

DOMOVSKÝ ZPRAVODAJ I/ 2022



Sanatorium TOPAS, s.r.o.

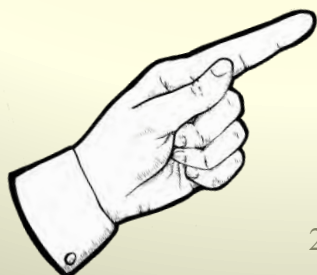
Československých pionýrů 197

538 07 Seč

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

Obsah:

1. Pozvánka na Den otevřených dveří
2. Úvodní slovo
3. Představuje se Vám nová vedoucí PSS
4. Představuje se Vám nová vedoucí aktivizace
5. Pozdrav z budovy A
6. Sestry františkánky
7. Sanatorium Topas
8. Kontakty na nás
9. Nabídka masáží
10. Naši noví zaměstnanci
11. Proběhlá školení
12. Dění na budovách
13. Žijí mezi námi
14. Informujeme





Srdčně Vás zveme na

„Den otevřených dveří našeho Sanatoria Topas“



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

Kdy: 14. 9. 2022 od 10.00 do 15.00 hodin

Můžete se těšit na:

- prohlídky obou budov sanatoria;*
- společné tvoření;*
- ochutnávku staročeských bramborových placek a domácích limonád;*
- společný zpěv při kytáře.*

Bližší informace Vám podají:

Bc. Nikola Linková - 778 548 855, Bc. Naděžda Márová - 774 711 918

Bc. Lubomír Wohák, DiS. - 730 890 420

Úvodní slovo

Vážení klienti a příznivci
Sanatoria Topas Seč,

je mou milou povinností otevírat
svým úvodním slovem náš Domovský
zpravodaj. V aktuálním čísle pro Vás
máme připravené aktuality, ohlédnutí
za proběhlými akcemi a spoustu dalšího
zajímavého ze života v našem domově.



Na základě zrušení pandemické pohotovosti dne
4. května 2022 Sněmovnou ČR skončila povinnost
používání ochranných prostředků dýchacích cest
v zařízeních sociálních služeb a budeme doufat, že tato
situace bude již trvalá.

Ráda bych napsala, že nás všechny nyní čeká klidnější
období, ale v souvislosti s válečným konfliktem na Ukrajině
to bohužel napsat nemohu. Velice Vám všem děkuji
za podporu, kterou jsme díky Vám schopni realizovat.

Touto cestou také moc děkuji paní Andree Ryšánkové –
bývalé vedoucí přímé péče (budova V) za její práci, kterou
ve vedoucí pozici odvedla a zároveň vítám nově nastupující
vedoucí přímé péče (budova V) paní Ladislavu
Procházkovu. Rovněž děkuji paní Aleně Cipryánové –
bývalé vedoucí aktivizace a vítám paní Lenku Stýblovou –
nově nastupující vedoucí aktivizace. Přeji všem hodně
úspěchů v práci i v běžném životě.

Krásné počtení a pohodové letní dny přeje

*Vaše vrchní sestra
Mgr. Jana Řebíčková*

Představuje se Vám nová vedoucí PSS

Milí klienti, zaměstnanci a přátelé,

ráda bych se Vám představila a pozdravila Vás touto formou, byť jsem se s mnohými z Vás už setkala.

Oba moji rodiče, dnes již v důchodu, pracovali celý život v pomáhajících profesích a není náhoda, že i moje pracovní cesta nyní vede tímto směrem. Ne nadarmo se říká, že jablko nepadá daleko od stromu. Přestože jsem prošla mnoha profesemi včetně podnikání, musím svým rodičům poděkovat za to, že mě k této práci postupně navedli a díky nim ji mám v krvi a mám ji ráda natolik, že je mi náplní již pět let. Abych tuto práci lépe pochopila a porozuměla jí, začala jsem před třemi roky studovat obor Sociální práce na Univerzitě Hradec Králové a letos jsem studium úspěšně ukončila, ještě mě čeká obhajoba bakalářské práce a složení státních zkoušek.



Děkuji za možnost a příležitost trávit s Vámi čas a být Vám nápomocná při řešení Vašich potřeb. Práce, pro kterou jsme se rozhodli, není jednoduchá, ale věřím, že společnými silami všechno zvládneme.

Můj obdiv patří pečovatelům, sestřičkám a aktivizačním pracovníkům za to, jak zvládají svou práci v této náročné

době, která byla zatížena covidovou epidemií s mnohými opatřeními a zákazy, a nyní dokonce i probíhajícím válečným konfliktem. Děkuji Vám za to, že většinu z Vás v práci potkávám s úsměvem na tváři a se snahou klientům alespoň částečně nahradit rodinu a vytvořit jim nový domov.

