči ze strany lékaře, přejí si častější návštěvy lékaře u pacientů a kontroly zdravotního stavu, snížení dávky tlumících léků. Náprava byla provedena změnou praktického lékaře.

Další oblastí zkoumání bylo hodnocení ošetrovatelské péče. Většina respondentů na budově V, což je v tomto případě 95% se shodla na tom, že jsou s prací ošetřujícího personálu spokojeni. Podle respondentů by se měla zvýšit kvalita personálu a personál by se neměl na patrech tak často střídat. Také vidí problém v častosti koupání, která by se měla zvýšit. Naopak snížit by se měla uspěchanost při ošetrovatelské činnosti.

93% klientů z budovy A je velice spokojeno nebo spokojeno s prací personálu.

Počet pracovníků byl navýšen o jednoho pracovníka na 8 hodinovou ranní směnu na každém patře budovy V. Na budovu A byl přidán jeden pracovník. Posílena byla také noční služba na budově V, a to o jednoho pracovníka. Z budovy A se jedna z pracovníků ergoterapie přemístila na budovu V.

V dotazníků nás dále zajímalo, jak je to v našem zařízení s respektováním intimity. Na budově V se shodli na tom, že personál respektuje při koupání a převlékání soukromí a intimitu člověka. V dotazníku jsou přesto uvedeny věci, které by se měly zlepšit. Klienti by spíše preferovali pomoc při koupání a převlékání od ženské části

personálu. Některým také vadí převlékání před jiným klientem.

Dle odpovědí klientů budovy A (98%) můžeme konstatovat, že personál respektuje při koupání a převlékání soukromí a intimitu člověk.

V současné době jsou objednány zástěny do koupelen a na pokoje.

V sanatoriu přichází klienti do styku s velkým počtem personálu. Zajímalo nás tedy chování zaměstnanců. Podle odpovědí z budovy V (90%) můžeme říci, že jsou pracovníci zdvořilí s dovětkem, že záleží vždy na konkrétním člověku. Klientům nevyhovuje, že personál bez zeptání otevírá okna v jídelně a pouští televizor. Při vstupu do pokoje klepe na dveře 79%, pozdraví 80% a slušně osloví 90%. Otázka, která zjišťovala ochotu a vstřícnost personálu, vyšla pouze 5% negativních.

Z budovy A jsou odpovědi následující. Dotázaní uživatelé se shodli, že personál při vstupu do pokoje klepe na dveře (82%), pozdraví (91%) a klienta slušně osloví (91%).

Personál byl následně poučen a informován o zásadách slušného chování ke klientům.

Další okruh otázek byl zaměřen na stravování. S množstvím stravy na budově V jsou klienti z 80% spokojeni a podle 54 % je strava chutná a pestrá. Na budově A- klienti jsou spokojeni s množstvím stravy (75%) nespokojení většinou uvedli, že se pokrmy často opakují a uvítali by větší porce, více klasických pokrmů. Jídelníček by klienti rádi doplnili o více jednoduchých,

běžných, českých jídel, např. více řízků. Jídla by měla mít srozumitelné názvy. Někteří by si přáli větší nabídku, aby si mohli vybrat z více jídel – alespoň oběd. Zlepšit kvalitu jídla.

Kuchyně se v současné době snaží vařit racionálně, z tohoto důvodů některým klientům přijde strava málo ochucená a málo omaštěná. Podle respondentů by měl být jídelníček bohatší na vitamíny, saláty nebo pribiňáčky.

Se službou prádelny jsou klienti budovy V z 26% nespokojeni. Z externí prádelny se vrací poničené zipy, utrhané knoflíky nebo je prádlo sražené. Na červenec je domluvena schůzka s vedením prádelny. Klienti z budovy A jsou z 83% spokojeni. Upozorňují pouze na to, že se občas něco ztratí.

S aktivitami v našem zařízení je hodně klientů spokojeno. Pouze by rozšířili jejich pestrost. V současnosti je nabízeno několik zájmových kroužků.

76% klientů z budovy A se vyjádřilo, že jsou spokojeni nebo velmi spokojeni s aktivizací. Návrhy na zlepšení se týkaly pestrosti a četnosti aktivit. Klienti projevíli zájem o návštěvu ZOO v Jihlavě. V letním období by rádi navštívili hrady a zámky v Čechách. Přání prodloužení vycházek alespoň v letním období o půl hodiny. Více chodit na vycházky do města a do přírody.

