DOMOVSKÝ ZPRAVODAJ

III / 2018

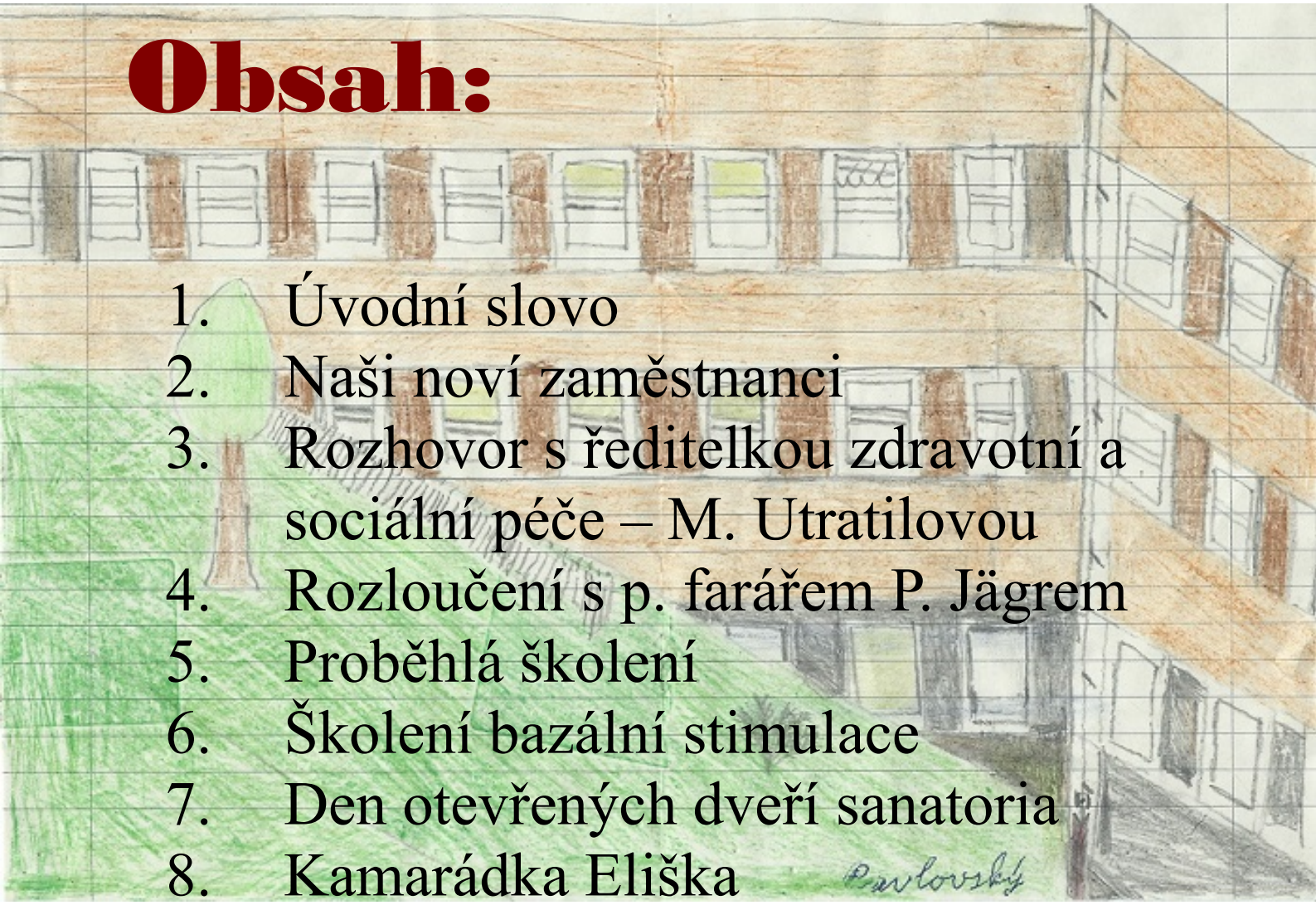
Uměl. foto: Hana Ceplová

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

SANATORIUM TOPAS

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

Obsah:



1. Úvodní slovo
2. Naši noví zaměstnanci
3. Rozhovor s ředitelkou zdravotní a sociální péče – M. Utratilovou
4. Rozloučení s p. farářem P. Jägrem
5. Proběhlá školení
6. Školení bazální stimulace
7. Den otevřených dveří sanatoria
8. Kamarádka Eliška
9. Zahradní a smyslová aktivizace
10. Aktivizace na budově A
11. Narozeninové oslavy klientů
12. Zprávy z budov
13. Humorné okénko
14. Víte, co znamená ...?
15. Rybářský kroužek
16. Informujeme, co se bude dít
17. Obrázek pro hezké chvíle

Úvodní slovo

vrchní sestry Bc. Jany Řebíčkové

Vážení klienti a příznivci Sanatoria Topas Seč,

letošní příjemně dlouhé babí léto již pomalu odlétá do vzpomínek. Ubývající světlo a nastupující chladné dny nás lákají domů do tepla, k hrnečku čaje či kávy a pěkné knížce nebo časopisu. Připravili jsme pro Vás další číslo našeho Domovského zpravodaje, a já doufám, že Vás jeho stránky potěší a zahřejí u srdce stejně tak jako mne. Snažíme se Vám pomocí článků a fotografií připomenout pěkné zážitky. Také chceme, aby se prostřednictvím těchto stránek mohli naši nově nastupující zaměstnanci, klienti a jejich rodiny seznámit s tím, co všechno se děje v našem sanatoriu.