Je léto a probíhají dovolené. Všude nás provází vůně trávy, květů a sluneční paprsky lákají ven, na vzduch, do přírody. Během dovolené se věnujeme rodině a svým blízkým, čerpáme energii a nabíráme sílu k další práci. Všem zaměstnancům tímto přeji krásné prožití dovolené a plnohodnotný odpočinek.

Aby nedocházelo ke snížení kvality poskytovaných služeb z důvodu personálního oslabení, využívají jednotlivé pracovní úseky pomoci brigádníků. Proto tady v domově můžete potkávat pro Vás nové a neznámé tváře. Pracovníci přímé péče i aktivizace využívají ke své práci s klienty nejen společné prostory domova, ale také prostředí zahrady, kde nám vše kvete a stíny stromů nás chrání před žhavým letním sluncem.

Mým přáním je, aby se nám tady spolu dařilo. Jsem otevřená komunikaci s Vámi a věřím, že se budeme pravidelně potkávat a radovat se z toho, co v životě máme. Přeji nám, abychom si příjemně užívali všechna společná setkání a neztráceli čas zbytečnostmi, abychom dokázali otevřeně hovořit o svých pocitech tam, kde můžeme věci posouvat, řešit, a abychom si dokázali být oporou nejen v běžném životě, ale i v těžších situacích, které při naší náročné práci mohou nastat.

*vedoucí PSS – budova V
Ladislava Procházková*

Představuje se Vám nová vedoucí aktivizace

Milí klienti, kolegové a kolegyně,

s některými z Vás se znám již několik let, jelikož v sanatoriu jsem začala pracovat začátkem roku 2016 jako aktivizační pracovnice na budově V.



Svou práci mám moc ráda, vždy jsem se ji snažila dělat s nejlepším vědomím a svědomím. Naslouchala jsem Vám klientům, co máte rádi, co potřebujete, co Vás trápí, co chcete ještě prožít, dělat. S některými z Vás se mi podařilo navázat velmi pěkné přátelské vztahy.

Od června 2022 jsem nastoupila na novou pracovní pozici – vedoucí aktivizačních pracovníků, čímž se trochu změnilo těžiště mé práce a stoupl podíl administrativních povinností. Práci v kanceláři mám ráda, ale více mě naplňuje pobyt mezi Vámi, jak na budově V, tak na budově A. Doufám, že se změnou pracovní pozice nedojde k výraznému omezení našeho společně stráveného času.

Milí klienti, i jako vedoucí se s Vámi nadále chci potkávat při různých aktivizačních činnostech. Doufám, že se nám stále bude společně dobře spolupracovat. Jsem otevřena všem Vaším nápadům a připomínkám.

Zdraví Vás všechny Vaše Lenka Stýblová.

*vedoucí aktivizace
Lenka Stýblová*

Pozdrav z budovy A

Vážení a milí čtenáři našeho časopisu,

zdravíme Vás v novém čísle Domovského zpravodaje, přinášíme pár informací z budovy A, které by Vás snad mohly zajímat.

I letos na naší budově pokračuje rekonstrukce. Začátkem roku proběhla výměna zárubní a dveří, byly vymalovány chodby a následně by se měla uskutečnit i instalace rozhlasu po budově A.



V uplynulém období došlo ke změně praktického lékaře, nově k nám dochází pan doktor Shash, místo původního doktora Kotáska. Pro klienty jsme v rámci zdravotnické péče zajistili nové tonometry, glukometry a kyslíkový koncentrátor, který lze použít v případě nutnosti.

Společně s klienty jsme oslavili Velikonoce, kdy se naše zařízení ponořilo do výzdoby plné zajíčků a kraslic, klienti si upletli své pomlázky a zavzpomínali jsme na staré časy. Na „čarodějnice“ jsme si s klienty opekli špekáčky a užili si slunečný den na naší zahradě. Oslavili jsme také „Modrý den“ a Světový den sociální práce.

Byli jsme s klienty na výletě v Holicích a pěší túře okolo přehrady. Klienti už ochutnali první plody vlastnoručně vypěstované na naší zahrádce. Nyní si již společně užíváme letní prosluněné dny.

Od počátku tohoto roku jsme na budově A přivítali celkem 13 nových klientů, kterým přejeme, aby se jim u nás líbilo a doufáme, že zde budou spokojeni.

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

Sestry františkánky:

„Milí přátelé,

byly jsme požádány, abychom něčím přispěly do vašeho časopisu, a tak se chceme s Vámi podělit o zkušenosti z našich setkání se seniory.

Mít skupinu lidí, se kterými je nám dobře, s nimiž máme společné zájmy a spojuje nás naše víra, je velkým darem, který se nám díky církvi nabízí. Pán Ježíš nám to v Písmu svatém připomíná na mnoha místech, např. v Matoušově evangeliu: „Kde jsou dva nebo tři shromážděni ve jménu mém, tam jsem já uprostřed nich“. (Mt 18, 20-20)

Takové společenství vzniká vždy, když my, řádové sestry františkánky, navštívíme seniory v zařízení Topas s křesťanským programem.

