

03 / 2018



MAGAZÍN TOPAS



Obsah

Kontaktní informace	1
Úvodní slovo	2
Dobrovolnictví	3
Mezinárodní den Alzheimerovy choroby	4
Jak komunikovat s osobou trpící demencí	6
Aktivity v Sanatoriu Topas s.r.o.	9
Dárek pro klienty od skupiny Fleret	16
Narozeninová oslava	17
Koncert Heleny Vondráčkové	19
Folklorní odpoledne	20
Agility	23
Výlet ZOO Lešná	25
Kdo je kdo	27
Pravidelné týdenní aktivity	28
Společenská rubrika	32
Něco pro zasmání	35

Kontaktní informace

MGR. PAVLA NEVJELÍKOVÁ
SOCIÁLNÍ PRACOVNÍK



Telefon: 778 488 800

Telefon: 577 544 912

pavla.nevjelikova@sanatorium-topas.cz

BC. VERONIKA HUŇKOVÁ
SOCIÁLNÍ PRACOVNÍK



Telefon: 778 488 803

Telefon: 577 544 918

veronika.hunkova@sanatorium-topas.cz

EVA ČÍŽOVÁ
VRCHNÍ SESTRA



Telefon: 778 488 801

Telefon: 577 544 914

eva.cizova@sanatorium-topas.cz

ING. JANA BERKOVÁ
PROVOZNÍ ŘEDITELKA



Telefon: 778 488 802

Telefon: 577 544 915

jana.berkova@almed.cz

SANATORIUM TOPAS s.r.o. ve Vizovicích je domov se zvláštním režimem, který se nachází v klidném prostředí na okraji města Vizovice.

Posláním našeho Domova se zvláštním režimem je vytvářet prostředí, umožňující uživatelům s nízkou mírou soběstačnosti, se ztrátou paměťových a orientačních schopností důstojné prožívání života a poskytovat nepřetržitou odbornou sociální, zdravotní a ošetrovatelskou péči s respektováním jedinečnosti každého člověka.

Úvodní slovo

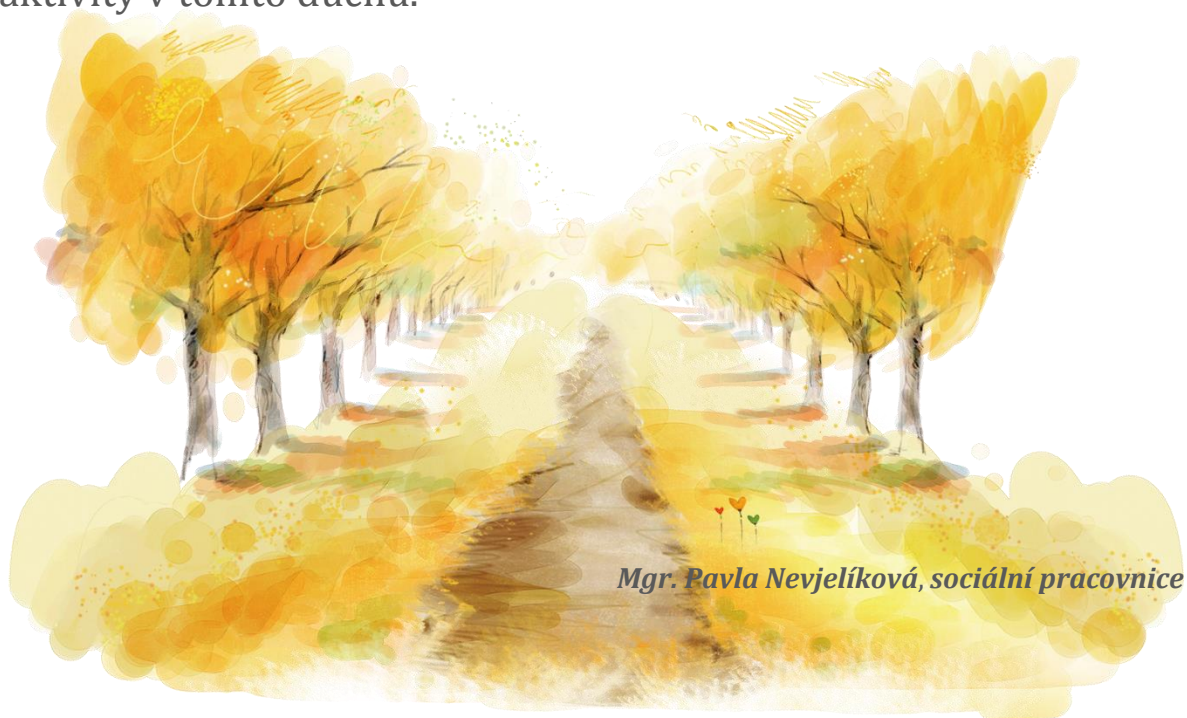
Milé čtenářky, milí čtenáři.