Dalším naším velkým společným přáním je, abyste zde byli všichni spokojeni, rozuměli si s ostatními a líbilo se Vám tady.

Nakonec bych ráda přidala poděkování všem našim pracovníkům, kteří se zde starají o Vaši spokojenost a jejichž práce a především laskavého přístupu si velice vážím. Děkuji za Vaše úsměvy a přeji Vám hodně zdaru ve Vaší náročné práci.

Vaše vrchní sestra
Bc. Jana Řebíčková

Naši noví zaměstnanci

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

Pracovníci v sociálních službách:

Bleha Jaroslav
Cupalová Ivana
Šinská Blanka
Rubešová Kateřina
Janoušková Lenka
Regent Luboš
Molchanova Olena
Koblížková Hanna
Pidhurskiy Oleksandr
Feier Mariia
Feier Roman
Havelková Iveta
Rösslová Petra
Vojtová Lucie
Horáková Jitka
Trombik Marta
Janoušek Stanislav

Aktivizační pracovnice:

Čermáková Andrea

Zdravotní úsek:

Bc. Brožková Lenka
Hrdličková Aneta
Macháčková Tereza
Konečná Bára
Padalka Olha
Táborská Blanka

Almed:

Mlejnková Ludmila
Bc. Vávrová Michaela

Rozhovor s ředitelkou zdravotní a sociální péče - Monikou Utratilovou

Jaké bylo Vaše očekávání, než jste na tuto pozici nastoupila? Věděla jste, do čeho jdete?

Částečně. Před svým nástupem do Sanatoria Topas jsem také pracovala jako ředitelka, řídila jsem však jen jeden Domov seniorů. Zde mám na starosti pět zařízení společnosti Topas a jsem zodpovědná především za kvalitu zdravotní a sociální péče. Rozdíl je nejen v obsahu mé práce, ale také v počtu klientů a jejich blízkých i v počtu pracovníků, s kterými úzce spolupracuji.

V mém předchozím zaměstnání jsem řešila komplexní chod celého zařízení, zde je mým úkolem udržet a zvyšovat kvalitu poskytované ošetřovatelské, zdravotní a sociální péče, zajišťovat odbornou úroveň personálu v přímé péči, udržovat kontakt s rodinami klientů, spolupracovat s dodavateli zdravotnických prostředků, inkontinenčních

pomůcek a léčiv, lékaři i zástupci zdravotních pojišťoven, podporovat kolektivní spolupráci vedoucích pracovníků na stejných principech, řešit provozní záležitosti v sociální a zdravotní oblasti a v neposlední řadě také podporovat firemní kulturu a dobré jméno společnosti Sanatoria Topas.

Co se splnilo z Vašeho očekávání?

Z mého očekávání se splnilo téměř vše. Díky skvělé spolupráci zodpovědných a pro svou práci zaujatých pracovníků v našich zařízeních, mám možnost ovlivňovat vytváření příjemného Domova našim klientům a podílet se na jejich spokojenosti. Jsem ráda, že se nám společně daří organizovat nové aktivity pro klienty, využívat moderních prostředků v léčbě chronických onemocnění, podporovat psychickou stabilitu a zajišťovat příjemné pracovní prostředí pro pečující personál.

Některé problémy bohužel, není možné vyřešit tak snadno nebo rychle. Stále například řeším nedostatek kvalitních zaměstnanců a možnost odpovídajícího mzdového ohodnocení.

Máte vůbec čas relaxovat? Pokud ano, jaké máte koníčky?

Nevím, jestli se dá říct, že rodina je můj koníček. Určitě je na prvním místě mých zájmů a ráda s ní trávím svůj volný čas. Mám také psa, s kterým chodím ráda na procházky do přírody, ráda sportuji – rekreačně kolo, lyže, turistika… cestuji a relaxuji u knihy nebo v sauně.

Jaké to je mít na starosti několik sanatorií?

Je to stejné, jako když máte velkou rodinu. Hodně péče, starostí ale o to víc radostí. Moje práce je časově velmi náročná. Díky spolupráci s vedením každého sanatoria, je však velmi naplňující a uspokojivá.

Co Vás na Vaší práci nejvíce baví? V čem vidíte její smysl?

Snad nejvíc mě baví různorodost a pestrost mé práce. Komunikace s rodinami, sdílení jejich názorů, možnost pozitivně ovlivňovat životy lidí kolem mne, klientů a snad i mých spolupracovníků. Překonávat problémy a hledat cestu ke spokojenosti.

Největší smysl mé práce cítím v tom, že i když jsou naši klienti nemocní a většinou staří, dokážeme jim společně vytvořit důstojný a naplněný závěr života, bez bolesti a osamění.

Jak vnímáte spolupráci s rodinami?