Klienti se cítí v Sanatoriu Topas, s.r.o. na Seči bezpečně. Vyplývá to z odpovědí respondentů, což je 79% z budovy V a 45% dotázaných z budovy A zaškrtnulo odpověď „ano, vždy“ a dalších 38% má pocit bezpečí a jistoty občas. Pocit jistoty a bezpečí nepocituje 7% respondentů, tj. 4 dotázaní. Jako důvod uvádějí pocit

strachu z jedinců: „někteří lidé jsou agresivní“, „jsou zde jedinci, kterých se každý obává“.

79% uživatelů budovy V by také doporučilo službu svým známým. Z budovy A by službu sanatoria doporučilo 60 %.

Poslední část dotazníku byla zaměřena na návrhy klientů, jak zlepšit poskytování služeb. Klienti budovy V by si ve shrnutí přáli personální posílení přímé péče a její provoz zajistit v klidném tempu. Zlepšení si představují i po technické stránce – lepší práci prádelny, změnu stravování. Imobilní klienti by si přáli více bezbariérových WC.

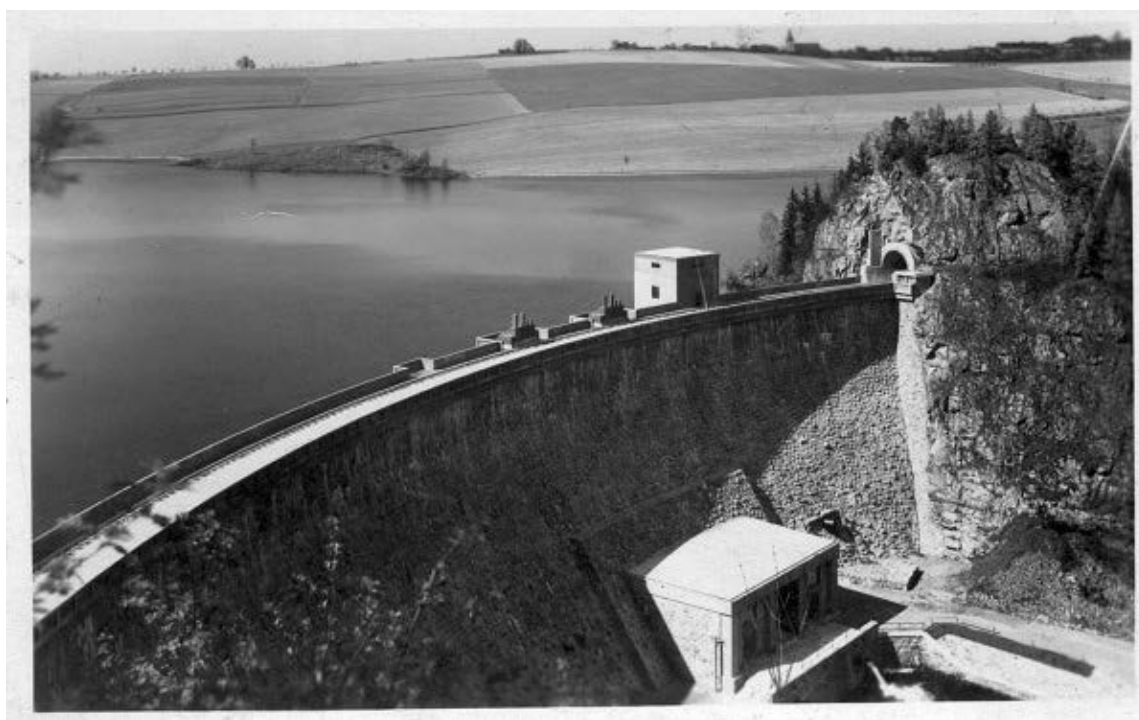
Na budově A navrhují lepší lékařskou péči, chybí práce psychologa, žádají personální posílení přímé péče, zvýšit kvalitu a úroveň kulturních akcí, zajistit větší bezpečí klientů. Zlepšení si uživatelé představují i po technické stránce – lepší práce prádelny, zkvalitnit stravování, lepší vytápění pokojů, zlepšit úklid, častější mytí oken a praní záclon.

