



DOMOVSKÝ ZPRAVODAJ

I/ 2021

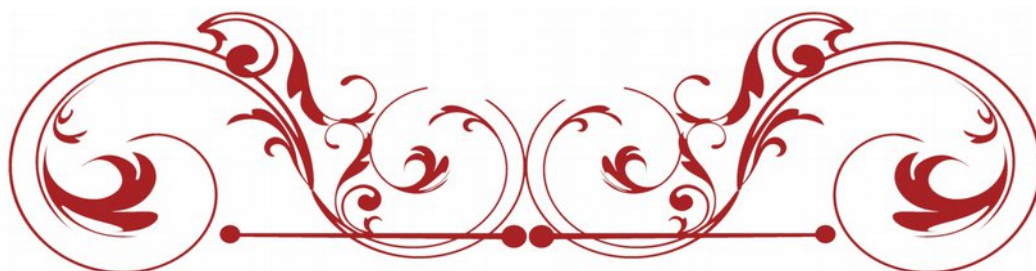
Sanatorium TOPAS, s.r.o.
Československých pionýrů 197
538 07 Seč

1

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

Obsah:

1. Úvodní slovo
2. Sanatorium – o zařízení, kontakty
3. Poděkování
4. Zprávy z budov
5. Naši noví zaměstnanci
6. Proběhlá školení
7. Malé ohlédnutí za minulým rokem
- obrazem i slovem
8. Muzikoterapie
9. Šachový kroužek
10. Schůzky s klienty
11. Volby do Poslanecké sněmovny
12. Informujeme, co se bude dít
13. Humorné okénko
14. Zdalipak víte?
15. Tipy na letní výlety pro Vás



Úvodní slovo

Vážení klienti a příznivci Sanatoria Topas Seč,

je mou milou povinností opět po dvou letech otevřít svým úvodním slovem náš Domovský zpravodaj. V době, kdy jsem odcházela, jsem samozřejmě přemýšlela nad tím, jak se bude naše zařízení dále rozvíjet a jak se mu bude dařit naplňovat naše společné cíle. Kdyby mi tehdy někdo řekl, co nás všechny čeká, nejenom v našem domově, ale na celém světě... nevěřila bych. Přišla doba velice těžká, bolestivá a častokrát i plná strachu, ale věřím, že nyní již to nejhorší máme za sebou.

Chtěla bych touto cestou poděkovat Vám všem, klientům, zaměstnancům, rodinám, blízkým našich klientů, opatrovníkům a dalším, kteří jste nám v této náročné době pomáhali vybojovat náš boj. Velmi Vám děkuji.

Přes veškerá úskalí se v předešlém období událo i hodně pozitivních změn – započala a pokračuje (probíhá) rekonstrukce jídelen budovy V, pořídili jsme nové a krásné vybavení pro klienty na obou budovách, včetně mnohých zařízení pro zkvalitnění péče, jako např. oxygenátor. Dokončujeme novou místnost v budově V, kde budou poskytovány kadeřnické a pedikérské služby.

Proběhla nákladná rekonstrukce budovy C, která poskytla našim zaměstnancům k užívání krásné byty a mnoho dalších a dalších změn. Vše se děje za plného provozu a já DĚKUJI VÁM VŠEM, kteří se na těchto změnách podílíte a radujete se z nich společně se mnou.

S velkým respektem k jejich úsilí během nelehkého

studia při zaměstnání, tímto gratuluji našim studentkám, kterým se v tomto roce podařilo úspěšně ukončit své studium a naplnit si své sny – Nováčková V. DiS., Peřinová E. DiS., Regentová M. DiS., Vaněčková E. DiS.

V neposlední řadě bych chtěla touto cestou poděkovat za dlouholetou práci v našem zařízení také našim „čerstvým“ důchodcům, Ladislavu Slanařovi a Miluše Vilímové. Přeji jim a celým jejich rodinám hodně zdraví, nové a krásné zážitky v jejich další životní etapě a velký dík za vše, co pro nás udělali.

Co nás čeká? Já doufám, že toho bude hodně a hlavně, že to bude jen pozitivní a krásné. Budeme se setkávat tváří tvář s těmi, které máme rádi, pojedeme na výlet nebo se potěšíme programem našeho aktivizačního úseku. Budeme nadále hledat cesty, jak pokračovat ve zvelebování našeho domova a poskytovat co nejlepší péči našim klientům.

Přeji Vám všem krásné léto, zdraví a hlavně všechny ty normální věci, kterých se nám teď nedostávalo!



***Vaše vrchní sestra
Mgr. Jana Řebíčková***



Sanatorium Topas

se nachází v krásném prostředí Železných hor, v klidné zóně městečka Seč, v blízkosti sečské přehrady.