Velmi kladně. Rodiny a blízcí se aktivně zajímají o dění v sanatoriích. Nebojí se mi psát ani volat, probírají se mnou své obavy a trápení, ale také pozitivní připomínky, pochvaly, nápady.

Na čem se tady na Seči nyní pracuje?

Probíhá rekonstrukce kuchyně a obytných prostor, modernizace pracovního prostředí, zavádění elektronické dokumentace do praxe, vzdělávání personálu, nové aktivity a možnosti pro klienty…

Jaká je Vaše vize do budoucna?

Tzv. „neusnout na vavřínech“, neztratit motivaci, nevyhořet. Jít společnou cestou a najít dostatek spokojeného personálu, vytvářet domov a zlepšovat prostředí pro klienty, zvyšovat nastavenou úroveň péče v našich sanatoriích a udržet dobré jméno společnosti Topas.

Děkuji za rozhovor.

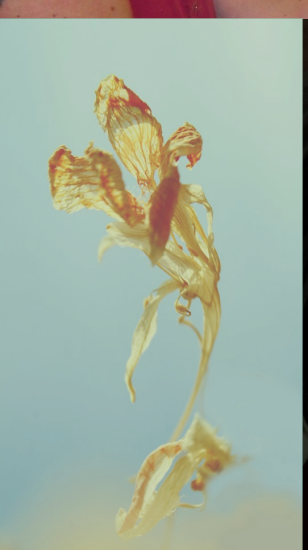
Bc. Naděžda Márová
sociální pracovnice

Rozloučení s „naším“ již bývalým panem farářem Mgr. Pavlem Jägrem

Již několik let k nám do sanatoria pravidelně docházel pan farář Mgr. Pavel Jäger, který poskytoval našim klientům duchovní službu a ochotně se účastnil akcí pořádaných naším zařízením. Poté co nám oznámil, že odchází do nového působiště, přemýšleli jsme společně s klienty, jak se s ním nejlépe rozloučit. Protože moc dobře víme, že má rád sladké, upekly jsme mu s našimi klientkami ovocný dort. Snad mu chutnal. Přejeme mu, aby byl ve svém novém místě působení spokojený alespoň tak jako u nás.

A tímto bychom také rádi přivítali našeho nového pana faráře Mgr. Milana Vrbiaka.

Monika Pavlišová
aktivizační pracovnice



Proběhlá školení

13. 9. Ošetřovatelská dokumentace CYGNUS 2 – Bc. Jana Řebíčková, Edita Vaněčková

15. - 16. 9. Bazální stimulace II. - 5 účastníků

17. 9. Odborná stáž v Sociálních službách v Havlíčkově Brodě - 5 účastníků (aktiv. pracovníci - zahradní terapie, přímá péče)

20. 9. Sociální dokumentace CYGNUS 2 v praxi – Bc. Nikola Línková, Andrea Ryšánková

26. 9. Konference - Péče v sociálních službách a její eticko-právní rovina - 5 účastníků

Alena Cipryánová
vedoucí aktivizačních pracovnic

Školení bazální stimulace

V měsíci březnu někteří naši zaměstnanci absolvovali kurz Bazální stimulace I., který je (nejen) našimi zaměstnanci označován jako jeden z nejpřínosnějších pro práci s klienty. Bazální stimulace pomáhá klientům lépe vnímat své tělo a okolní svět, probudit smyslové vnímání, snížit tělesné napětí, uvolnit i mysl a umožňuje jim chvíle relaxace. Jednoduše by se dalo říci, že se jedná o masáž těla, která je velice příjemná a jemná pro tělo a duši.

V září si pak účastníci pokračování kurzu Bazální stimulace II., prohloubili již nabyté vědomosti a dovednosti, které budou moci uplatnit při péči o klienty.

Jindra Prokešová
vedoucí přímé péče - A

Den otevřených dveří v Sanatoriu Topas

Ve středu 13. 6. 2018 se konal v našem sanatoriu Den otevřených dveří, kterého se mohl zúčastnit každý, kdo měl zájem. Tuto možnost obvykle využívají jak zájemci o pobyt v našem zařízení, tak i pracovníci z jiných zařízení, ale i rodiny našich klientů. Příjemným zpestřením je tento den rovněž pro naše klienty.

Dopolední program, určený klientům, byl spojený s vystoupením dětí z MŠ a ZŠ Seč, které zde má vždy velký úspěch.

Odpolední program už byl směřován i k širší veřejnosti. Každý, kdo přišel, dostal průvodce z řad zaměstnanců sanatoria, který jej provedl po zařízení, seznámil s chodem sanatoria a se všemi nabízenými aktivitami, umožnil mu nahlédnout do pokoje a prohlídku

aktivizačních místností. Každá z našich aktivizačních pracovnic si připravila ukázku své práce s klienty, pro návštěvníky bylo připraveno pohoštění, dalo by se říci skoro staročeské. Málokdo odolal bramborovým plackám, které byly podávány jak na sladko, tak i na slano, a dalším skoro zapomenutým laskominám.

Příznivce dobré hudby potěšilo vystoupení Jirky Berana, Hanky Ceplové a spol., kteří ve svém programu volili i písničky, které si s nimi mohli zazpívat klienti i ostatní přihlížející.

