

DOMOVSKÝ ZPRAVODAJ III / 2016



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



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

Obsah:

1. Úvod
2. Dění v sanatoriu
3. Zprávy z budov
4. Humorné okénko
- 5.
- 6.
- 7.
8. Pranostiky, přísloví
9. Informujeme, co se bude dít



Úvodní slovo

vrchní sestry Bc. Jany Řebíčkové

Vážení klienti a příznivci Sanatoria Topas Seč,

čas nám stále utíká a přinesl nám krásný podzim. Tyto měsíce jsou pro nás časem plným pracovního úsilí.

Po dovolených se začalo intenzivně pracovat na plánování rekonstrukce, opětovně se nám rozjelo vzdělávání zaměstnanců, provádění kontrolní činnosti, výmalba a úprava pokojů v domově.

Přeji Vám všem klidné a hřejivé dny a hlavně příjemně prožitý předvánoční čas.

**Vaše vrchní sestra
Bc. Jana Řebíčková**



Dění v sanatoriu

V rámci naší neustálé snahy o další zlepšování našich služeb byly ve třetím čtvrtletí roku 2016 pořízeny další prostředky, které nám pomohou zkvalitnit péči o naše klienty.

V měsíci září bylo naše zařízení vybaveno novým signalizačním zařízením, které slouží našim klientům k rychlému přivolání zdravotnického a ošetrujícího personálu.

Bylo zakoupeno polohovatelné koupací křeslo, pro příjemnější a pohodlnější koupání našich invalidních klientů. Zároveň proběhlo proškolení personálu ohledně jeho používání.

Dále byla pro naše klienty zakoupena dvě pojízdná polohovací křesla, která jsou anatomicky tvarovaná a všestranně přizpůsobená pro větší komfort a šetrnější manipulaci s klienty.