Kostel sv. Vavřince na nám.
Prof. Č. Strouhala



Sečská přehrada s výhledem
na zříceninu hradu Oheb

Naše sanatorium může být řešením a pomocí jak pro osoby, které se samy ocitly v tíživé situaci, tak i pro jejich rodinné příslušníky, kteří již nezvládají péči o nemocného člena rodiny v domácím prostředí.

Jedná se o domov se zvláštním režimem, který je určený:

- osobám s chronickým duševním onemocněním (s různými typy organické duševní poruchy, s Alzheimerovou chorobou a různými typy demencí), jejichž situace vyžaduje pomoc jiné osoby,
- osobám ohroženým závislostí nebo osobám závislým na návykových látkách.

Budova V

Ubytování klientů na budově V je možné v jednolůžkových, dvou či třílůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením.



Budova A

Ubytování klientů na budově A je rovněž v jednolůžkových, dvoulůžkových a třílůžkových pokojích, na každém patře je pak společné sociál. zařízení zvláště pro muže, ženy a imobilní klienty.



Místnosti na obou budovách jsou vybaveny tak, aby působily příjemně a současně splňovaly svůj účel. Klienti mají k dispozici i společné venkovní a vnitřní prostory.

Celková kapacita zařízení je 232 lůžek, z nichž jsou nyní některá volná a čekají na nové klienty.

V obou budovách jsou bezbariérové vstupy a evakuační výtahy. Při obou budovách jsou zahrady, využívané jak k pěstování ovoce, zeleniny a květin, tak i k relaxaci a třeba i posezení u ohně. Ve vchodu do obou budov jsou recepce, kde je možnost nákupu různých pochutin, minerálních vod, nanuků a podobně.

Před oběma budovami je umístěno posezení pro klienty i jejich rodiny. Na zahradě budovy A je dřevěný altánek, který je při nepříznivém počasí klienty využíván i jako prostor na kouření.

Altánek





Pokud Vás naše zařízení zaujalo a chcete se informovat o možnostech přijetí a pobytu, obraťte se na naše sociální pracovníky, kteří Vám sdělí bližší informace, případně Vás na předem dojednané schůzce provedou naším sanatoriem.

Sociální pracovníci:

Bc. Lubomír Wohák, DiS., tel. 730 890 420

Bc. Naděžda Márová, tel. 774 711 918

Bc. Nikola Línková, tel. 778 548 855

Další důležité telefonní kontakty:

vrchní sestra Mgr. Jana Řebíčková: 774 119 185

sesterna A: 724 584 789; **sesterna V:** 774 711 915

recepce A: 738 874 581; **recepce V:** 774 711 916

Adresa:

Sanatorium Topas, s.r.o., Čs. Pionýrů 197, 538 07 Seč

FB: <https://www.facebook.com/sanatoriumTOPAS.Sec/>

Web: <http://www.sanatorium-topas.cz/zarizeni/sec/>

Poděkování:

Naše upřímné poděkování patří Vám všem, kteří jste na nás mysleli v nelehkých časech a snažili se, dle svých možností přispět k tomu, aby se nám podařilo toto obtížné období zvládnout co nejlépe, anebo svými dary přispět k radostnějšímu a naplněnějšímu životu našich klientů. Již od samého počátku pandemie nás velké množství lidí, často anonymních dárců, zásobovalo rouškami, někteří dokonce dodali i ochranné obličejové štíty. Omlouváme se, že zde není možné uvést všechny dárcce jmenovitě, ale **všem Vám moc děkujeme.**

Za finanční dary děkujeme:

Oldřich Slezák, Vinohradská 96, 130 00 Praha 3

Iveta Zedníková, Dolní Loučky 360, 594 55 Dolní Loučky

ENERGIE AG BOHEMIA, s.r.o., Lazarská 11/6, 120 00 Praha 2

Jiří Dufek, Květinová 417/10, 130 00 Praha 3

Lenka Dufková, Třebohostice 88, 250 83 Škvorec

Město Třemošnice, Náměstí Míru 451, 538 43 Třemošnice

Petr Mazáč, Nemošická 1059, 530 02 Pardubice

Za finanční a věcný dar děkujeme:

Charon – Jitka Filipová, s.r.o., Kyjevská 39, 530 03 Pardubice

Za věcné dary děkujeme:

EPOS DUO, s.r.o., Středová 5000, 760 05 Zlín

ALUNIALL, s.r.o. Chotěboř, Břevnická 1583, 583 01 Chotěboř

Manželé Skokanovi, Ronov nad Doubravou – vyvýšené záhonky

Zahradník Zdeněk Malý, Seč – květiny

Za vánoční dárky pro naše klienty děkujeme všem dobrým lidem, kteří je v rámci projektu Ježíškova vnoučata obdarovali. Níže foto některých obdarovaných.



Velký dík pracovníků sanatoria pak patří také týmu energiielkarum.cz, složenému z dobrovolníků všech profesí, kteří během koronavirové pandemie svými balíčky dobrot pomáhají jak ve zdravotních zařízeních, tak domovech pro seniory.