Snažíme se jim zprostředkovat aktuální dění v církvi, jak byli zvyklí, když žili ještě ve svém prostředí.



V době postní mluvíme o postu, v době velikonoční pak o Velikonocích... Někdy své programy navíc doplňujeme prezentacemi. A po programu si všichni společně rádi zazpíváme. Jsme také otevřené pro individuální rozhovory s klienty. Sanatorium Topas navštěvujeme 2x do měsíce s programem a při dalších dvou návštěvách doprovázíme P. Milana Vrbiaka, který pro ně slouží Mši svatou. Při Mši svaté mu pomáháme ve čtení, zpěvu apod.

Jsou chvíle, kdy se každý člověk dokáže nějak uvolnit. Vnímáme, že právě takové chvíle prožívají senioři s námi, prožíváme je ale i my ve společenství s nimi.

Chceme poděkovat také sestřičkám, které se o klienty starají, protože bez nich bychom se neobešly. Kdykoli přijdeme, snaží se nám vyjít vstříc. Obětavě zvou a svázejí klienty na programy a za léta naší vzájemné spolupráce vidíme, že se o ně ochotně starají, vytváří pro ně domov a že je klienti mají rádi.“

*Sestry františkánky
z Hoješína*



Sanatorium Topas

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 možné v jednolůžkových, dvoulůžkových a třílůžkových pokojích, na každém patře je pak společné sociální zařízení zvlášť 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.

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.



Kontakty na nás:

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/>



NABÍDKA MASÁŽÍ PRO KLIENTY

KLASICKÉ uvolňující / povzbuzující

záda

dolní končetiny

30 min 300 Kč

horní končetiny / šíje

45 min 450 Kč

obličej / šíje

60 min 600 Kč

na míru, dle přání

MASÁŽ S LÉČIVÝMI NÁSTROJI

navodí relaxaci a regeneraci

celého těla i mysli

50 min 500 Kč

OBJEDNÁVKY U HANY CEPLOVÉ
NEBO NA TEL: 605 546 420

Naši noví zaměstnanci

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

Vedoucí PSS – budova V:

Ladislava Procházková

Vedoucí aktivizačních pracovníků:

Lenka Stýblová

Provozní pracovníci:

Olena Drahan

Serhii Drahan

Olha Davydova

Tetiana Nykolaienko

Zinaida Povkh

Mariia Serdiuk

Olha Shchuryshyna

Inna Tsykhanovych

Mariia Sabadosh

Pracovníci v soc. službách:

Iryna Kalvodová

Matěj Kosina

Jiří Soukup

Jitka Bolechová

Jana Ulmanová

Brigádníci:

Veronika Valentová,

Lucie Müllerová

Olga Sinelniková



Proběhlá školení

- **11. 1. 2022** „Podvýživa seniorů v běžné praxi aneb bludný kruh malnutrice“ – všichni zaměstnanci
- **11. 3. 2022** „Standardy 1-6, Etický kodex, Nesouhlas klienta, Ochrana osobních údajů, Zákaz zcizování osobních věcí, jídla a majetku“ – všichni zaměstnanci
- **4. 4. 2022** „Co ženy dokáží v pracovním kolektivu – problematika ženských kolektivů“ – všichni zaměstnanci
- **13. 4. 2022** „Odborná stáž v Psychiatrické nemocnici Havlíčkův Brod“ – 8 ošetřovatelů + 2 aktivizační pracovnice + 3 vedoucí pracovníci
- **29. 4. 2022** „Emoční inteligence v práci s klienty“ – 2 sociální pracovníci
- **12. 5. 2022** „Specifika výživy seniorů“ – staniční sestra + vedoucí ošetřovatelů
- **13. 5. 2022** „Úvod do týmové komunikace“ – všichni zaměstnanci
- **18. 5. 2022** „Vykazování péče na zdravotní pojišťovny“ – vrchní sestra + admin. zdr. poj.
- **6. 2022** „Efektivita v hospodaření zařízení sociálních služeb“ – vedoucí PSS + vedoucí aktivizačních pracovníků
- **22. 6. 2022** „Manipulace s inkontinenčními pomůckami“ – všichni zaměstnanci

*administrativní pracovnice
Ivana Pešková*

Dění na budovách

Sponzorský dar

Klientům z přízemí „0“ našeho sanatoria byl věnován sponzorský dar v podobě sazenic s hlínou od pana H. z Pardubic a suroviny na výrobu mýdla od pana H. z Čáslavi. Dar jsme využili k osázení truhlíků a květináčů, které jsme umístili na parapety do naší zahrady. Společně s klienty jsme vyrobili voňavá mýdla, která budou použita jako dárečky. Za dary jsme moc vděční. A za klienty děkujeme.