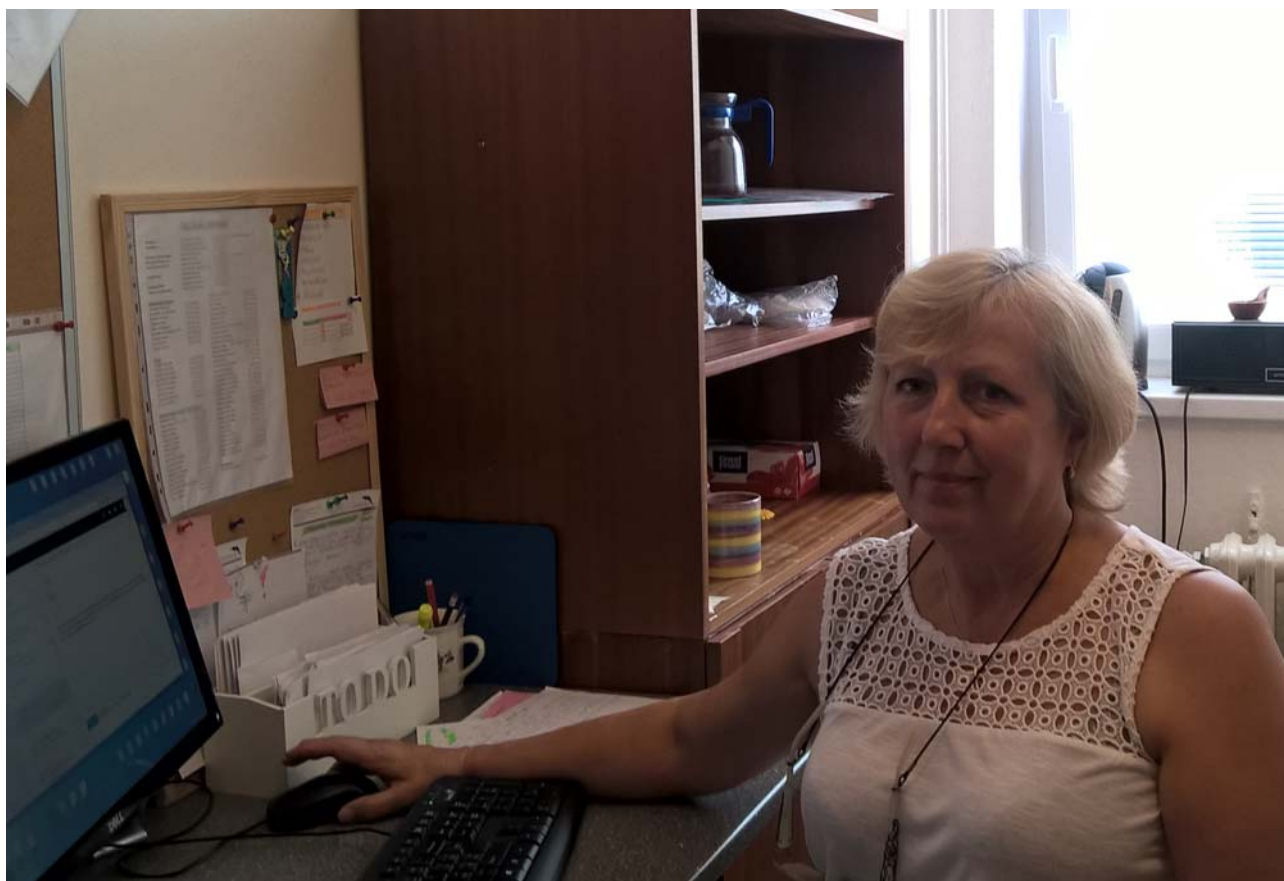


Také bylo zakoupeno 6 nových mechanických vozíků. Budou jimi nahrazeny dosavadní mechanické vozíky, které již plně nevyhovují.

Pro zkvalitnění stravy jsme umístili na jídelnách obou budov sešity k zapisování stížností či připomínek klientů i personálu.

Budeme velmi rádi i za Vaše další případné návrhy a podněty, které přispějí ke zlepšení a zkvalitnění péče.

Andrea Ryšánková



Na této fotce můžete vidět naši milou kolegyni Jarušku Vaňkovou, jejíž usměvavou tvář si jistě všichni pamatujete.

Myslím, že schází nejen nám všem, kteří jsme s ní spolupracovali. Děkujeme jí touto cestou ještě jednou za spolupráci a přejeme jí klidnější časy v penzi.

za kolektiv Nad'a Márová

Důležité, prosím zkontrolujte si, zda jste si povšimli:

Změny čísla účtu a banky sanatoria

Od 1.10.2016 došlo ke změně banky a čísla účtu našeho zařízení, u některých klientů (vzhledem k novele zákona o ochraně osobních údajů) i ke změně variabilního symbolu pro platbu. Tuto změnu jsme vám písemně oznámili, přesto raději připomínáme, že je nutné převést veškeré platby na náš **nový účet 8803776001/5500 u Raiffeisenbank.**

Úpravy návštěvní místnosti

Změnám se nevyhnula ani návštěvní místnost v přízemí budovy V, kde se můžete setkávat se svými blízkými.

Naší snahou je, aby místnost navazovala atmosféru domácího prostředí a čas trávený v naší návštěvní místnosti byl pro každého příjemný.

Kromě současné nástěnky s nejrůznějšími informacemi o pobytu v sanatoriu, nabízených aktivitách a terapiích, včetně možnosti nahlédnutí do domácího, návštěvního i provozního řádu sanatoria, bychom zde rádi časem umístili i fotografie našich klientů z různých akcí a výletů.

Plánujeme zde také vystavit výrobky našich klientů.

Marcela Zuntová

Proběhlá školení

Od května do září - Kineziotaping I., II., Kin. - korekce, Lymfotaping, Bazální stimulace - navazující kurz – Vendulka Nováčková

8. - 9.9. Konference vedoucích pracovníků – Bc. Jana Řebíčková, Nad'a Márová

12.9. BOZP – všichni pracovníci

26.9. Týmová spolupráce – management zařízení

Od října letošního roku bude pokračovat ve studiu Aromaterapie – Helena Řádková

V průběhu celého roku jsou všichni naši pracovníci proškolení ve znalostech z různých oblastí: např. Domácí řád, Provozní řád, Oš. postupy a standardy, Dokumentace, Harmonogram práce, Manipulace s prádlem, likvidace odpadů, podpora kontinence, Péče o klienta, sledování FF, strava, paliativní péče, převazy, příjem, překlad, propuštění klienta, Standardy kvality, Ergoterapie, Ind. plánování, Péče o imob. klienta, RHB, polohování, Bazální stimulace a jiné.

Týmová spolupráce – o své dojmy z tohoto školení se s vámi podělí náš nový sociální pracovník pan Bc. Lubomír Wohák, DiS.:

„Dne 26.9.2016 proběhl v Sanatoriu Topas, s.r.o., provozovna Seč, vzdělávací kurz, který lektorovala Mgr. et Mgr. Michaela Hozáková ze společnosti TENA. Seminář byl určen hlavně vedoucím pracovníkům, kteří řídí tým zdravotníků či pracovníků v přímé péči.