Zprávy z budov

Budova V

Vážení klienti, pracovníci a příznivci Sanatoria Topas Seč, ráda bych Vás za celý zdravotnický tým informovala o dění a zdravotní péči u nás v Sanatoriu Topas.

Doba „covidová“ zasáhla každého z nás, ale i přesto se snažíme, aby zdravotní péče dosahovala vysoké úrovně. Velký podíl na tom mají především naši obětaví lékaři a ostatní zdravotní personál.

Především chceme poděkovat naší MUDr. Barboře Sotonové, která nás na nějakou dobu opouští a bude se v brzké době věnovat mateřským povinnostem. Přejeme jí, aby si radosti spojené s mateřstvím užila, a my se budeme těšit, až se k nám zase vrátí. Odbornou lékařskou péči u nás poskytovala pět let a za tu dobu nám přirostla k srdci.

Zároveň se těšíme na spolupráci s novým praktickým lékařem pro naše klienty, jímž se stal MUDr. Václav Kotásek.

MUDr. Barbora Doležalová v našem zařízení zajišťuje lékařskou péči diabetologickou a endokrinologickou.

Díky dotacím se nám, kromě jiného, podařilo pořídit nové zdravotnické vybavení, které bylo a je velmi důležité pro zlepšování zdravotního stavu klientů. Konkrétně se jedná o kyslíkový koncentrátor, který je určený k vdechování kyslíku v co největší koncentraci, přímo do dýchacího ústrojí. Jeho použití usnadňuje život

klientům, kteří vyžadují dlouhodobou kyslíkovou terapii. Odsávačka Aspira je profesionální chirurgická odsávačka, která se používá k odsávání hltnu. Dále jsme zakoupili nové tonometry, prstové pulzní oxymetry a teploměry. Všechny tyto přístroje doplnily vybavení, které přispívá ke zkvalitnění péče o naše klienty.

Závěrem ještě jednou děkuji celému zdravotnickému personálu za neúnavné a obětavé nasazení v současné nelehké době. S přáním pevného zdraví všem.

staniční sestra - budova V
Vendulka Nováčková

Dění v sanatoriu...

Opět po dlouhé době se zase spolu všichni setkáváme. Máme za sebou velmi těžký rok, kdy jsme si mnozí z nás sáhli až na dno svých sil jak v pracovním, tak i v soukromém životě. Bylo to těžké pro Vás naše klienty, kdy jste museli být bez svých rodin a blízkých, stejně jako pro vaše blízké, tak i pro všechny zaměstnance sanatoria Seč, kteří o Vás pečují a zajišťují chod našeho zařízení.

Tímto Vám všem , jak našim klientům, jejich rodinám a blízkým, tak i všem zaměstnancům sanatoria Seč a zaměstnancům firmy Almed , která pomáhá zajišťovat provoz v zařízení, velmi děkujeme za Vaši trpělivost, neskonalou obětavost, empatii a sounáležitost, které si velmi vážíme.

Ani v této nelehké době jsme nelenili a podnikli kroky ke zlepšení našich služeb. Jídelna v přízemí budovy V prošla rekonstrukcí. Aby byla jídelna světlejší a prostornější, bylo nutné vybourat příčku a udělat novou

podlahu. Díky dotacím jsme nakoupili od firmy STAMED nové dřevěné židle CLARO s čalouněným opěrákem a sedákem, které mají příjemný a harmonický vzhled a zároveň přináší pohodlí a komfort. Tyto židle jsme nakoupili na jídelny v přízemí a na rekonstruované budoucí jídelny v 1. patře.



Rehabed CLARO - dřevěná židle

Dřevěná židle s područkami,
polstrovaná, s nízkým opěradlem
(www.pomuckyseniorum.cz)

Také jsme nakoupili 30 kusů nových polohovacích lůžek LEO, taktéž od firmy STAMED. LEO lůžka splňují nejvyšší světové standardy a poskytují plnou podporu zdravotně postiženým pacientům a lidem, kteří potřebují dlouhodobou péči. Lůžka se skládají z jedinečné konstrukce pantografů. Všechny elektrické prvky jak motory a ovládací skříňka jsou skryté pod roštem matrace a nejsou pro uživatele viditelné.

Výjimečnou vlastností lůžka LEO je vynikající rozsah nastavení výšky lůžka 260 mm až 770 mm (domácí péče), které usnadňuje ošetřujícímu personálu péči o pacienty a zároveň zajišťuje pocit bezpečí pro klienty.



Rehabed LEO - pečovatelské lůžko

Polohovací postel pro seniory LEO
+ rošt, typ A, variabilní nastavení
výšky
(www.pomuckyseniorum.cz)

Také jsme dokoupili zvedáky ARNOLD, které jsou nyní na každém patře, aby personálu usnadnily manipulaci s imobilními klienty. Zvedáky slouží k přemísťování imobilních pacientů z postele na vozík, na WC, do koupelny, do auta apod.