Písničky na přání

Ahoj!!! Zdraví Vás klient Topasu Ing. Vladimír Propš ml. alias diskžokej SEKTOR (63). Mám rád celý život dobrou hudbu. Vlastním počítač, kde mám uloženo cca milion písniček. Toto množství písniček mi umožňuje zahrát na přání prakticky jakoukoliv písničku. Rozhodl jsem se, že se podělím o tuto mega knihovnu písniček s ostatními klienty Topasu.



„Písničky na přání“ provozují již jeden rok s velkým úspěchem dvakrát týdně. Ve středu dopoledne na budově A a v pátek dopoledne na budově V. Klienti Topasu si mohou poslechnout svoji oblíbenou hudbu a nejen to!!! Mohou si zatancovat, poklábosit, společně zazpívat, zasoutěžit si o ceny a obdržet občerstvení od příjemné obsluhy. Prostě strávit pohodové dopoledne v Sanatoriu Topas.

Zdraví Vás diskžokej SEKTOR!!!

Společné vaření

Jednou z nejoblíbenějších činností u nás v sanatoriu je vaření. S klienty konzultujeme i to, co bychom měli při společném vaření vařit a na co mají chuť. Mezi nejvíce oblíbená jídla patří bramboráky, chlupaté knedlíky



a nemůžeme opomenout ani sladká jídla, jako jsou palačinky, koláče a řezy. Při společném vaření zažíváme legrační situace, na které všichni rádi vzpomínají.



Kavárna

Jednou za měsíc se společně setkáváme při kávě a malém pohoštění, abychom si připomněli lidové tradice, pranostiky a zvyky vážící se k jednotlivým měsícům. Při společném posezení si každý z nás vzpomene na své rodinné tradice a podělí se o ně s ostatními. Těšíme se na každé další setkání.

Bowling A

Pro vytvoření dobré nálady jsme do našeho programu opět zařadili turnaj v bowlingu. Účast byla jako vždy hojná a o legraci nebyla nouze. Samozřejmostí je vždy i účast zaměstnanců – kteří jsou bouřlivě povzbuzováni. Pak se již jen s napětím čeká, kdo dostane odměny a medaile.



Dámský klub A – „kosmetika“

V naší stále nabídce programů se ustálila u žen oblíbená aktivita v rámci Dámského klubu – „kosmetika“. Ženy se na tuto klubovou aktivitu velice těší, zkrášlí se tam a proberou to, co před muži nemohou.



Dámský klub

Naše klientky mají možnost scházet se každých 14 dní v úterý v Dámském klubu. Klientky se scházejí v aktivizační místnosti a při kávě si povídají, něco vytvářejí nebo se nechávají opečovávat.

Mečoun – „O rybách“ – přednáška s videoprojekcí

Sešlo se nás na ní cca 30-40 lidí a pan Janoušek, kterému nikdo neřekne jinak než „Mečoun“, poutavě vyprávěl o rybolovu nejen ve sladkých vodách, ale i na moři, kde jeho

největším úlovkem byla jedna z nejrychlejších ryb vůbec, plachetník z rodu mečounovitých, díky kterému přišel ke své přezdívce.



*klientka
Králová Ivana*

Valentýn V

Jako každý rok jsme pro naše klienty připravili posezení ke dni sv. Valentýna, kde se rozdávala káva a také cukroví ve tvaru srdíček, které jsme pro klienty upekli. K tomu si klienti zasoutěžili u valentýnského tipovacího kvízu, který měl však jen jednoho vítěze, jemuž se za první místo dostalo sladké odměny. Společně s klienty jsme tak strávili pěkný den.



Valentýnská dílna A

Ve valentýnské dílně si každý mohl vyrobit přáníčko z lásky nebo jen tak pro radost. Upekli jsme linecká srdíčka, která jsme rozdali mezi klienty a personál.

Ovar – únor A

Jako každý rok se u nás v sanatoriu pořádala tradiční česká zabíjačková hostina. Brzy ráno se dalo vařit maso na ovar. Než se maso uvařilo, připravily se kroupy na „prdelačku“ a křen s jablky – „vejmrda“. Ovar si dal každý s chutí, tak jako prdelačku. Všem moc chutnalo a těší se na další dobroty.



Sportovní den V

25. 2. 2022 se uskutečnil v našem sanatoriu sportovní den pro klienty. Byly pro ně připraveny různé sportovní disciplíny, ve kterých si mohli mezi sebou změřit své síly a dovednosti. Sportovní den měl velkou účast a klienti se dobře bavili. Po splnění všech disciplín je čekala sladká odměna.

Oslava MDŽ na budově A

8. 3. se slaví Mezinárodní den žen a ani u nás v sanatoriu neděláme výjimku. Pro naše klientky jsme vyrobili přáníčka

a společně jsme oslavili MDŽ u kávy se zákusky, které všem ženám vykouzly úsměv na tváři.