Pro samotné aktéry byla vzdělávací akce přínosem v několika oblastech. Každý se zamyslel, jakým způsobem

funguje v roli vedoucího pracovníka, jak vnímá sám sebe a svoji zodpovědnost vůči týmu. Vzájemně si účastníci sdělili své zkušenosti v práci s týmem a v týmu. Ve druhé části semináře se účastníci zabývali otázkou, jak vylepšit týmovou spolupráci, jak porozumět hodnotám v týmu a jak motivovat pracovníky pro tým.

Rozsah kurzu byl stanoven na čtyři vyučovací hodiny. Je jasné, že se v tak krátkém čase nedalo vše dopodrobna probrat. Samotná debata však podnítila u všech zúčastněných nové nápady a podpořila možnosti pro týmovou spolupráci. “

Rehabilitace

Od května tohoto roku můžeme našim klientům nabídnout krom techniky bazální stimulace také techniku kineziotaping.



- **Bazální stimulace** je určena všem nemocným, kteří mají narušenou nebo omezenou schopnost vnímání, komunikace a pohybu.

Cílem bazálně stimulující péče je rozvoj identity klienta, snaha o navázání komunikace s jeho okolím, zlepšení orientace v prostoru a čase, zlepšení funkcí organismu. Lze říci, že pečující (ošetřovatel) je průvodcem nemocného na stejné cestě po stejnou dobu.

Bazálně stimulující péče tak napomáhá klientovi, aby si uvědomil hranice svého těla, vnímal a pocítil sám sebe,

orientoval se v něm a vnímal přítomnost jiného člověka.

Stimuly nabízené v bazálně stimulující péči jsou na úrovni somatické, vestibulární, vibrační, olfaktorické, optické, auditivní, orální a taktilně haptické. Díky správným nabídkám lze s klientem navázat kontakt a vytvořit pocit jistoty a důvěry, který je velmi potřebný pro naši práci.



Kineziotaping je převratná a velice vyhledávaná technika v regeneraci i rehabilitaci.

Kineziotaping též kineziologické tejpování pochází od slova kineze – pohybovat.

Tuto techniku vyvinul v 70. letech minulého století v Japonsku lékař Kenzo Kase. Během následujících let se kineziotaping rozšířil do celého světa.

Specifickým nalepováním elastických pásek se pokožka zvlíní, a tím je podpořen krevní oběh i lymfatický systém. Prodlužuje se uvolnění svalů, účinek lymfodrenáže i masáže a aktivují se ozdravné procesy. Kineziotaping je vytvořen na bavlněné bázi a svojí pružností a celkovou charakteristikou odpovídá povaze lidské kůže. Lepidlo je lékařská pryskyřice, která je velmi dobře snášena na kůži.

Kineziotaping je velice funkční při doléčení či udržení odblokovaného místa v uvolněném stavu. Užití kineziotapingu po úrazech výrazně urychluje léčení. Různými korekcemi odlehčují tejpové svalovou zátěž.

- **Svalový tejp** – zvyšuje trvalý průtok krve a uvolňuje

svalové napětí.

- **Lymfatický tejp** – celkově podporuje lymfatický systém a zamezuje opakované tvorbě lymfedémů. Zvýšením průtoku lymfy odvádí toxiny z povrchových tkání. Velmi vhodné je použití např. při onemocnění úponů šlach a všech možných namožení. Vynikajících výsledků se dosahuje při bolestech velkých kloubů.
- **Ligamentózní tejp** – stabilizuje jednotlivé vazy.
- **Korekční tejp** – odlehčením zlepšujeme postavení svalů, kloubů a kostí po úrazu nebo při sportovním výkonu.

Vendulka Nováčková

Muzikoterapie

Od května tohoto roku u nás probíhá muzikoterapie. V současné době neexistuje jednotná definice muzikoterapie, avšak výstižně to vyjádřil A. Linka, který vymezuje muzikoterapii jako „*jakékoli funkční uplatnění hudby v zájmu lidského zdraví*“.

Léčivý vliv hudby je znám od počátku lidstva. Ovlivňuje psychické, fyziologické a somatické procesy v člověku. Vyvolává nálady pocity a také změny chování. Ovlivňuje srdeční činnost, krevní tlak, dechovou frekvenci, svalový tonus, motoriku a činnost mozku. Podporuje pozornost, smyslové vnímání, paměť. Hudba snižuje úzkost, bolest. Je to cesta k uvolnění, relaxaci, odreagování a prožití radosti.