Tímto ještě jednou děkujeme klientům za vyplnění dotazníků a doufáme, že se nám podaří naše nedostatky napravit nebo alespoň zlepšit k jejich spokojenosti.

Sečská přehrada

Přehrada Seč byla postavena v letech 1925 - 1934 firmou Vendelín Dvořák podle návrhu firmy Ing. Ctibor. Hráz je zděná a byla postavena ze žulových bloků mezi skalisky, na nichž se nacházejí zříceniny hradů Oheb a Vildštejn.

Výška hráze činí 42 m a její šířka v koruně 165 m. Zadržuje 22 milionů m³ vody. V roce 1947 byla uvedena do provozu i vodní elektrárna.



Gravitační, oblouková hráze, vystavěná na rulách a žulách železných hor. Pro oba její líce byl použit opracovaný kámen kyklopského a řádkového tvaru. Na koruně hráze jsou umístěny strojovery návodních uzávěrů spodních výpustí. Převod velkých vod je tvořen pětistupňovým kaskádovitým přepadem, který je situován

nalevo od hráze. V koruně má hráz přehrady Seč šířku 165 m a její horní část je přemostěna silničním mostem. Vstup na most na hrázi je volný a na jedné straně je z něj krásný výhled na celou přehradu, zatímco druhá nabízí úchvatný pohled do 42 m hluboké propasti.

Přehrada poskytuje možnosti pro celou řadu volnočasových aktivit. Kromě míst na koupání a provozování vodních sportů se kolem přehrady nachází také velké množství značených turistických a cyklistických tras.



Humorné okénko

Stojí dvě blondýny u výtahu. Jedna má ruce plné tašek s nákupem. Řekne proto té druhé: „Prosím tě, zavolej výtah.“ Druhá blondýna zavolá: „Výtahůůů.“



Povídají si dva sedláci: „Taky ti vichřice poškodila stodolu?“

A ten druhý: „Já nevím, já ji ještě nenašel.“

Ráno vejde strážce do cely a oznamuje vězňovi: „Pepo, tvůj soused dnes v noci utekl.“ „No konečně! Už bych stejně déle nevydržel to vrzání pilníkem!“



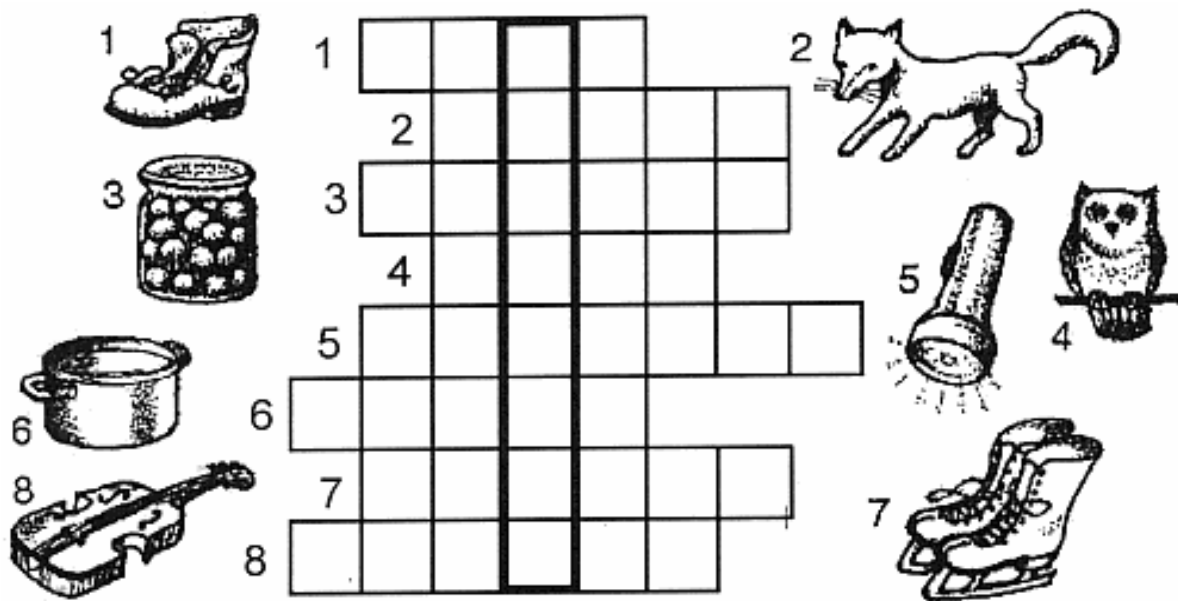
Dva policisté stojí na křižovatce a jeden povídá druhému: „Poslouchej, včera jsem viděl slepého, jak si čte noviny.“ „Nekecej, určitě si jen prohlížel obrázky.“