Oslava MDŽ na budově V

Dne 8. 3. 2022 jsme slavili společně s klientkami Mezinárodní den žen. Klientky strávily krásné dopoledne spojené s příjemnou hudbou, pouštěním humorných scének a poznávacím kvízem. Všechny ženy dostaly zákusek, přáníčko a kytíčku z látky. Oslava se vydařila a všem se moc líbila.

Masopust na budově V





Dne 18. 3. 2022 proběhl v našem sanatoriu masopust spojený s průvodem a řádným pohoštěním pro klienty. Byla připravena ochutnávka klobás a božích milostí, které jsme společně s našimi klientkami napekly. Masopustní veselí provázela hra na harmoniku, na kterou nám přišel zahrát pan Lád'a Cepl. Klienti měli na sobě masopustní kostýmy a velmi dobře se bavili.

Na konci byli vyhlášeni král a královna masopustu, které si klienti sami zvolili.

Masopust a smažení koblih na budově A

Staročeského masopustu a smažení koblih na „Áčku“ se účastnil každý, kdo mohl. Klienti si spolu s aktivizačními pracovníci předem připravili masopustní masky, škrabošky, a pak celé dopoledne probíhala masopustní veselice s hudbou, tancem a také ochutnávkou koblih s mákem. Všichni byli spokojeni a odcházeli plni nejen zážitků.



Březnové josefovské posezení

Aby našim mužům nebylo líto, že ženy oslavily svůj svátek, a oni přišli zkrátka, připravili jsme pro ně josefovské posezení. Naložili jsme asi 14 dní předem utopence, které jsme pak jako překvapení dávali mužům během společného setkání.

Turnaj v Člověče, nezlob se!

Člověče, nezlob se! je hra, kterou známe všichni, a u většiny našich klientů je velmi oblíbená.



Během turnaje v této deskové hře jsme si s klienty zahráli o krásné ceny a strávili spolu příjemné dopoledne plné zábavy.



Velikonoce

Přípravu na Velikonoce jsme nepodcenili. V kavárničce jsme si popovídali o tradicích a zvycích spojených s těmito svátky. S paní Nikolou Línkovou jsme malovali vajíčka



horkým voskem. Také jsme si upekli velikonoční nádivku a beránka. Celá



budova se velikonočně nazdobila a nezapomněli jsme ani na pletení pomlázek, s čímž nám pomohl pan Švadlenka.

Oslava Velikonoc

Velikonoce jsou jedno z období, na které se klienti nejvíce těší. Je spojeno i s příchodem jara, proto jsme společně s nimi



upekli beránka, jidáše, perníčky a tradičním způsobem vyzdobili jídelny tak, aby se zde všichni cítili dobře.

Klientky měly možnost obarvit a ozdobit si dle své fantazie vajíčka, pletly se pomlázky, zaselo se osení, které bylo následně použito na výzdobu. Připravili jsme pro klienty velikonoční kvíz, ve kterém

si zasoutěžili o ceny. Byl to velmi pěkně strávený svátek.



Den Země

22. dubna v rámci mezinárodního Dne Země jsme vyzbrojeni sáčky a rukavicemi uklidili okolí sanatoria.

Pálení čarodějnic u budovy A

Tento lidový zvyk jsme sice oslavili o den dříve, ale i tak věříme, že si jej všichni užili. Pro klienty bylo připraveno občerstvení v podobě grilovaného buřtu nebo salámu. Posezení v prostorách sanatoria nám zpříjemnil hudbou

a zpěvem Lád'a Cepl. Počasí nám sice nepřálo k posezení venku, ale i tak nám dobrá nálada nechyběla.

Čarodějnice na budově V

V dubnu se u nás v sanatoriu každoročně slaví „čarodějnice“.



S klienty vždy vyrábíme čarodějnice a vyprávíme si o historii. V den pálení

čarodějnic se aktivizační pracovníce převlékají do kostýmů a opékají spolu s klienty buřty.



Promítání – 9. 5. a 20. 5. 2022

Pro naše klienty jsem připravila přednášku o králících s hodinovým dokumentárním filmem, ve kterém je natočen život králíků na králičím ostrově a spousta zajímavostí. Další promítání bylo zaměřeno na kočky žijící s lidmi v jejich obydlích a na schopnosti, které mají.

Promítání přírodopisných dokumentů

Čas od času u nás v Sanatoriu Topas probíhá promítání přírodopisných dokumentů. Některé z nich jsou spojené s přednáškou a různými zajímavostmi, ukázkami fotografií a keramickými figurkami zvířat. Záměrem je zpříjemnit dopoledne a připomenout si krásy naší planety.



S klientem panem Ing. Propšem, který má pro ostatní klienty vlastní program nazvaný „Písničky na přání“, jsme zkusili přehrát i pár vtipných videí se zvířátky. Tato projekce měla veliký úspěch a klienti si přejí další pokračování.