Tímto bychom chtěli poděkovat všem, kteří vystoupili a pomohli s přípravami na tento den.

Marcela Zuntová
aktivizační pracovnice

Kamarádka Eliška

Eliška je fenka drsnosrstého jezevčíka. Je jí 8,5 roku. Narodila se v malé vísce u Olomouce a její rodiče byli výborní lovci lišek. Maminka milovala vodu a v přinášení ulovených kačen z vody dokonce předčila i ostatní lovecké psy. Lásku k vodě má Eliška tedy po mamince. Je z ní vášnivá rybářka, ráda plave a házení klacku do vody patří k její největší vášni.

O Elišce by se dalo říci, že je to andílek s růžky. Dokáže být milá, mazlivá a dokonale hodná jako andílek, a vzápětí zlobit a řádit jako malý čertík. Jako správná Hanačka má velké srdíčko, do kterého se vejde hodně lásky k lidem. Je velmi přátelská, hravá, ráda se mazlí a ráda je středem pozornosti. Svojí tvrdohlavostí nezapře jezevčíka, ale jakmile má možnost někoho pozdravit, pohrát si s někým nebo se mazlit, stává se z ní naprosto oddaný pejsek.

Již při první návštěvě v Topasu bylo jasné, že to bude velká kamarádka a že pro ni je návštěva Topasu radostným zážitkem, na který se bude vždy nesmírně těšit. Jakmile ji

doma oblékneme popruhy, není s ní k vydržení. Ví, že se pojede na návštěvu. Se všemi klienty v Topasu se horlivě zdraví, kdo se nechá, tomu „umyje“ celý obličej. S některými klienty dokonce dochází k naprostému souznění. Eliška se schoulí v jejich náručí a je jim spolu moc dobře. Řada klientů si připomíná své soužití s pejsky, někteří vyprávějí zajímavé příběhy a pro jiné je to velmi příjemný kontakt se zvířátkem, který jim zpestřuje život v Topasu. Pro Elišku je to příležitost být středem pozornosti, užít si zábavy a úzkých kontaktů s lidmi, které jsou pro ni vždy silným zážitkem. Eliška je zkrátka kamarádka všech klientů a klienti jsou zase kamarádi Elišky.

Jana Kuncová
aktivizační pracovnice

Zahradní a smyslová aktivizace – léto

Po jaru bylo nejprve nutné upravit hmyzí domeček z nasbíraného materiálu při procházkách v okolí sanatoria (šišky, klacíky, kůru atd.)

Z minulého roku jsme dokončili stavbu bylinkové spirály z kamene, kterou jsme osázeli námi předpěstovanými bylinkami. Ty poté využíváme k přípravě nápojů a pomazánek.

Letní měsíce nás lákají ven do zahrady. Klienti se zde oddávají nejen relaxaci a odpočinku při pozorování kvetoucích keřů a květin, ale i chuťovým zážitkům při konzumaci dozrávajících lesních jahod, rybízu, borůvek, okurek, rajčat, ale i bylinek.

Realizovat se zde mohou i klienti, kteří rádi pečují o rostliny a to např. ve vysokých záhonech z palet, kde

rostliny okopávají, plejí a zalévají.

Za účelem rozšíření našich pěstitelských aktivit, jsme společně s klienty vytvořili dva nové záhonky, na zeleninu a na rostliny k řezu. Naším velkým úspěchem bylo vypěstování bohaté úrody okrasných dýní a dýní gigant.

Pro aktivní trávení volného času bylo nově vybudováno stanoviště na ruské kuželky.

Léto jsme si užívali všemi smysly, ale nyní už myslíme na podzim. Zakoupili jsme cibuloviny a sháníme sazenice rostlin a keřů pro osázení volných ploch.

Po skončení prací na zahradě, za sychravých dnů budeme společnými silami připravovat zcela novou místnost pro zahradní a smyslovou aktivizaci, na kterou se již všichni moc těšíme.

Kamila Müllerová
aktivizační pracovnice

Aktivizace A

V měsíci červenci jsme v rámci aktivizace s klienty sbírali bylinky na čaj, především lipový květ, ale i ostružinové a malinové listí.

Pro vhodné uchování usušených bylin jsme společně s klientkami ušili látkové sáčky. Nejprve jsme si nastříhali látky potřebných rozměrů, poté je sešili a nakonec

dozdobili nápisy s názvy bylin. Sáčky jsme rozvěsili ve společných prostorách. Neméně zajímavou akcí bylo batikování ubrusů. Klientky nastříhaly látky, které obšily, a pak jsme je všichni společně zauzlovali. Dále jsme je obarvili a poté rozmotali uzle. Usušili jsme je, vyžehlili a vznikly ubrusy se zajímavými vzory, které zdobí stoly při narozeninových oslavách, na které s klienty připravujeme občerstvení. Každý měsíc si nyní spolu s oslavenci pochutnáváme na dobrotách na krásně prostřených stolech.

Lenka Mazurková
aktivizační pracovnice

Narozeninové oslavy klientů

Jak už je v našem zařízení dobrým zvykem, každý měsíc slavíme narozeniny klientů v tom měsíci narozených. V uplynulých měsících připadly oslavy na tyto dny: 15. 6., 9. 7., 2. 8. a 12. 9., pochopitelně nechyběla přáníčka, dort, malé drobnosti a Láďa Cepl se svou harmonikou.