Pranostiky, křížovka

„Když duben laškuje, bývá mnoho sena a obilí.“

„V máji vlhko, chladno - bude vína na dno.“

„Červen červený jako z růže květ.“



Vítězové minulé křížovky:

Petr Šorčík – budova A

Svatojánská noc

„Na svatého Jana otevírá se létu brána“

Podobně jako filipojakubské noci připisovala se tajuplná moc i noci svatojánské. Významnost tohoto dne bezpochyby souvisí s letním slunovratem 21. června, který byl v životě našich předků vždy významným dnem.



Svobodní mládenci přeskakovali hořící vatry na znak mužnosti, aby se zalíbili své vyvolené. Svobodné dívky vily věnce mládencům, zpívaly písně a tančily kolem vatry. Lidé jedli skromně, pili hodně vody a rozjímali o životě. Duchovně se očišťovali tak, že házeli negativní myšlenky a neduhy do ohně. Na papírech měli napsané problémy, kterých se chtěli zbavit, a ty pak hodili do hořící vatry.

Tajná přání psali na papír, někdy i na kámen. Tato přání zahrabali pod strom. Věřili, že se jim do roka splní. Aby

měli po celý rok dost životní síly, pili červené víno a noc zakončili písněmi, chvalozpěvy, modlitbami nebo taky milováním v přírodě.

Původně se u svatojánské noci jednalo o pohanský svátek - vítání slunce. Slunce v tento den dosahuje na obloze svého vrcholu a má také největší sílu. Od tohoto dne pak zase postupně slábne. Je nejdelší den a nejkratší noc.

Svatojánská noc je evropský lidový svátek slavený v předvečer 24. června, svátku Jana Křtitele. Typickým znakem jsou svatojánské ohně pálené na kopcích. Dalším důležitým symbolem je čarování, týkající se především sběru bylin a milostné magie. s magií lásky souvisí víra v devatero bylin, což jsou dívkou tajně v noci natrhané luční květy, ze kterých uvine věneček, aby s jeho pomocí zjistila, koho si vezme.

Informujeme, co se bude dít

V červenci - uspořádáme celodenní výlet do Památkové rezervace Betlém v Hlinsku v Čechách. Čeká nás „Cesta za pokladem“, s turistickým kroužkem navštívíme zříceninu hradu Oheb zde na Seči a proběhne den řecké kuchyně s videoprojekcí Řecka.

22.7.2016 se budeme vzdělávat – zájemci se budou moci zúčastnit semináře s lékařkou na téma Diabetes

mellitus.

V srpnu – Vás pro změnu seznámíme s francouzskou kuchyní a památkami Francie, připravujeme povídání Ing. Fabiánka klienta budovy A, vojáka ve výslužbě, který pracoval jako radiolokační technik. Uspořádáme také letní zahradní párty s grilováním.

V září – se během dne americké kuchyně můžete těšit na pravý hamburger, turistický kroužek vyrazí za poznáním na hrad Žleby a další...

Pokud nám bude přát počasí, budeme chodit po celé léto k přehradě za účelem koupání a projížďky na loďkách či šlapadlech. Doufáme, že si na své přijdou i příznivci houbaření, které hodláme spojit i se sušením a zpracováním „úlovku“. Během pobytu na čerstvém vzduchu chceme sbírat také lesní plody, které poté využijeme v kroužku vaření.

Plánujeme také rozšíření nabídky zájmových kroužků o kroužek rybářský a připomínáme všem uživatelům, že se aktivizační pracovnice, které je zajišťují, těší na jejich účast a každý klient si může vybrat činnost, která jej nejvíc zajímá.