V našem zařízení probíhá na obou budovách jednou

týdně skupinové hraní (kytara, flétna) a zpívání písniček. Na budově V muzicírujeme každé pondělí a budova A si užívá pěkných hudebních chviliek každý pátek.

Oblíbené jsou „lidovky“, stejně jako písničky z 60., 70. let ale i 30. let. Připomínáme si písničky Y. Simonové, M. Chladila, K. Gotta, E. Pilarové, W. Matušky, H. Hegerové atd.

Kdo zná, ten zpívá.....

Na přání některých klientů plánujeme i individuální muzikoterapii, kde budeme využívat lidský hlas, lidské tělo a léčivé hudební nástroje, jako jsou zvonkohry, tibetské mísy, apod.

Hana Ceplová



Žít všemi smysly

S konceptem **smyslové aktivizace** jsem se poprvé setkala v knize Ing. Bc. Hany Vojtové „Smyslová aktivizace v české praxi“, a poté na konferenci „Paměť prochází srdcem“, která se konala v Praze. I nadále budu pokračovat ve vzdělávání v tomto oboru.

Aktivizace má za cíl člověka rozhoupat, motivovat, aby



mohl spoluutvářet svůj život i ve stáří. Věřím, že cílenou aktivizací je možné významně podpořit a poté dlouhodobě zachovat dostupné zdroje stárnoucího člověka.

Od listopadu bude probíhat smyslová aktivizace i v našem sanatoriu. Každý týden ve středu se sejdem při skupinových sezeních v reminiscenční místnosti. Setkání budou cílena na témata, která jsou aktuální k jednotlivému ročnímu období. Budeme se snažit oslovit smysly člověka důvěrně známými vůněmi, zvuky, obrázky, chutí a hmatem poznávat předměty. Prostřednictvím těchto podnětů znovu vyvoláme vzpomínky, probudíme paměť a umožníme verbální a neverbální komunikaci, s cílem uspokojení potřeb, udržení kvality života a zajištění smysluplného a plnohodnotného života ve stáří.

Kamila Müllerová

Bylinkami ke zdraví

Klienti budovy V celé léto pilně sbírali a sušili léčivé bylinky, ze kterých jim budeme v zimě vařit čaje.



Černý bez

Účinky rostliny:

- protizánětlivý
- nachlazení, prochlazení
- vyvolává pocení
- ničí hnilobné bakterie
- čistí zahleněné průdušky
- snižuje krevní tlak
- proti bolestem hlavy
- křečové žíly (obklady)
- bolesti nervového původu
- bolest v krku (kloktat vlažným odvarem)
- slazený a horký má silnější projímavý účinek (zácpa)



Aromaterapii lze definovat jako používání čistých éterických olejů pro povzbuzení stavu těla, mysli a duše. Slovo aromaterapie je složeno ze dvou částí.

Aroma = vůně, *terapie* = léčba. Stručně řečeno je to „**léčba vůní**“.

Aromaterapie v našem sanatoriu

V našem sanatoriu se aromaterapie provádí od června letošního roku. Před jejím zavedením zde jsem musela absolvovat základní kurz aromaterapie pod vedením pana Karla Hádka. Od října budu pokračovat ve studiu tohoto oboru v Praze.

Postupně zařizujeme místnost, která slouží pro tyto účely. Tento prostor naši klienti využívají k příjemné relaxaci a odpočinku. Mým cílem a přáním je zpříjemnit klientům pobyt v našem zařízení, proto bych chtěla do budoucna tuto službu vylepšovat a zdokonalovat.

Závěrem bych ráda uvedla například účinky éterického oleje z „*rozmarýny*“.



Rozmarýna lékařská bývá tradičně spojována s pamětí.

V Anglii probíhá výzkum ohledně vlivu éterického oleje z rozmarýny na schopnost lidí postižených Alzheimerovou chorobou udržet si paměť a zpřístupnit vzpomínky.