Je tu podzim. Také vám připadá, že zase přišel nějak náhle a nečekaně? Leckomu ještě nestihly pořádně uschnout plavky z poslední návštěvy koupaliště a ve vzduchu už je cítit nastupující zima. Ve vzduchu sice ano, ale na stránkách našeho časopisu nikoliv.

Pojďme se ještě na chvilku vrátit do pohody teplých letních dní a připomeňme si nejlepší akce tohoto léta. Bylo jich víc než dost.

A co nás čeká v následujících měsících?

Blíží se nám podzimní a zimní svátky a s tím spojené dění u nás v Domově. Jako každý rok, i letos se můžeme těšit na různé aktivity v tomto duchu.



Mgr. Pavla Nevjelíková, sociální pracovníce

Dobrovolnictví

Chceš pomáhat seniorům ? Baví tě práce s lidmi?



Sanatorium Topas s.r.o. ve Vizovicích hledá nové dobrovolníky. Hlavní náplní dobrovolníků je zpříjemnit volný čas klientů. Mohou si s nimi povídat, číst knihy, realizovat různé aktivity, hrát stolní hry nebo je doprovázet na procházky.

Dobrovolníkem může být každý, komu je víc než 18 let a chce ze své dobré vůle ve svém volném čase a bez nároku na finanční odměnu pomáhat druhým.

**Zájemci o dobrovolnictví se mohou hlásit
na tel. čísle: 778 488 800
nebo pavla.nevjelikova@sanatorium-topas.cz,
případně přímo v zařízení u sociální pracovnice
Mgr. Pavly Nevjelikové**

Mgr. Pavla Nevjeliková, sociální pracovník

Mezinárodní den Alzheimerovy choroby

Mezinárodní den Alzheimerovy choroby 21. 9. 2018



U příležitosti mezinárodního dne Alzheimerovy choroby jsme si v pátek 21. 9. společně s klienty a zaměstnanci našeho zařízení poslechli přednášku o příznacích, příčinách a různých fázích Alzheimerovy choroby.

Alzheimerova choroba je neurodegenerativní onemocnění mozku, projevující se ztrátou nervových buněk v

měkkých částech mozku. Začíná pozvolna a rychlost, kterou Alzheimerova nemoc postupuje, se u každého postiženého liší. Nejdříve se u nemocného zhoršuje krátkodobá paměť a není schopen se postarat o některé věci v domácnosti. Postupem času má však nemocný čím dál větší problémy s vyjadřováním, rozhodováním, nedokončuje myšlenky, je zmatenější. Mění se celá jeho osobnost. V posledních stádiích nemoci už vůbec není

schopen se sám o sebe postarat.

Je potřeba o této nemoci vědět co nejvíce informací, protože i v našem domově se s ní setkáváme každý den.

Vysvětlovali jsme si stádia nemoci a chování osob, kteří Alzheimerovou nemocí trpí. Přečetli jsme si také úryvky

z knih, jako např. „Život s Alzheimerem“ od Richarda Taylora a

„Pořád jsem to já“ od Lisy Genové.

Na závěr jsme se ještě podívali na film“ Stále jsem to já.“

MUDr. Ivana Vojtková- aktivizační pracovník



Jak komunikovat s osobou trpící demencí

K tomuto tématu bych ještě ráda přidala bodů, jak komunikovat s osobami s demencí. Tak jak je doporučuje Česká alzheimerovská společnost.