Náš milý pan harmonikář měl tentokrát ještě jeden velmi příjemný úkol.

Paní Marie Havelková se rozhodla oslavit své kulaté narozeniny jak se svými dcerami a přáteli z domova, tak i se svými přáteli z Topasu, právě zde v sanatoriu, které dnes již považuje za svůj nový domov.

Aktivizační pracovnice krásně vyzdobily místnost na to určenou, upekly oslavenkyni věnečkové překvapení a všichni

zaměstnanci postupně chodili paní Havelkové popřát.

O dobrou náladu se kromě Láďovy harmoniky postarala i sama oslavenkyně s dcerami, které nejen že připravily spoustu výborného občerstvení, ale navíc opravdu krásně zpívaly a přidaly vyprávění z dob, kdy se celá jejich muzikální rodina ještě scházela doma.

Moc děkujeme, že jsme mohli být součástí tak krásného dne, a naší vždy optimisticky naladěné oslavenkyni přejeme, aby jí dobrá nálada a zdraví provázely stále dál.

Zprávy z budov:

Mini poníci

Když jsme se dozvěděli, že k nám do sanatoria přijede slečna Monika Štrumpfová s mini poníky, říkali jsme si, co to asi bude a někteří z nás měli dokonce i strach. Přípravy vrcholily, sluníčko svítilo, usadili jsme se na zahradě a netrpělivě očekávali návštěvu.

Hned na první pohled jsme pochopili, že jakékoliv obavy byly zbytečně a všichni jsme si mini poníky zamilovali.

Poníci Mia a Carmen předvedli, co všechno umí, a hlavně se nechali hladit a krmit a zase hladit a mazlit. Vykouzlili úsměvy na tvářích našich klientů i zaměstnanců. Ještě dlouho si všichni povídali o ponících a vzpomínali na jejich akrobatické kousky.

Moc děkujeme za krásný zážitek a naším společným přáním je, aby se slečna Monika s Miou i Carmen za námi zase přijela podívat.

Monika Pavlišová
aktivizační pracovnice

Výlet do Zvěřince na statku (26. 6. 2018)

Již od května je krásné slunné počasí, které přímo vybízí vyrazit do přírody. Proto aktivizační pracovnice

připravily na 26. června výlet pro milovníky přírody. Našim cílem byl Zvěřinec na statku v Golčově Jeníkově. Dříve klidnou hospodářskou usedlost majitelé přebudovali na místo, kde návštěvníci mohou souznít s živou přírodou. Chovají zde tradiční domácí zvířata, ale i exotické druhy fauny.

Smyslem projektu je přiblížit dětem i dospělým život na statku. V minulosti se na vesnici běžně chovali koně,

krávy, vepři či drůbež. Po vsi běhali psi a kočky. Chtěli jsme proto i my společně na tu krásnou dobu zavzpomínat. Někomu se i vrátily vzpomínky z mládí.

Dopoledne byl přistaven autobus. V naší expedici nechyběli ani ti, kterým dělá chůze problém. Do velikého autobusu se vešly invalidní vozíky i chodítka. Jelo i dostatek doprovodu, který zajistil pro všechny komfortní a bezpečný pohyb po „Zvěřinci“. Dostalo se nám milého přivítání od majitelky statku. Všichni jsme si v klidu mohli prohlédnout v ohradách pasoucí se koně, osly, ovce, kozy, ale i pštrosy.

Obešli jsme celý areál. Pozorovali jsme roztomilé surikaty ve výběhu. V klecích běhali mývalové, nosáli či leguáni, agamy a chameleoni. Ve voliérách poletovali různobarevní papoušci. Bylo se na co dívat. Aby byl výlet dokonalý, dopřáli jsme si na čerstvém vzduchu svačinu a někteří i svoji oblíbenou cigaretu. Po svačině přinesla paní majitelka velikého hada, se kterým se mohli odvážlivci pomazlit a

vyfotografovat. Seznámila nás v krátké přednášce se zvířaty, která chovají, a s tím, jaké akce, včetně letních táborů, pro veřejnost pořádají.

Na závěr paní majitelka přinesla přepravky s malými housaty a kuřaty. Mnoho z nás se neubránilo nadšení a drobná pípající stvoření jsme si pohladili. Plni dojmů a dobré nálady jsme se po poledni vraceli autobusem zpět na Seč, kde na nás čekal dobrý oběd.

Bc. Lubomír Wohák, DiS.
sociální pracovník

Výsadkáři

V rámci cvičení dne 3. 7. 2018 přijeli výsadkáři z Chrudimi na Seč. Naši klienti se mohli zúčastnit přednášky velitele útvaru o parašutismu a výstroji výsadkářů, která byla velmi zajímavá.

Dále měli klienti možnost prohlídky vrtulníku z bezprostřední blízkosti a kdo měl zájem, mohl si jej dokonce prohlédnout uvnitř. Během akce dostal velitel cvičení časový rozkaz ke vzletu vrtulníku, a proto jsme museli prohlídku urychlit a přesunout se do bezpečné vzdálenosti. Poté vrtulník roztočil vrtuli a vzlétl.