Na všechna patra byla dokoupena i polohovací sprchovací křesla PHOENIX , která jsou určena k omýváním a sprchování klientů, ale mohou sloužit i jako toaletní vozík. Velmi snadný systém polohování umožní záklon sedačky a zádové opěrky do úhlu 130° a současně zdvih lýtkové opory o 67°. Tento systém podstatně zlepšuje manipulaci s klientem nejen při mytí, ale i při jeho samotných přesunech na lůžko a zpět.

Děkujeme Vám za případné náměty na zkvalitnění našich služeb či případně nápady ke zvelebení našeho sanatoria.

*vedoucí PSS - budova V
Andrea Ryšánková*

Budova A

Milí klienti a zaměstnanci,

asi se shodneme na tom, že uplynulé období bylo vzhledem ke koronavirové pandemii psychicky a fyzicky vyčerpávající pro nás všechny. Jsem velmi ráda, že náročnou situaci společně zvládáme „na jedničku“ a velmi si vážím Vaší trpělivosti, vzájemné tolerance, stejně jako vysokého pracovního nasazení všech pracovníků, kteří často museli zaskakovat za své kolegy, kteří se ocitli v karanténě nebo i sami onemocněli.



Touto cestou Vám všem za celé vedení moc děkuji a věřím, že se v co nejbližší době vrátíme zase do normálního života. Přejí nám všem pevné zdraví a krásné letní i další dny.

*staniční sestra - budova A
Tereza Macháčková*

Naše velké a malé radosti

Po delším pobytu v náhradních prostorách se naši klienti přestěhovali zpět na své původní pokoje do nově zrekonstruované budovy A. Klienti se mohli těšit na krásné a prostorné pokoje s novým nábytkem, nově vybavené

společenské a aktivizační místnosti, jídelny a tělocvičnu, která slouží i pro pořádání hudebních akcí, či promítání filmů. Radost jim udělala i zbrusu nová recepce, kde si mohou nakoupit většinu z toho, co potřebují či chtějí. Pokud zde něco nenaleznou, mohou oslovit aktivizační pracovníky, kteří jim potřebné věci obstarají. Jedním z nejoblíbenějších míst se rychle stal nový dřevěný altánek, který stojí na zahradě za budovou A, kde mají klienti možnost připomenout si práci na zahrádce a také si společnými silami něco vypěstovat. Součástí zahrady je i ohniště, u kterého se v pěkném počasí slaví čarodějnice či při opékání buřtů vzpomíná na mladá léta. V loňském roce proběhla instalace venkovního posezení před budovou, kde si mohou klienti posedět i se svými rodinami nebo přáteli. V nejbližší době budou na zahradě instalovány ruské kuželky, které jsme získali díky sponzorskému daru od rodiny naší bývalé klientky, kterým tímto ještě jednou děkujeme. Pevně věříme, že jsou všichni naši klienti i zaměstnanci na naší budově spokojeni, a budeme rádi když budou i nadále.

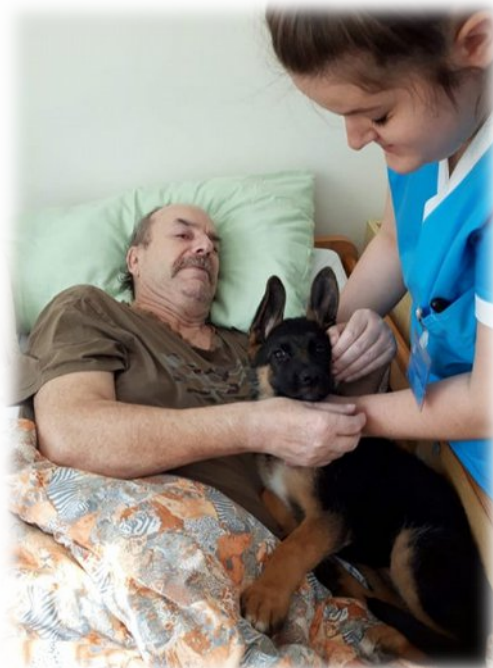
*staniční sestra - budova A, Tereza Macháčková
vedoucí PSS, Jindra Prokešová*

Zvířátka na budově A

Vzhledem k tomu, že většina našich klientů má zvířátka ráda a mnozí z nich doma měli alespoň pejska nebo kočičku, přítomnost čtyřnohých společníků jim vždy udělá radost.



Během provozu sanatoria měli někteří možnost mít i své vlastní zvířátko, v poslední době se snažili klientům zpříjemnit pobyt spíše domácí mazlíčci našich pracovníků. Asistovali klientům při činnostech na zahradě, nebo je i navštěvovali na pokojích. Vzpomínáme na návštěvy ročního buldočka Lilinky, štěňátka retrívra Sára, jezevčíka Ďapinky a štěňátka německého ovčáka Dixi.