Jak dobře komunikovat s osobou s demencí

- Pokud je neznáte, zjistěte si údaje o životě nemocného, důležitých obdobích a situacích, ke kterým se může vztahovat jeho řeč.
- Nesnažte se člověka s demencí nutit, aby řekl to správné slovo. Jestli rozumíte, co tím míní, nechte ho přitom. Ve všem, co děláte, se snažte posílit pacientovu sebeúctu a sebedůvěru.
- Nacházejte význam ve všem, co člověk s demencí dělá a říká, nebo si buďte alespoň vědom, že v jeho jednání nějaký význam je.
- Poznejte a využijte všech zbývajících dovedností. Někdy jsou nejužitečnější dovednosti přehlíženy nebo skryty. Například schopnost být zdvořilý.
- Pamatujte, že člověk s demencí je stále schopen rozumět řeči Vašeho těla, Vaší náladě a upřímnosti. Nikdy nepředpokládejte, že nerozumí tomu, co se říká a děje kolem něho.
- To, co říkáte, podporujte vhodnými gesty a výrazem.
- Užívejte krátké, jednoduché věty zaměřené na jedno téma.

JAK KOMUNIKOVAT S OSOBOU TRPÍCÍ DEMENCÍ

- Vyhněte se otázkám a příkazům, které nabízejí více možností volby nebo vyžadují více kroků.
- Ke člověku s demencí přistupujte vždy otevřeně, přátelsky a laskavě. A to i v případě, že situace je naléhavá, nebo i když jste rozčileni. Pokud pociťujete úzkost nebo určité napětí, přenesete je na člověka s demencí.
- Na počátku rozhovoru oslovte nemocného vždy jménem. Podle jeho reakce na oslovení zjistíte, zda Vám věnuje pozornost. Ovšem i Vy sami musíte věnovat rozhovoru svou veškerou pozornost.
- Jestliže Vám nemocný nepodá jasný důkaz, že si pamatuje, kdo jste a že Vás vnímá ve správných souvislostech, nespolehejte na to, že Vás poznává. Nejlepší je pokaždé, když se setkáte, představit se a naznačit dalšími prostředky, kdo jste. Ke svému jménu můžete navíc připojit svůj vztah k němu, cíl své návštěvy a jak je to dlouho, co jste se naposledy viděli.
- Mluvte klidně, nižším tónem hlasu. Vysoký tón či hlasitý hovor vyvolává úzkost a napětí. Mluvte pomalu, ale ne v monotónním uspávajícím rytmu.
- To, co říkáte, podporujte řečí těla. Například chcete-li po pacientovi, aby si sedl, ukažte na určitou židli, požádejte ho, aby si sedl a gestem vyzvěte k usednutí.
- Používejte krátké jednoduché věty, zaměřujte se vždy jen na jedno téma. Vyhněte se pokynům a otázkám, které vyžadují

JAK KOMUNIKOVAT S OSOBOU TRPÍCÍ DEMENCÍ

více kroků nebo nabízejí více možností volby.

- Používejte hojně nonverbální (fyzické) vyjadřovací prostředky, např. jemný dotyk, držení za ruku, předvedení pohybu a podobně – ale ne dříve, než se ujistíte, že máte jeho svolení proniknout do jeho osobního prostoru. Někteří lidé více chrání svou soukromou sféru a cítili by jako urážku, kdybyste do ní náhle vstoupili.
- Pokuste se vyloučit z prostředí rušivé prvky. Nesnažte se vést jakýkoli důležitý rozhovor v prostředí, kde je člověk s demencí rozptylován a špatně se orientuje.
- Jestliže nemocný reaguje negativně nebo s nervozitou, nezačínějte spor a vyhněte se domlouvám. Místo toho se k pocitům (neklid, úzkost, strach), o kterých se domníváte, že pacient vyjadřuje, stavte s účastí a klidně ho směřujte na pohodlné místo nebo k činnosti, jež ho uklidní. Je důležité, aby Vás nechápal jako protivníka, ale spíše jako zdroj pohody a bezpečí.

Převzato z: **Česká alzheimerovská společnost, o.p.s.**





Aktivity v Sanatoriu Topas s.r.o.

Vážený spoluobčané,
příznivci Sanatoria
Topas s.r.o., rodinní
příslušníci, rádi bychom
vám přiblížili trochu

více aktivizační činnosti našich klientů. V sérii příspěvků vám postupně představíme jednotlivé aktivity. Co den, to jiná aktivita. Abychom vás nezahltali celou škálou nabídek, tak vám pro začátek nabízíme krátké nahlédnutí do naší „Aktivizační kuchyně.“

V těchto teplých dnech
vám ukážeme, jak
probíhá dopolední
aktivizační činnost na
zahradě našeho
zařízení. Tým
aktivizačních a
rehabilitačních
pracovníků i klientů v „akci.“



Aktivizační a rehabilitační pracovníci

Baňkování



Baňkování –
baňkováním se
pod tlakem
dostává do
hloubky tkání,
tvoří se větší

množství bílých krvinek, eliminuje viry v těle. Tepelné baňkování neubírá energii. Způsobí očistu a uvolnění toxických látek.