Pro některé klienty z obou budov jsem připravila také individuálně probíhající kvíz o kočkách, za pomoci fotografií a různých nápověd.

aktivizační pracovnice

Maruška Kolářová



Zahradní terapie – budova A

S přibývajícími slunečními paprsky jsme s klienty začali pracovat na naší zahrádce. Připravili jsme záhonky, pohrabali trávu, umyli truhlíky a po třech zmrzlých jsme se pustili do díla.



Osázeli jsme truhlíky a misky květinami. Do záhonků jsem vysadili sazenice rajčat, paprik, okurek a nezapomněli jsme ani na bylinky. O naši zahrádku se společně staráme, čekáme na úrodu a máme radost z každého i malého úspěchu.

Zahradní terapie – budova V

I tento rok jsme se snažili, aby naše jarní snažení bylo v létě odměněno krásnými květy a bohatou úrodou. V našem zařízení byla vybudována nová terasa na zahradě, kde jsme pro radost i užitek osázeli vyvýšené truhlíky jahodami,

bylinkami a květinami.



I náš fóliovník dostal změny v podobě nové fólie ušité na míru. Před hlavním vchodem jsou nově vysázeny clematis, jednoleté květiny i trvalky. Velkou radost nám dělá osázený dřevěný truhlík z palet. Aby nám rostliny dobře zakořenily a rostly, používáme hnojivo od kalifornských žížal z vermikompostéru, o který se společně s klienty staráme.



I pokojové rostliny potřebují péči. S klientkami jsme je očistili, přesadili a rozmístili po budově sanatoria.

Kvíz 11. 5. 2022

Spousta klientů se zúčastnila zábavného kvízu „Rozumíte řeči domácích mazlíčků?“. Po ukončení kvízu se rozdaly ceny za první až třetí místo a všichni účastníci si pochutnali na domácím bábovce z vaječného likéru. Kvíz se všem velmi líbil.

Šnečí závody 17. 5. 2022

Pro naše klienty jsme uspořádali netradiční závod šneků. V našem chovu máme šneky africké – oblovky. Každý šnek měl své soutěžní číslo a klienti si mohli vybrat, kterému



budou fandit. Šneci byli postaveni na start a měli se co nejrychleji přesunout do cíle, který byl na druhém konci stolu. K tomu je měla přimět vůně ovoce, zeleniny a květin. Každý má rád něco jiného. Lákadlem pro ně bylo např. hroznové víno, salát, meruňka, jahoda, a dokonce i pampeliška. Do poslední chvíle to byl napínavý závod. Vítězný šnek si vybral banán. Ten, kdo si na vítězného šneka vsadil, dostal sladkou odměnu.



Pro všechny klienty jsme měli připravené malé pohoštění. Závod byl nejen napínavý, ale i poučný. A kdo měl zájem,

mohl si přečíst více informací v odborné brožurce.

Přednáška diabetes – cukrovka (26. 5. 2022)



V našem zařízení máme mnoho diabetiků, proto nejen pro ně připravila naše staniční sestra Eva Peřinová přednášku o této nemoci. Každý ze zúčastněných si jistě odnesl spoustu zajímavých informací do života.

Návštěva muzea Emila Holuba a návštěva Sanatoria Topas v Holicích (27. 5. 2022)

V pátek 27. května 2022 jsme se po snídani pohodlně přemístili autobusem do Holic. Výletu se zúčastnilo cca 45 klientů Sanatoria Topas Seč.



Jako první jsme v Holicích navštívili muzeum světoznámého cestovatele Emila Holuba. Vstupné nám bylo uhrazeno z prostředků Sanatoria Topas Seč. Návštěva muzea byla velmi zajímavá a poučná. Emil Holub se narodil roku 1847 v Holicích a zemřel na následky nemoci prodělaných v Africe v roce 1902 ve Vídni. Je pohřbený na centrálním hřbitově ve Vídni. Významnou měrou přispěl k popularizaci afrického kontinentu. Současní cestovatelé mají rozhodně na co navázat.





Po návštěvě muzea Emila Holuba jsme se autobusem přemístili do Sanatoria Topas Holice. Zde jsme byli již očekáváni. Dostalo se nám vřelého přijetí a bohatého občerstvení. Sanatorium Topas Holice je moderní a velice pěkné. Všichni klienti Sanatoria Topas Seč se zde cítili velice dobře.

Závěrem bych chtěl poděkovat vedení Sanatoria Topas Seč

za uspořádání tohoto výletu. Bylo to velice příjemné zpestření pobytu v sanatoriu. Jen tak dál!!!

*Autor článku: klient
Ing. Vladimír Propš ml. alias Sektor*





Další dojmy z výletu do Holic:

„Krásně bylo v Holicích, nádherné muzeum, krásné město. Snad nejvíce se mi líbila ukázka lva – boj hladového





zvířete o maso. Líbily se mi napodobeniny, figuríny i kulisy, stejně jako pravé exponáty z Afriky. Nikdy jsem to naživo neviděl, ale jako školák jsem měl figurky Emila Holuba, je to milá vzpomínka. Všechno se mi líbilo, velice to na mě zapůsobilo.