Byl to pro nás krásný a skutečně nevšední zážitek, za který jsme všem výsadkářům moc vděční.

Jana Moravcová
aktivizační pracovnice

9904

Den čokolády

7. července byl Den čokolády a samozřejmě ani u nás v zařízení jsme si tento den nemohli nechat ujít. My jsme ho pro jistotu oslavili rovnou dvakrát, a to 11. a 12. července.

Na budově A si klienti mohli pochutnat na čokoládových jednohubkách, které si za pomoci aktivizačních pracovnic zhotovili sami. A jak takovou dobrotu udělat? Je to úplně jednoduché a zvládne to každý.

Budeme potřebovat:

3 pol. lžíce cukru moučka

1 balíček piškotů

100 g čokolády na vaření

20 g másla

4 ks čerstvého banánu

párátka

Postup:

1. Banán pokrájíme na kolečka a každé vložíme mezi dva piškoty. Vše přichytíme párátkem.
2. Do hrníčku si nalámeme čokoládu, přidáme cukr, tuk a v horké vodní lázni mícháme do rozpuštění.
3. Připravené jednohubky namáčíme do čokolády a necháme uschnout.

Na budově V se Den čokolády konal 2 dny. Nejprve jsme klientům pověděli něco o čokoládě a její historii, v průběhu vyprávění byla ochutnávka různých druhů čokolád.

ČOKOLÁDA

- čokoláda je obvyklá součást nejrůznějších druhů sladkostí a patří bezesporu k nejpopulárnějším na světě.
- slovo čokoláda má původ v aztéckém výrazu xocolātl (čteno [šokolatl]), jenž má význam „hořké pití“.
- vyrábí se z kvašených, pražených a mletých zrnek tropického kakaového stromu Theobroma cacao. Zrna pocházejí z kakaových tobolek – bobů.

TYPY ČOKOLÁDY

Neslazená čokoláda - čistý čokoládový nápoj, též znám jako hořká nebo čokoláda na vaření.

Hořká čokoláda - čokoláda bez mléka jako přísady, někdy zvaná jako prostá čokoláda.

Couverture - termín používaný pro čokolády obsahující mnoho kakaového másla nejvyšší kvality.

Mléčná čokoláda - čokoláda s přídavkem kondenzovaného nebo sušeného mléka.

Bílá čokoláda - cukrářský výrobek založený na kakaovém másle bez pevných kakaových složek.

Ledová čokoláda - čokoláda obsahující nerafinovaný kokosový tuk, který se rozpouští již při teplotě 20–23 °C, čímž v ústech způsobuje chladivý efekt.

Bublinková čokoláda - čokoláda, při jejíž výrobě se do čokoládové směsi vhání vzduch a chlazení se uskutečňuje v prostředí se sníženým tlakem.

Během dopoledne byl promítán film „Karlík a továrna na čokoládu“. Klienti si mohli namáčet ovoce do čokolády (používá se pojem fondue). Měli opravdu velký výběr, a tak si mohli pochutnat na červeném melounu, žlutém melounu, hroznovém víně, broskvích, jahodách, jablku.

Na závěr jim naše aktivizační pracovnice připravily vafle se šlehačkou, které byly polité čokoládou. Účastníci si to čokoládové mlsání velice užili a už se těší na příští rok.

Gabriela Svobodová
aktivizační pracovnice

Návštěva kozy Lízy a Emilky

Dne 1. 8. 2018 naše sanatorium navštívily koza Líza z Kraskova a koza Emilka z Nové vsi u Chotěboře. Oba jejich majitelé pracují v našem sanatoriu. Žádná z koziček

ještě neměla kůzlata. Emilka žije s dojnou kozou Vlastou a kozlem Bohoušem. Líza žije s kozou Amálkou, Růženou a kozlíkem Krasoňem. Našim klientům se kozičky velmi líbily. Spousta jich zavzpomínala na doby, kdy je sami chovali.

Sympatické rohaté návštěvnice dostávaly pamlsky, kousky tvrdého chleba, na plátky nakrájenou salátovou okurku a klienty vlastnoručně natrhané listy pampelišky.

Marie Kolářová
aktivizační pracovnice

Výlet do Kraskova

Dne 24. 7. 2018 jsme v Kraskově navštívili našeho kolegu Martina Laštůvku a jeho zvířátka. Jako první nás uvítala koza Líza, která nás navštěvuje v santaroriu, poté přiběhl kamerunský kozlík Krasoň a kozy Amálka s Růženou. Ve velké ohradě čekali dva oslíci, světle šedá Agáta a o něco tmavší Igor. Kozy i oslíky jsme krmili kousky tvrdého chleba.

Poté jsme si mohli pochovat kočičky. Bílou křížence perské kočky

Číru a její dvě koťátka, a také tři obyčejná, leč stejně roztomilá, koťátka - jedno černé, druhé zrzavé a třetí mourovaté.

Většinu času kolem nás pobíhali psí naháči Eta, Ema, Afrodita a Azalka. Syn pana Laštůvky nás seznámil se svou užovkou Žofkou, čtyřmi potkany Fandou, Krakenem, Pepou a Piškotem a s krátkosrstým tříbarevným morčetem Zuzanou.