Breussova masáž

Tato masáž se provádí třezalkovým olejem, který tlumí bolest, uvolňuje svalstvo a velmi dobře se vstřebává. Je velmi příjemná. Naši klienti mohou kdykoliv využít.



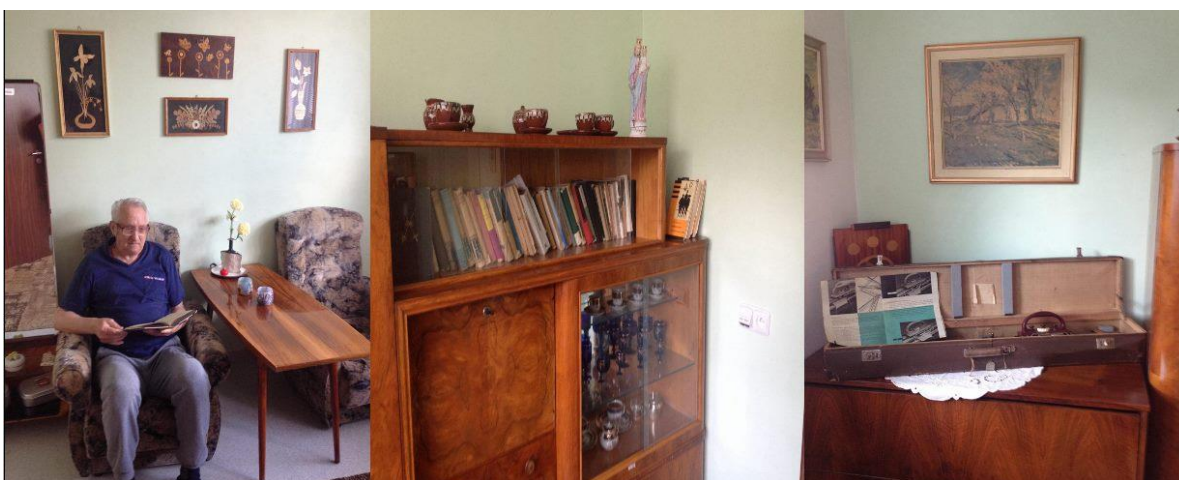
Pocitový chodník

Pro klienty vytvořený pocitový chodníček, je upravená plocha, kde si klienti vyzkouší, jak se chodí po různých typech povrchů. Tyto povrchy stimulují plosky nohou.



Reminiscenční místnost

Reminiscenční místnost, slouží ke vzpomínání na věci, které klienti dříve používali a měli je doma.