Nic takového u nás v Bystřici pod Hostýnem nebylo, i když u nás je poutní místo zvaný Svatý

Hostýn – bazilika Nanabevzetí Panny Marie – na počest její památky, neboť podle pověsti zachránila lidi před Turky, kteří rabovali a kradli. To mi vyprávěla moje babička a jí její maminka. Jsem opravdu silně věřící člověk a jako malý jsem chodil na poutě do kostela, na jehož jméno si již sice nevzpomenu, ale ten kostel byl opravdu krásný, je v něm zobrazena Panna Maria na počest jejího laskavého srdce.“

*klient
Petr Šustek*

Turnaj v šipkách (30. 5. 2022)

Šipky jsou u klientů budovy A velice oblíbené, proto jednou za čas, po vysoce zodpovědné přípravě a tréningu, pořádáme turnaj. Naše aktivizační místnosti jsou velké, ale

v tomto případě jednoznačně platí, že kdo dřív přijde, ten dřív mele, :-) nebo vlastně háže. O vítězství kolikrát rozhodne i jeden jediný bod.



Přestože jen tři nejlepší borci mohou získat diplom, medaili a balíček dobrot, stalo se u nás pravidlem, že malou sladkou odměnu dostanou všichni účastníci.



Palačinky a vafle (2. 6. 2022)

Jednoho teplého jarního a slunečného dne jsme se rozhodli udělat palačinky. Protože byl opravdu krásný den,



šli jsme na zahradu, kde jsme pro klienty udělali džus. K tomu spoustu palačinek, které jsme plnili rybízovým džemem a navrch ozdobili výborným krémem. Pekli jsme také vafle. Konzumace dobrot probíhala za poslechu hezké hudby a příjemného povídání.



Pánský klub (7. 6. 2022)

Pod názvem Pánský klub si každý představí pány, jak popíjejí whisky a kouří doutníky, ale u nás tomu tak není. U nás se pánové sejdou a mohou si popovídat či se podívat na sport, který je zajímá. Lze si také zahrát karty, šachy. Případně si pánové mohou uvařit nějakou dobrotu nebo společně něco podniknout.

Návštěva kocoura Elvise 9. 6. 2022

Již po druhé navštívil naše zařízení kocour Elvis.

Od poslední návštěvy povyrostl, je z něho už dospělý kocour. Už není tak divoký, jako když byl kotě, ale hraje si stále rád, dokonce chytá myši.

Jelikož tu dlouho nebyl, zprvu se trochu bál, ale pomazlit se nechal. Klienti si ho rádi pohladili a vyfotili se s ním na památku.

Parašutisté (10. 6. 2022)

Dne 10. 6. 2022 přiletěli ve velkém vrtulníku parašutisté z chrudimské posádky. Předvedli nám slaňování z menší výšky a seskoky s padáky z větší výšky. Byla to úžasná podívaná, přišli se podívat i lidé z okolí. Klienti obdivovali jak obří vrtulník, tak výstroj parašutistů.





Dámský klub – brože, kloboučky (14. 6. 2022)

Dvakrát do měsíce pořádají aktivizační pracovnice pro klientky „Dámský klub“, kde se učíme např. kosmetické masky na tvář i na ruce, vyrábíme brože či kloboučky „kudy z nudy“.

klientka Králová Ivana



Životní prostředí – soutěž (16. 6. 2022)

Dne 16. 6. 2022 jsme si pro naše klienty připravili soutěž na téma životního prostředí a třídění odpadu.

Klienti si poslechli zajímavé povídání o tom, jak správně třídít odpad a jiné zajímavosti, které si pro ně připravila aktivizační pracovnice Kristýna Levinská.



Klienti soutěžili ve čtyřech družstvech a odpovídali na různé otázky. Na konci na ně čekala sladká odměna.

Všem se soutěž moc líbila a těší se na další.

Ukrajinská kuchyně (17. 6. 2022)

Chtěli jsme s klienty uvařit něco ukrajinského. A rozhodli jsme se udělat boršč, z čehož měli klienti velkou radost. Pomohli nám se vším, nakrájeli brambory, mrkev, řepu, vše, oč jsme požádali. Nejprve jsme dali vařit brambory, zelí a maso, pak jsme nakrájeli cibuli. Tu jsme trochu orestovali, přidali mrkev a řepu.



Orestovanou zeleninu jsme přidali k zelí a bramborům s masem, osolili, opepřili a provoněli bobkovým listem. Vůně boršče byla cítit po celé budově, čímž přivábila mnoho klientů, kteří si přáli ochutnat. Boršč jim moc chutnal a většina byla šťastná, když dostala přidáno.