V roce 2020 klientům přibyly nové andulky, které jsou v aktivizační místnosti, kde klientům prozpěvují při jejich výtvarných i jiných činnostech. Ve druhé aktivizační místnosti, která je vybavená kuchyňkou a klienti si v ní rádi posedí při kávičce, se mohou těšit pohledem na velké akvárium s rybičkami.

V srpnu 2020 klienti dostali ještě králíčka, který si na ně postupně zvykl a nyní již je pro klienty skvělým společníkem, stejně jako morčátko, které už nějakou dobu máme.



Jeden z našich klientů má velké přání, moc chce chovat křepelky. V současné době se pracovníci aktivizace snaží, pomoci mu tento jeho sen splnit.

staniční sestra - budova A
Tereza Macháčková

Naši noví zaměstnanci

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

Zdravotní úsek:

Gorniak Liubov

Bc. Maštalířská Simona

Pracovníci v sociálních službách:

Galchuk Natalia

Konečná Sára

Kalvoda Filip

Šimková Kateřina

Novotná Ladislava

Karadi Eugen

Bleha Jaroslav

Mužík Petr

Slíž Vojtěch,

Valková Jana

Štědrá Petra

Švábová Natálie

Klapal Tomáš

Administrativní pracovnice:

Pešková Ivana

Proběhlá školení

Školení, kterých se zúčastnili všichni zaměstnanci:

Průběžně - Covid-19 – nařízení, opatření, doporučení, postupy, používání ochranných prostředků

15.9. a 16.9.2020 - „Kurz první pomoci“

22.9. a 23.9.2020 - Porada vedení se zaměstnanci + školící akce - Standardy kvality v sociálních službách, Etický kodex, Individuální plánování, BOZP, Domácí řád, Návštěvní řád, Podávání stížností, Ochrana osobních údajů

30.4. a 7.5.2021 Porada vedení se zaměstnanci + školící akce - Domácí řád, Návštěvní řád, Etický kodex, Podávání stížností, Ochrana osobních údajů, Standardy kvality v sociálních službách, Individuální plánování

Akreditované kurzy, které zaměstnanci absolvovali dle požadavků jejich pracovní pozice:

21.9.2020 - „Specifika pečujících profesí - prevence pádů a použití restriktivních opatření“ - 13 zaměstnanců

13.10.2020 - školení požární hlídky - 15 zaměstnanců

13.10.2020 - školení řidičů referent. vozidel - 7 zaměst.

22.1.2021 - akreditovaný kurz „Novinky v diagnostice a léčbě syndromu diabetické nohy“ - zdravotnický úsek

27.1.2021 - akreditovaný kurz „Paliativní péče II. Jak komunikovat“ - sociální úsek + vedoucí PSS

29.1.2021 - akreditovaný kurz „Dekubity“ - zdravot. úsek

5.2.2021 - akreditovaný kurz „Chirurgické rány“ - zdravotnický úsek

12.2.2021 - akreditovaný kurz „Dermatologie - ošetřovatelství“ - zdravotnický úsek

25.2.2021 - akreditovaný kurz „Adaptační proces klienta v zařízení sociálních služeb“ - sociální úsek + aktivizace

2.3.2021 - odborný kurz „Výživa seniora“ – zdravot. úsek

5.3. a 31.3.2021 - akreditovaný kurz „Komunikace s osobami s problémovým chováním“ - všichni pracovníci v sociálních službách - přímá péče + aktivizace

Konference/kongresy:

19.5. a 20.5.2021 - „Vidíme již novou podobu péče o duševně nemocné v praxi?“ Reforma psychiatrie – sociální prac.

Kurz pracovníka v sociálních službách od začátku roku 2020 absolvovalo **13 zaměstnanců**

Malé ohlédnutí za minulým rokem – obrazem i slovem:

Rok 2020

28.8. Vaříme z naší zeleniny – v rámci zahradní a smyslové terapie rádi propojujeme své pěstitelské dovednosti s naším kuchařským uměním. O to více nám pak chutná. A taková pizza obložená našimi vypěstovanými rajčaty je prostě vynikající.



3.9. Řádové sestry - návštěva

10.9. Oslava narozenin, V i A

11.9. Mše svatá

18.9. Sběr dýní

23.9. **Soutěž v kuželkách**
kuželník na zahradě V



Velmi rádi trávíme čas na naší zahradě. Proto jsme uspořádali soutěž v zahradních kuželkách. Všichni jsme si to moc užili, pochopitelně, že nemohla chybět sladká odměna pro vítěze. Kuželky si na naši zahradu přišli zahrát i klienti z budovy A, kteří by rádi také měli kuželky na zahradě, ale teprve čekají až se jejich přání splní.



29.9. **Křepelky v Topasu** – ochutnávka křepelčích vajec



Přijela za námi milá návštěva, a to malé roztomilé křepelky. Mohli jsme si je pochovat, pohladit a nakonec jsme mohli ochutnat dobrotu z křepelčích vajec.