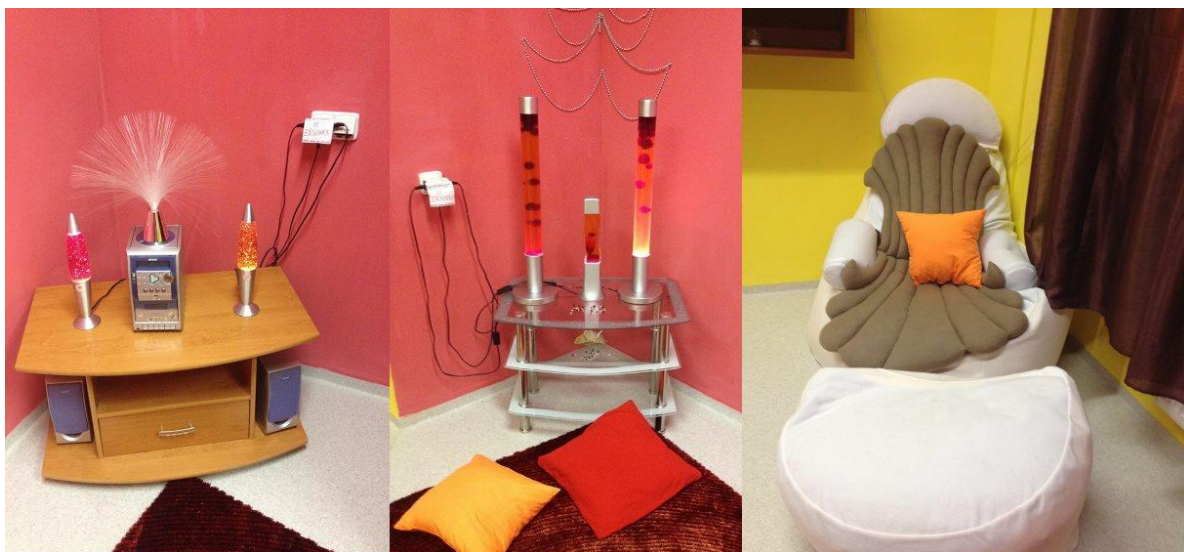
Ranní rozcvička

Každodenní ranní rozcvička, na kterou klienti rádi chodí.



Snoezelen místnost

Snoezelen, relaxační a odpočinková místnost, klient relaxuje při meditační hudbě, sleduje uklidňující obrázky, pohodlně leží v polohovatelných křeslech.



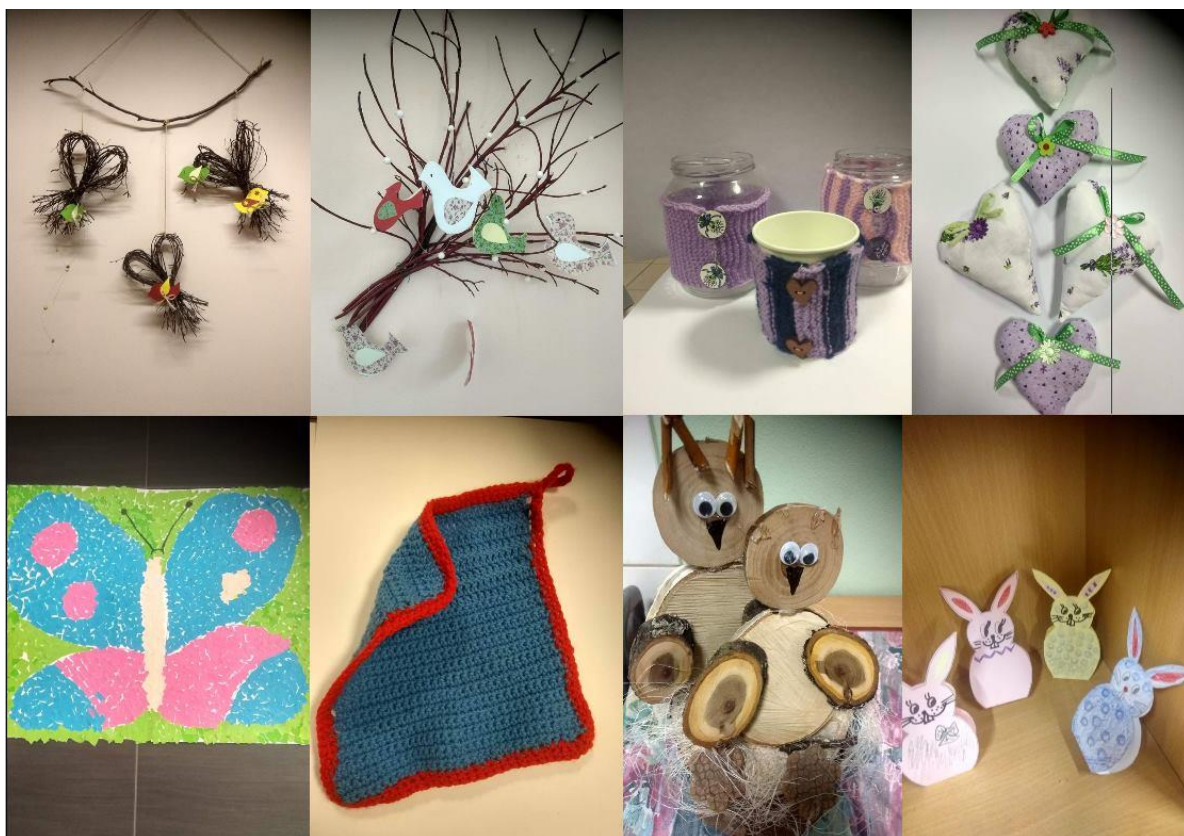
Výtvarná činnost

Ze starých sklenic a skleniček vytváříme vázy a nádoby na pastelky a tužky.