Zajímavé bylo i setkání s Havanou - osmiletou bezsrstou kočkou plemene Sphynx.

Nejen našim klientům se výlet velmi líbil.

Marie Kolářová
aktivizační pracovnice

Letní zastaveníčko v restauraci U Krbu

Krásné letní počasí nás vylákalo na procházku do místního kempu. Nic jsme neponechali náhodě a vše jsme patřičně naplánovali. Vyrazili jsme krátce po snídani a jelikož cílem naší cesty bylo posezení

v restauraci U Krbu, dobrá nálada nás provázela celou cestu.

Po příchodu do cíle si

každý objednal něco dobrého a pochopitelně i řádně vychlazeného pro osvěžení v horkém letním dni. Všichni jsme ocenili možnost příjemného posezení v chládku a fajn obsluhu, moc

Ti z nás, kteří měli více sil, se vydali ještě dál k vodě. Ti více

unavení využili možnosti ještě chvilku si posedět a načerpat síly na zpáteční cestu. Už teď se těšíme na příští rok, na hezké léto a další výlet do krásné přírody v našem okolí.

Iva Vinklerová
aktivizační pracovnice

Kosmetika pro ženy

Dopoledne 14. 8. 2018 se konal kosmetický salón pro ženy na budově V. Rozhodli jsme se použít domácí „bio“ masky. Klientky měly na výběr z více masek dle druhu pleti a účinnosti:

* hydratační
* rozjasňující
* stahující

Dále byl na výběr zábal na ruce a masáž obličeje či rukou.

O týden později, 21. 8. 2018 odpoledne, se uskutečnil kosmetický salón pro ženy i na budově A. Zde si ženy zvolily masáž obličeje. Pro některé to byla jejich první zkušenost s takovouto službou. Byly překvapené, jak je taková masáž příjemná a moc si naši péči užily.

Andrea Čermáková
aktivizační pracovnice

Návštěva Domova pro seniory v Havlíčkově Brodě 17. 9. 2018

Při hledání inspirace, využitelné v našem sanatoriu, jsme objevili Smyslovou zahradu v Domově pro seniory v Havlíčkově Brodě a požádali jsme tamní pracovníky o umožnění návštěvy. Jejich kladná odpověď nás velmi potěšila. Společně s vedoucí přímé péče p. Ryšánkovou a pracovnicemi v přímé péči p. Petržílkovou a p. Novákovou jsme si vyzkoušely každodenní práci havlíčkobrodských kolegů a kolegyň v provozu při ranních hygienách a aktivizaci v zahradní terapii.

Byli k nám velmi vstřícní a provedli nás jejich zařízením, zahradou i denním stacionářem. Ukázali nám jídelny, pokoje klientů a aktivizační místnosti, např. snoezelen, reminiscenční místnost, šicí dílnu, hobby místnosti atd.

Velmi se nám líbil pojízdný vyvýšený záhon, který zde používají jak pro aktivizaci klientů na pokojích, tak i pro venkovní aktivity na zahradě. V zahradě lze nalézt všechny prvky k upevnění smyslového vnímání. Zahradu využívají

k relaxaci nejen obyvatelé Domova pro seniory, ale i maminky s dětmi a ostatní obyvatelé Havlíčkova Brodu.

Byly jsme rády, když naši hostitelé na oplátku přijali pozvání od nás a přislíbili, že v brzké době navštíví naše sanatorium.

Marcela Zuntová a Kamila Müllerová
aktivizační pracovnice

Výlet na zámek v Pardubicích 18. 9. 2018

Při plánování pozdně letního výletu jsme se společně shodli na tom, že tentokrát budou cílem naší cesty Pardubice. Zámek nám přišel jako ideální místo. Na zámku je krásně, koná se zde spousta výstav, můžeme zde vidět pávy a v neposlední řadě můžeme posedět v zámecké kavárně. Slovo dalo slovo, počasí se objednalo a jelo se.

Jako obvykle nás vyvezl pan řidič Kápička z Kraskova a jelikož jsme měli domluvený vjezd až k zámku, již po desáté hodině jsme seděli v zámecké kavárně, kde všem klientům paní majitelka uvařila výbornou kávu a podával se jablečný závin. Paní majitelka má srdce ze zlata, veškeré občerstvení pro naše klienty bylo zdarma. Klienti s našimi aktivizačními pracovnicemi pro paní majitelku připravili malé podzimní poděkování. Obrázek od pana Makeše a podzimní dekoraci ježka.

Poté jsme si vyslechli v přednáškovém sále přednášku o včelách a mohli se podívat na zajímavosti z jejich světa.

Po přednášce jsme se na nádvoří posilnili, kdo chtěl, mohl se podívat po okolí zámku, dokonce i krmit ochočené pávy nebo se jen tak procházet. Po dvanácté hodině jsme zamířili zpět k domovu.

Výlet byl moc fajn a už se těšíme na další, možná laděný vánočně.

Alena Cipryánová
vedoucí aktiv. pracovnic

Sportovní dopoledne 27. 9. 2018

Jak využít jedny z posledních teplých podzimních dnů? No přece sportem :-) Aktivizační pracovnice připravily pro klienty trasu s nejen sportovními stanovišti kolem sanatoria.