Limonády – první letní den (21. 6. 2022)

První letní den si u nás každý klient opravdu užil. Na zahradě se konala akce „Limonády“, každý klient mohl ochutnat námi vyrobené limonády, například okurkovou, jahodovou, pomerančovou, citrónovou nebo ovocnou směs. Osvěžit se mohli také nanukem a melounem. K tomu všemu nám hrál náš diskžokej.



Pěší výlet (28. 6. 2022)

28. 6. 2022 ráno po snídani jsme se vypravili směrem k přehradě, sluníčko nám krásně svítlo, a tak nám cesta pěkně utíkala. První větší zastávku jsme měli u loděnice, kde nám pan Švadlenka vyprávěl o přehradě a okolní krajině. Procházkou jsme došli skoro až „Na Špici“. Cestu zpět jsme si zpestřili pochodem přes celé

náměstí v Seči, sladkou odměnou všem bylo posezení s občerstvením na zahrádce místní restaurace Veselka. Všichni účastníci výletu byli spokojeni a příjemně unaveni. Druhý den ráno se personálu chlubili, že tak pěkně se už dlouho nevyspali.

Pěší túra kolem přehrady očima Ing. V. Propše ml.

Po snídani jsme vyrazili na pěší túru kolem sečské přehrady. Pěší túry se zúčastnilo cca 15 klientů. Šli jsme po cestě kolem přehrady až do jejího cca 3 km vzdáleného



ohybu. Jelikož s námi šel klient o berlích, šli jsme velice pomalu. Počasí nám přálo. Po celou dobu pěší túry bylo jasno a svítilo sluníčko.

Zpáteční cestu jsme zvolili po cestě vedle silnice do Seče (cca 3 km). Cílem byla hospoda Veselka. V tomto

podniku si každý z nás pochutnal na občerstvení podle svého gusta.



Závěrem bych moc chtěl poděkovat vedení Sanatoria Topas Seč za uspořádání této pěší túry. Bylo to nejen velice zdraví prospěšné, ale i příjemné zpestření pobytu v sanatoriu. Jen tak dál!!!

Klient

Ing. Vladimír Propš ml. alias Sektor

Narozeniny

Každý měsíc slavíme narozeniny našich klientů. Vždy pro ně připravíme pohoštění a oslavenci dostanou malou pozornost. K poslechu hraje hudba dle možností a přání.



Oslavy narozenin klientů narozených v měsíci lednu až červnu se konaly: 19. a 20. 1., 24. 2., 17. a 31. 3. 12. a 26. 4., 19. 5. a 20. 5., 8. a 9. 6. 2022.



Žijí mezi námi:

Miloslav Horák

Další inspirativní muž žijící v našem zařízení se narodil v Hlinsku, kde také prožil většinu svého života. Pracoval jako řidič kamionu a k nám do sanatoria přišel i se svojí

manželkou Ivankou, která již bohužel není mezi námi.

Navzdory životním těžkostem okolo sebe dál rozdává dobrou náladu a optimismus.

Setkání s ním je zaručeným prostředkem pro vylepšení nálady.

Pan Horák je velmi čínorodý a manuálně zručný, během svého pobytu zde si oblíbil pletení z papírových ruliček.



V této činnosti se stal hotovým mistrem, jak se můžete přesvědčit z našich fotografií.



Humorné okénko



Informujeme:

Kromě našich pravidelných aktivit, kterými jsou:

- **Mše svatá** – každých 14 dní ji slouží pan farář Mgr. Milan Vrbiak;
- **návštěvy řádových sester** s připraveným programem;
- **oslavy narozenin našich klientů** s posezením a muzikou;
- **kroužky a aktivity** dle zájmu klientů (cvičení, pétanque, ruské kuželky, stolní tenis, stolní fotbal, šipky, rybářský kroužek, vaření, pečení, muzikoterapie, reminiscenční terapie, canisterapie, animoterapie, zahradní terapie, tvořivá dílna, promítání a další).

A co plánujeme na další měsíce? Čeká nás:

Září:

- Zvěřinec Vilémov
- Den otevřených dveří
- Soutěž v kuželkách
- Pranostiky podzim
- Tvoříme z jeřabin
- Vzpomínání na školu
- Turnaj v šípkách budova A a V

Říjen:

- Návštěva kočičky Megie
- Soutěž budov A a V v pétanque
- Podzimní kvíz na téma houby



- Zpracování plodů ze zahrady
- Dýňobraní, dlabání dýní
- Soutěž o nejlepšího draka
- Povídání s naším veterinářem Pepou Honzíčkem

Listopad:

- Dušičkové rozjímání
- Velký kvíz o historii
- Pečení koláčů na více způsobů
- Přednáška s lékařskou tematikou
- Ukládání zahrady k zimnímu klidu

Prosinec:

- Mikulášská nadílka
- Vánoční pečení
- Příprava na advent
- Vánoční posezení s koledou
- Zakončení roku – Silvestr