Výtvarná činnost – výrobky klientů

V dopoledních hodinách se naši klienti účastní aktivit s různým zaměřením. Každý den pracovního týdne máme jinou aktivizační činnost, jedna z oblíbených je pracovní a výtvarná činnost a proto bychom Vám rádi představili pár výrobků, které jsme společně s klienty vyrobili. Každý z našich klientů měl nějakou zájmovou činnost a proto i naše pracovní-výtvarné aktivity na jejich minulost navazují včetně finálních výrobků. Snad se Vám budou líbit.



Výtvarná činnost – Pletení

V pracovních a výtvarných činnostech pleteme košíčky z pedigu, lepíme papírové květiny a vyrábíme různé ozdobné zápichy na ozdobu.



Aktivizační a rehabilitační pracovníci

Dárek pro klienty od skupiny Fleret

Tímto bychom rádi poděkovali skupině Fleret za krásné dárky, které poslali našim klientům. Dárky využijeme zejména v muzikoterapii a filmovém klubu.



Narozeninová oslava

Ve čtvrtek 16. 8. 2018 se uskutečnila společná narozeninová oslava klientů, kteří slaví své životní jubileum v měsíci srpnu. Tento měsíc se sešlo 26 oslavenců a ještě jednou bychom rádi popřáli všechno nejlepší.





Aktivizační pracovníci

Koncert Heleny Vondráčkové

Zpěvačka Helena Vondráčková vyrazila letos na turné, během



kterého navštíví 20 měst v Česku a na Slovensku. Jeden z jejich koncertů proběhl v sobotu 18. 8. 2018 v amfiteátru ve Valašském Meziříčí. Několik našich klientů dostalo na toto vystoupení osobní pozvání. Měli tu čest si poslechnout spoustu hitů i novinek z poslední doby. Po vystoupení přišla paní Helena osobně pozdravit

klienty, kteří ji jí předali kytici a také vlastnoručně vyrobený dárek.

Velmi děkujeme za nezapomenutelný zážitek.

Aktivizační pracovníci

Folklorní odpoledne



24. 8. 2018 se v Sanatoriu Topas s.r.o. uskutečnilo Folklorní odpoledne. V rámci Liptálských slavností vystoupily soubory z Portugalska a Indonésie. Poprvé

jsme museli program přesunout do jídelny, protože začalo pršet. Nic to však nezměnilo na dobré náladě a špičkových výkonech účinkujících. Poděkování patří také slečně Valentýně Zadrobílkové, za úvod a průvodkyni celým programem Terezce ze souboru Ocún. Ještě jednou všem děkujeme a těšíme se na vás opět za rok.







Celý kolektiv Sanatoria Topas s.r.o.

Agility



5. 9. 2018 naše zařízení navštívila paní Daniela Kuncová, která se věnuje výcviku asistenčních psů a také výcviku agility. Agility je parkurový běh psa nebo psů, po předem určené trati s překonáváním určitých překážek. Paní Kuncová klientům předvedla názornou ukázkou agility i práci asistenčního psa v

praxi. Velmi děkujeme za návštěvu.





Aktivizační pracovníci

Výlet ZOO Lešná

12. 9. 2018 jsme s klienty navštívili Zoo Lešnou. Celý den jsme měli krásné počasí a díky tomu jsme viděli spoustu zvířat, které se vyhřívali na sluníčku. V okolí zámeckého okruhu jsme navštívili zátoku rejnoků, které si klienti mohli pohladit. Na okruhu Afrikou mohli klienti vidět žirafy, zebry, a další zvířata. Celý výlet jsme zakončili občerstvením v restauraci. Velmi děkujeme personálu za skvělou organizaci a krásný zážitek pro klienty.





Aktivizační pracovníci

ROZHOVOR

V zářijovém vydání magazínu Topas jsme si pro vás připravili rozhovor s paní Alenou Jaroňkovou, staniční sestrou Sanatoria Topas s.r.o..

Rozhovor

Jak dlouho pracujete v Sanatoriu Topas?

V Sanatoriu Topas pracuji od srpna roku 2014, kdy jsme zařízení otvírali. Pracovala jsem zde jako všeobecná sestra ve směnném provozu. Od června 2015 pracuji na pozici staniční sestry.

Mohla byste nám popsat jaká je vaše náplň práce?