2.10. Výroba podzimního věnce pro ptáčky

Aby ptáčkové žijící v okolí sanatoria nestrádali, udělali jsme jim společně krásný věnec plný dobrot, kde nechyběla jablíčka, oříšky, jeřabiny apod.



7.10. Zavařování – marmeláda z dýně

Z našich vypěstovaných dýní jsme si uvařili skvělý kompot a marmeládu.

8.10. Reminiscence – svatební den, svatební šaty

Výroba jablečných knedlíků na budově A



13.10. Oslava narozenin, V i A

19.10. Kvíz o ceny „jak známe přísloví“

Individuální aktivizace dle rozpisu na pokojích



od 18.11. výroba vánočních dekorací

od 23.11. pečení pro klienty, Mikuláš, vánoční cukroví

4.12. Mikulášská nadílka po pokojích

I nás navštívil Mikuláš s čertem a těmi nejkrásnějšími anděli. Dokázali nám v této nelehké době vykouzlit úsměv na tváři.





10.12. Narozeniny listopad – prosinec na pokojích V

11.12. Narozeniny A

23.12. Vánoční přání a cukroví, Ježíškova vnoučata





31.12. Silvestrovské pohoštění po pokojích

Silvestr je třeba oslavit, pochopitelně, že v souladu s nejrůznějšími opatřeními, která nám mají pomoci zůstat zdraví. Navzdory omezeným možnostem jsme klientům dopřáli občerstvení a trochu muziky. A popřáli zdraví a naději v lepší dny.



Rok 2021

15.1. Oslava narozenin, V i A

19.1. Pečení a příprava
na oslavu narozenin paní
Haasové 101 let (21.1.)



27.1. **Prezentace „veverky“** - promítání, povídání

Aktivizační pracovnice Maruška Kolářová je známá svou láskou ke zvířátkům a připravila si promítání a povídání nejen o veverkách. Bylo to velice zajímavé.



28.1. **Výroba jarní dřevěné dekorace**

Nejen z papíru se dají vyrobit krásné jarní dekorace, jde to také třeba ze dřeva nebo z překližky.





12.2. Valentýn (občerstvení – pokoje), V i A

Také my si připomínáme den sv. Valentýna. Součástí jsou srdíčkové dekorace a k tomu něco dobrého, na budově V výborné muffiny a na budově A linecká srdíčka.



Malování a výroba kaktusů z kamínek



19.2. Oslava narozenin A, 24.2. Oslava narozenin V
Šití zástěr pro naše aktivity



4.3. Masopust – koblihy (pokoje) V

Stejně jako sv. Valentýn nás každý rok provází i masopustní veselice a k tomu nezapomenutelné koblihy. Kdo chtěl, tak si mohl vlastnoručně vyrobit masopustní masku.

5.3. Masopust – ovar, koblihy A

12.3. Oslava **MDŽ** – V i A



Rozhodně bychom
neměli zapomínat
na oslavu dne žen.

Každá klientka dostala kvítek narcisu a přání od zaměstnanců sanatoria. A k tomu výbornou roládu nebo věnečky a chlebiček.



19.3. Josefovská tlačěnka, V i A + narozeniny, guláš

Ani na Josefa by se nemělo zapomenout a tím trochu

vynahradiť klientům oslavu dne žen. Nechyběla ani pány tolik oblíbená tlačěnka a na budově A jsme spojili tento den i s oslavou narozenin.



22.3. Vítání jara – prdeláčka, prejt A

25.3. Oslava narozenin V

30.3. Tlačěnka A

1.4. **Velikonoce** V i A





7.4. Tipovací povelikonoční soutěž o sladké ceny – kolik je vajíček v ošatce



8.4. Modrý den A; 13.4., 15.4. Modroden V

Jako každý rok podporujeme osvětu o autismu. Barva autismu je modrá. Proto i u nás se v tyto dny vše jen modrá. Drobné dekorace, modré přízdoby na respirátory, modré pohoštění.



9.4. Oslava 90. narozenin paní Spálené



15.4. Oslava narozenin A, 22.4. Oslava narozenin V
19.4. **Den Země V**, 20.4. **Den Země A**



Ke dni Země již
nezaměnitelně
patří i úklid
okolí našeho
zařízení. A
nesmí chybět ani
zasloužená
odměna.



Zdravá odměna ve formě
ovocných špízů.

30.4. Čarodějnice

Na pálení čarodějnic se každoročně
těšíme. Praskání ohně a vůně buřtů

opečených na ohni. I ti,
kdo nemohli k ohni,
nebyli o tuto dobrotu
samozřejmě ochuzeni a
křupavoučký buřtík jim
byl donesen na pokoj.



Během koronavirové pandemie byl pro klienty zajištěn **individuální program na pokojích** – zooterapie, péče o květiny, reminiscence, trénink paměti, četba, arteterapie, smyslová aktivizace, společenské hry či vycházky dle možností a počasí.