Bylo osm družstev cca po 4 - 5 soutěžících. Soutěžilo se na devíti stanovištích například v hodu na plechovky, ve speciálních šipkách, v ochutnávce ovoce a zeleniny, ve slalomu s míčkem na lžíci a třeba v rybolovu. Všem se

soutěže moc líbily a samozřejmě si všichni zasloužili odměnu v podobě čokoládové medaile. Díky za krásně strávené dopoledne!

Alena Cipryánová
vedoucí aktiv. pracovnic

Humorné okénko:

Před babiččin a dědečkův dům přijelo policejní auto a z něho vysedl policista a dědeček. Policista vysvětluje babičce, že starý pán se ztratil v parku.
Babička povídá dědovi: „Prosím tě, jak ses mohl ztratit? Chodíš tam přece už třicet let!“
Dědeček se naklonil k babičce tak, aby policista nic neslyšel, a povídá: „No, já se vlastně neztratil, jen jsem byl unavenej a nechtělo se mi domů pěšky.“

V Rusku se ptá zahraniční novinář stařečka: „Dědo, co budete dělat, až v Rusku nastane blahobyt?“ „Přežili jsme vojnu, přežili jsme bídu, přežijeme i blahobyt!“

Víte, co znamená...

Boží mlýny – symbol spravedlivé odplaty – za dobro dobrem, za zlo zlem.

Podle hebrejské tradice stojí boží mlýny ve třetím nebi a melou manu pro potěšení spravedlivých, ale také semelou všechny hříšné. Perioda jejich otáčení je sice delší, než je život člověka, takže na některé hříšníky dojde až po jejich smrti, ale melou jistě a spravedlivě. Proto přísloví: „Boží mlýny melou pomalu, ale jistě“.

Máslo na hlavě – být zatížený vinou nebo spoluvinou.

Začátkem 19. století trhovkyně, které „pančovaly“ máslo, byly v horkých dnech přivazovány na pranýř s velkou hroudou toho jejich másla na hlavě.

Nakoupit za babku – levný nákup.

V roce 1495 se v Kutné Hoře začaly razit malé mince s minimálním obsahem stříbra, tedy velmi nízké hodnoty. Brzy zčernaly a podobaly se letním chroustům, kterým se v kraji říkalo babky. Bezcenné mince a chrousti stáli tak asi stejně.

Za pět prstů – ukradené.

Ve středověku bývala za krádež usekávána ruka, ukradený předmět byl tedy zaplacen uťatou rukou – pěti prsty.

Žít na vysoké noze – vést rozmařilý život, nemít žádné existenční starosti.

Od 17. století přicházejí do módy boty s vysokými podpatky. A společenské postavení se hodnotilo právě podle výšky podrážek a podpatků, které si kdo mohl dovolit.

(z knihy Karla Foltýna „Co znamená, když se řekne...“)

Rybářský kroužek

S velkou radostí Vám oznamujeme, že od 1. 10. 2018 je u nás v sanatoriu možnost navštěvovat nový, klienty velmi žádný a dlouho očekávaný rybářský kroužek pod vedením proslulého sečského rybáře a bývalého kolegy Standy Janouška, kterého většina lidí zná spíše jako „Mečouna“. Že je to ten správný muž dokazuje zajisté i jeho přezdívka, kterou získal právě díky ulovení této ryby v Africkém Togu. Jsme moc rádi, že se nám podařilo tento záměr uskutečnit a těšíme se na bohaté úlovky, které samozřejmě zase pustíme „k vodě“.

Informujeme, co se bude dít:

Neodmyslitelnou součástí každého měsíce je mše svatá, kterou nyní slouží 1x za 14 dní náš nový pan farář Mgr. Milan Vrbiak.

Od září k nám opět se svým programem dochází Školské sestry z Hoješína. Svůj pobyt na Hoješíně ukončila oblíbená sestra Rita, tímto jí ze srdce přejeme, ať se jí v novém působišti líbí. Zároveň se nám vrací sestra Terezie, kterou tímto vítáme zase mezi námi.

K pravidelným aktivitám přibyl již zmiňovaný rybářský kroužek. Další plánovanou aktivitou je vytvoření místního sboru „Topas“. Pravidelně k nám bude jezdit pejsek Meggie naší kolegyně Lenky Stýblové. Navázali

jsme spolupráci se základní školou Seč, která započne vyprávěním našich klientů o jejich dětství a mládí dětem z druhého stupně ZŠ.

V říjnu se ještě určitě můžeme těšit na přednášku „Pravda o morčatech“ a na „Opožděné“ dožínky.

V listopadu nás čeká turnaj v šipkách a pak už se pomalu začneme připravovat na adventní čas. Klienti se zapojí do přípravy mikulášských kostýmů, pečení perníčků a různých druhů cukroví. Pochopitelně budeme také vyrábět vánoční ozdoby a dekorace.

V prosinci nás čekají vánoční posezení, návštěva dětí z MŠ a ZŠ Seč, plánujeme také vánočně laděný výlet.

Přejeme Vám krásné Vánoční svátky

Sanatorium Topas, s.r.o., pobočka Seč