Mojí pracovní náplní je péče o klienty a dále také:

- Zajištění vyšetření a převoz klientů k odborným lékařům,
- Koordinace práce zdravotního a pečovatelského týmu na patrech,
- Zajištění objednání léků a zdravotnického materiálu,
- Odpovídám za řádné vedení sesterské dokumentace,
- Komunikace s rodinami od klientů,
- Spolupráce s praktickým lékařem

Alena Jaroňková

Staniční sestra

**Co Vám tato práce přináší a jak Vás naplňuje?**

Tato práce mě velmi baví a naplňuje. Jsem ráda, když mohu pomoci lidem v jejich těžkých životních a zdravotních situacích.

ŽIVOTNÍ MOTTO:
„ ŽIVOT JE TĚŽKÝ, ALE
KRÁSNÝ.“

Bc. Veronika Huňková – sociální pracovník

Pravidelné týdenní aktivity

Každé pondělí máme filmový klub s Luckou.



V projektu Ježíškových vnoučat jsme byli obdarováni velkým plátnem s projektorem, takže máme opravdu pěkné pokoukáníčko.

Program našeho kina vybíráme spolu s klienty na dva měsíce dopředu.

Snažíme se vyhovět opravdu všem, tak je program dost pestrý. Nejoblíbenější jsou české komedie a pohádky, ale zařazujeme i romantické nebo napínavé filmy.

Program kina je vyvěšen u výtahu v každém patře a na nástěnce

v suterénu.

Před filmem si krátce popovídáme o hercích, kteří ve filmu hrají, nebo režisérovi.





Úterý patří naší oblíbené muzikoterapii.

Místnost je vždy plná do posledního místečka. Povídáme si o skladatelích, zpěvácích a písničkářích. Samozřejmě také zpíváme a hrajeme na různé hudební nástroje. Aktivizační Eva nám hraje na klavír. Nacvičujeme si i společná vystoupení.

Nezpíváme jenom lidovky nebo populární písničky. Posloucháme také vážnou hudbu. Naše sbírka kazet, CD a gramodesek je opravdu obsáhlá.

Ve středu se věnujeme výtvarné činnosti.

Ivana s Luckou vždy připraví výrobu nějakých krásných výrobků. Vyrábíme výzdobu Sanatoria, zdobíme si pokoje nebo si vyrábíme různé dárečky pro radost nebo pro naše přátele či rodinu.



Čtvrtek je den vaření a pečení.



Sejde se nás vždycky hodně. Upečeme si nebo usmažíme nějakou dobrotu, pak si uvaříme kafičko a všechno sníme.

Jednou měsíčně pečeme zákusek na oslavu narozenin klientům, kteří mají v ten daný měsíc narozeniny. Zatím si nikdo nestěžoval, že by se to nedalo jíst. Nezbude ani drobeček.



Pátek je vyhrazen sportovním hrám.



V suterénu máme kuželky, šipky, ping pongový stůl, házecí kroužky, míče, činky a jiné sportovní nářadí. Eva s Luckou sportují, co jim dech stačí. Řev a výskání se rozléhá po celém Sanatoriu. Už aby se dalo sportovat venku. Moc se těšíme.



Aktivizační pracovníci

Společenská rubrika

Narozeniny oslavili v červenci

1.7.	URUBČÍKOVÁ Hana	69
10.7.	MALÁ Věra	85
12.7.	HAMPLOVÁ Drahomíra	95
17.7.	MACHÁLKOVÁ Marie	72
19.7.	NOVOSÁD Antonín	90
19.7.	RAŠKOVÁ Věra	76

21.7.	BEČICOVÁ Eva	64
22.7.	BIA Ivo	72
23.7.	HNÁTEK Josef, Ing.	58
23.7.	PLAČEK Pavel	59
23.7.	STUPKOVÁ Věra	79

Narozeniny oslavili v srpnu

1.8.	HORKEL Jiří	52
1.8.	KADLEČKOVÁ Františka	85
1.8.	MARTINKOVÁ Vlasta	79
3.8.	KNOTOVÁ Jindřiška	70
4.8.	ČERNOŠEK Jiří, MuDr.	59
4.8.	ČÍŽEK Přemysl, Mgr.	71
4.8.	DUBSKÝ Václav	74
9.8.	GRETSCHMER Libor	55
10.8.	BARTOLČIC Jan, Ing.	76
11.8.	SÍVEK Josef	72
12.8.	VOŠKERUŠA Oldřich	79
14.8.	HLAVENKOVÁ Zdenka	86
15.8.	KRÁL Jaroslav	71
16.8.	TOMŠŮ Anna	90