Někteří klienti od nás chtějí zajistit pouze materiál či náradí a svou kreativní činností se dokáží zabavit bez jakékoli další asistence. Jedním z nich je pan Jiří Makeš, který má rád koně a lidovou architekturu. Jak vidíte na naší fotografii, ve své malé „dílničce“ na pokoji, dokáže vyrobit

krásné obrázky i přesto, že se kvůli zdravotní indispozici musel coby pravák naučit používat levou ruku.

Jeho vůle k překonávání překážek, které život nám lidem v různých podobách přináší, je obdivuhodná.

Náš Jirka je prostě frajer.



Ani v covidové době plné různých omezení jsme žádný měsíc nezapomněli na oslavence. Vždy jsme každému popřáli, dostal blahopřání a něco dobrého k tomu. Možná to pro nás všechny v této době bez návštěv rodin znamenalo více než jindy.

Velmi děkujeme Hance Ceplové za její práci na úseku rehabilitace a za vedení muzikoterapie. Přejeme jí mnoho úspěchů v její nové pracovní cestě. Zároveň vítáme do rehabilitačního týmu aktivizační pracovníci Ivanu Cupalovou a děkujeme Jaroslavu Blehovi za ujmoutí se muzikoterapie.



Muzikoterapie

Zatímco na budově „V“ probíhá muzikoterapie spíše pasivněji - formou poslechu písniček nejrůznějších žánrů, na budově „A“ se (když to opatření dovolí) scházíme s nástroji a hrajeme oblíbené písničky na přání. „Muzicírování“ navštěvuje čím dál více klientů, kteří neváhají projevit své hudební talenty a náklonnost především k folkovým a lidovým písním.

Muzikoterapie má mnoho pozitivních přínosů pro duševní i fyzický stav účastníků. Zvyšuje pozornost, zlepšuje kognitivní funkce, komunikaci, sociální interakci. Hudba působí preventivně proti depresím, zahání chmury, odbourává stres a přináší spoustu radosti. Nám tedy určitě. A proto věříme, že zpívání bude brzy opět povoleno, abychom nemuseli hledat zemi krále Miroslava, napsala než odešla, nejspíše „do země krále Miroslava“ naše milá muzikoterapeutka Hana Ceplová, které tímto přejeme dobrou cestu a **třeba i někdy návrat mezi nás.**



Šachový kroužek

Od 4. května 2021 funguje každé úterý a čtvrtek šachový kroužek. Osloven byl každý klient z budovy A. Přihlásilo se celkem 12 zájemců, kteří se rozdělili do dvou skupin po šesti hráčích. Úterní skupina jsou mírně pokročilí, ve čtvrtek se scházejí úplní začátečníci.

Šachový kroužek vede dlouholetý šachista a rovněž klient z budovy A, Ing. Vladimír Propš ml. (viz foto) Vedoucí kroužku si dává za cíl seznámit budoucí šachisty nejen s tím, jak se „tahá figurkama“, ale také se základními principy, zásadami a obraty šachové hry. Docílit toho, aby budoucí šachisté co nejdříve soupeřili mezi sebou a mohli na sobě dále pracovat samostatně z různých šachových zdrojů.



Vrcholem snažení šachového kroužku by mělo být uspořádání regionálního šachového turnaje.

Ing. Vladimír Propš ml.

Schůzky s klienty v našem sanatoriu

Několikrát do roka se v našem zařízení konají schůzky vedení Sanatoria Topas a pracovníků Almedu s klienty z obou budov. Zúčastnit se může každý klient.

Po vyhodnocení minulého období a seznámení se s plány na další období, mají všichni klienti možnost zeptat se na cokoli, co je zajímá, vyslovit svá přání a připomínky, případně sdělit s čím nejsou spokojeni. Pracovníci se snaží zodpovědět všechny dotazy, zaznamenat a do budoucna zohlednit jejich připomínky, vyřešit stížnosti či říci, jak budou řešeny a do kdy.

V letošním roce 2021 schůzka na budově A proběhne 18. 6. 2021 a na budově V proběhne 11. 6. 2021. Další schůzky jsou plánovány na konec roku.

Volby do Poslanecké sněmovny 2021

Na podzim tohoto roku nás opět čekají volby, tentokrát do Poslanecké sněmovny. Je samozřejmostí, že i naši klienti mají možnost dostát své občanské povinnosti a vyjádřit tak svůj názor na současné dění. Sociální pracovníci se s dostatečným předstihem dotáží všech obyvatel Sanatoria, zda volit chtějí a následně zajistí vše potřebné ve spolupráci s MěÚ Seč. Klienti ani jejich rodiny tedy nemusí nic zařizovat. Volební komise pak přijde v předem nahlášený a domluvený čas s přenosnou volební schránkou na obě recepcy našeho domova. Každoročně se voleb účastní klienti z obou budov, počet voličů samozřejmě závisí na druhu voleb.