17.8.	JARÁBKOVÁ Táňa	57
18.8.	MIKULÁŠTÍKOVÁ Milada	88
19.8.	HAVLÍČKOVÁ Jiřina	95
19.8.	VRAJÍK Vojtěch	92
21.8.	VYMĚTALÍK František	70
23.8.	GEVERA Miroslav	77
26.8.	PSOTOVÁ Ludmila	75
28.8.	PUMPRLA Milan	61
29.8.	SCHOVAJSA Ladislav	89
29.8.	VALÁŠKOVÁ Zdeňka	75
30.8.	ZÁVADA Drahomír	53
31.8.	SKLENÁŘOVÁ Marie	90
17.8.	JARÁBKOVÁ Táňa	57



Narozeniny oslavili v září

2.9.	BATĚK Jiří	69
3.9.	HANDLÍŘOVÁ Emilie	40
4.9.	MLČÁK Josef	72
7.9.	SICHA Alois	72
9.9.	GLOSEROVÁ Marie	64
9.9.	ROŽNOVJÁKOVÁ Emilie	83
11.9.	DAMBORSKÁ Božena	89
11.9.	GOREC Vladimír	71
11.9.	PETERKOVÁ Ludmila	77
11.9.	SRNĚNSKÁ Marie	86
11.9.	VOJÁČEK Ladislav	76
13.9.	ČOTEK Pavel	77
17.9.	PÁSKOVÁ Marta	59

17.9.	ŠTAJNOCHOVÁ Ludmila	69
18.9.	STRNADOVÁ Marie	86
18.9.	ŠIMEK Milan	62
19.9.	PROCHÁZKA Jaroslav	65
20.9.	BARCŮCH Miroslav	70
21.9.	VACULÍKOVÁ Marie	74
22.9.	TRLICA Karel	79
22.9.	VACULOVÁ Růžena	87
25.9.	ODLOŽIL Jaroslav	63
25.9.	VÝSKALOVÁ Anna	91
27.9.	ZDRÁHAL Milan	71
29.9.	EKARTOVÁ Marie	85

Oslavencům ze srdce gratulujeme a přejeme do dalších let pevné zdraví
a životní optimismus.

Od července 2018 jsme také přivítali několik nových obyvatel Sanatoria
Topas. Novým obyvatelům přejeme, aby se jim zde dobře žilo a cítili se
jako doma.

Na všechny, kteří nás opustili, vzpomínáme při modlitbách.



Čest jejich památce

Mgr. Pavla Nevjelíková, sociální pracovnice

Něco pro zasmání

Čeští archeologové v Egyptě probudí mumii.

Mumie se na ně koukne a říká "Kdo jste a co chcete?"

"My jsme archeologové z České Republiky a přišli jsme prozkoumat tuto pyramidu."

"Vy jste z Česka?" ptá se mumie.

"Ano"

"Aha. A co Helenka, ještě zpívá?"

Přijde starý děda do pojišťovny, že by si rád uzavřel životní pojištění. Pojišťovák: "Neblázněte dědo, kolik máte roků?" "95, ale chci letět s otcem do zahraničí a to je dobré být pojištěný..." "Cože? A kolik je otci?" "Za měsíc mu bude 119." "A co bude dělat v zahraničí?" "Ale, chceme jít dědovi na svatbu..." "Dědovi?! A kolik je proboha tomu?" "Nedávno oslavoval 142..." "A proč se chce v tomhle věku ženit?!" "No však on nechce, ale rodiče ho donutili..."

Starej děda kouká z okna paneláku a říká: "Ty studenti jsou dneska tak chudý, kouřej jednu cigaretu v pěti lidech a ještě se tomu smějou."

Babička povídá: "Já na zlepšení trávení piju pivo, při nechutenství piju bílé víno, při nízkém tlaku červené víno, při vysokém koňak a když jsem nachlazená, tak si dám slivovici." "A babičko, kdy pijete vodu?" "Tak takovou chorobu jsem ještě neměla."

Mgr. Pavla Nevjelíková, Bc. Veronika Huňková sociální pracovnice