*sociální pracovnice
Bc. Nikola Línková*

Informujeme, co se bude dít:

Kromě našich pravidelných aktivit, kterými opět budou:

Mše svatá - každých 14 dní ve středu od 10 hodin ji slouží pan farář Mgr. Milan Vrbiak;

návštěvy řádových sester s připraveným programem - čtvrtek dopoledne;

oslavy narozenin našich klientů s občerstvením, posezením a muzikou;

kroužky a aktivity dle zájmu klientů (zdravotní cvičení, petangue, ruské kuželky, stolní tenis, stolní fotbal, šipky, rybářský kroužek u přehrady, vaření, pečení, muzikoterapie, reminiscenční terapie, canisterapie, animoterapie, zahradní terapie, tvořivá dílna, promítání a další.

Dále plánujeme: výlet za zvířátky, výlet k přehradě, piknik na zahradě, oblíbené opékání, sportovní soutěže, pravidelná taneční odpoledne a retrodiskotéky.

Humorné okénko:

Když vidím čokoládu, slyším v hlavě dva hlasy. Ten první říká: „Musíš sníst tu čokoládu.“ Ten druhý hlas říká: „Slyšela jsi dobře. Sněz tu čokoládu.“

Smutné přání na konci lockdownu: „Chtěla bych být housenka. Žereš, žereš, žereš, žereš, usneš, probudíš se a jsi krásná!“

Manžel povídá své ženě: „Víš miláčku, ty jsi jiná než ostatní...“ Žena se s koketním úsměvem ptá: „A jaké jsou podle tebe ostatní ženy?“ Muž s povzdechem: „Hezčí.“

Žena se po příchodu z práce naparuje před manželem: „Dneska ráno v metru tři mladí chlapci vstali, aby mi uvolnili místo.“ Muž vzhlédne od novin: „A vešla ses?“

Policajt zastaví blondýnu na ulici a říká: „Slečno, váš pes nemá košík!“ „Ale my nejdeme nakupovat.“ „Promiňte, to jsem nevěděl.“

Muž osloví ve vlaku naproti sedící ženu: „Když se na mě takhle hezky usmíváte, hned bych vás pozval k sobě.“ Žena: „Vy jste mi nějaký lichotník.“ Muž: „No, lichotník snad ani ne, ale zubař.“

Pozdě večer přechází přes tmavý park osamělá žena, když se ze tmy náhle ozve: „Stůj!“ Žena se zastaví. „Lehni!“ Žena si lehne. „Plazit se!“ Žena je tak ustrašená, že se hned začne plazit. Po chvíli se nad ní někdo skloní a s účastí v hlase se zeptá: „Paní, není vám špatně? Já tu sice cvičím svého psa, ale nemám vám zavolat doktora?“

Zdalipak víte:

Kdy lidé nejvíc nenávidí budík?

Když zvoní. A když nezazvonil.

Z čeho vznikl člověk?

Ze švestky, protože ze švestky se dělá slivovice, ze slivovice je opice a z opice je člověk.

Jaký je rozdíl mezi mrazem a traktorem?

Když vám po zádech přejede mráz, dá se to vydržet.

Tipy na letní výlety pro Vás:

Seč – zříceniny hradů Oheb a Vildštejn, přehrada – koupání a vodní sporty, lodičky, paddleboardy

Klokočov – tisíciletá Klokočovská lípa, restaurace Na Pilce s vodním kolem a vodníkem

Slatiňany – hřebčín, zámek, Kočičí hrádek, rozhledna Bára

Kraskov – Peklo

Bílek – skály

Nasavrky – historicky zaměřená naučná stezka, keltský archeoskanzen Země Keltů, zámek

Třemošnice – Žižkův dub, Lovětínská rokle, vyhlídka Dívčí kámen, zřícenina hradu Lichnice

Hlinsko – památková rezervace Betlém, městské muzeum a galerie

Vysočina – skanzen na Veselém Kopci

Chrudim – Muzeum loutkářských kultur, regionální muzeum

**Přejeme Vám lepší a zdravější dny,
méně strachu a více radosti**

Nabídka masáží pro klienty:

Šíje	150 Kč (20min)
Záda	200 Kč (30min)
Horní končetiny	100 Kč (15min)
Dolní končetiny	150 Kč (20min)
Celk. masáž (záda, šíje, beder. páteř)	400 Kč (60min)

Objednání je možné u soc. pracovníků.

Masáže jsou prováděny našimi zaměstnanci, kteří mají odborné kurzy k provádění masáží.

Výhodou masáží v Sanatoriu Topas je to, že jsou prováděny v prostředí domova a zaměstnanci, které klienti dobře znají. Platba bude probíhat formou fakultativních služeb ve vyúčtování.

Mgr. Jana Řebíčková, vrchní sestra