Helena Řádková

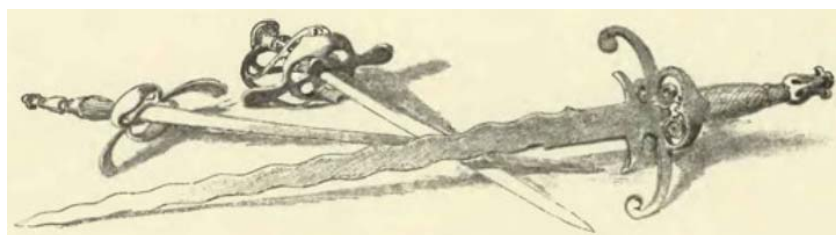
Zprávy z budov

Výlet na zřícenině hradu Oheb a opékání špekáčků

20.7.2016 jsme se s klienty pěšky vydali navštívit naši nedalekou místní pamětihodnost, tedy alespoň to, co z ní zub času zanechal. Cesta byla příjemná, jen posledních pár desítek metrů stoupání do kopce bylo pro některé klienty náročnějších.



Přesto jsme se shodli na tom, že námaha stála za to. Obdivovali jsme umění starých stavitelů, kusy zdí nad srázem, zachovalá průčelí a brány z opevnění bývalého hradu. Potěšili jsme se nádherným výhledem na sečskou přehradu a plni dojmů vyrazili zpět do sanatoria. Tam již na nás čekaly opečené špekáčky, na kterých jsme si pochutnali.



A co se píše o našem Ohebu jinde?

„Torzo gotického hradu, ležící na vyvýšenině nad údolní nádrží Seč, nedaleko od Seče. Hrad založil na přelomu 14. a 15. století obávaný dobyvatel zdejšího kraje Ješík z Popovce. Po Ješíkovi získal hrad do zástavního vlastnictví Petr Zmrzlík ze Svojšína. V době husitských válek jej vlastnili husitští hejtmané.

Od roku 1421, kdy již zmíněný Petr Zmrzlík podlehl moru, to byl Hynek Krušina z Lichtemburku. Od roku 1429 byl pánem hradu Jan Hertvík z Rušínova, který vedl jedno z vojsk sirotků.

Poté, od roku 1455, byl hrad ve vlastnictví Trčků z Lípy. Za jejich správy proběhla v 60. letech 15. století důležitá přestavba, která hrad významně zpevnila. Nedlouho poté však přestal hrad Trčkům vyhovovat, a proto jej okolo roku 1499 opustili. Poté hrad začal pomalu chátrat. Zpráva z roku 1533 uvádí hrad Oheb jako pustý.“

(z článku pro Český rozhlas, Jana Jordáková, Jiří Růžička)

Betlém Hlinsko

V úterý 26.7.2016 jsme se my, klienti sanatoria vypravili na výlet do Hlinska. Počasí nám přálo, cesta autobusem rychle ubíhala a všichni jsme se těšili na krásné starodávné domečky. Betlém Hlinsko je památková rezervace lidové architektury.

Žily zde především rodiny hrncířů a tkalců, dále truhláři, hračkáři, sedláci, ševci nebo řezníci. V domečcích jsme si mohli prohlédnout ukázky dílen a bydlení

původních obyvatel, což se nám hodně líbilo. Ačkoliv ne všechny domečky byly pro naše vozíčkáře přístupné, tak sestřičky dělaly, co mohly, a nakonec jsme se všude podívali – za což jim děkujeme. Náš výlet jsme zakončili v cukrárně při zmrzlině a kávě a někteří z nás i ve stylové hospůdce. Poté nás autobus odvezl bezpečně zpět a i přes značnou únavu jsme se ptali, kam pojedeme příště.

*Marie Dvořáčková
Monika Pavlišová*

Pečení sýrových svatebních koláčků

Dne 11.8.2016 jsme pekli svatební sýrové koláčky.

Recept:

250 g másla

3 ks smetanový sýr

470 g pol. mouky

náplň: tvaroh, nutela, povidla, ořechy

a moučkový cukr na obalení

Postup:

Ze všech surovin uděláme těsto. Těsto rozdělíme na malé dílky, ze kterých vytvoříme kuličky. Do kuliček uděláme důlky, do kterých dáme náplň a upečeme. Ještě teplé obalujeme v moučkovém cukru.

Koláčky se nám povedly a všem moc chutnaly.

Monika Pavlišová



Foto z pečení sýrových svatebních koláčků

Kavárnička pro ženy - na téma „Svatební den“

Druhý den 12.8.2016 jsme na naše pečení navázaly kavárničkou na téma „Svatební den“. Klientky dostaly dle svého přání kávu nebo čaj, k tomu pojídaly vlastnoručně vyrobené koláčky a trochu zasněně vzpomínaly na ten svůj „den D“. Dozvěděly jsme se, jaké měly květiny a šaty, jestli měly závoj nebo klobouček a mnoho dalších informací, které ty naše koláčky probudily ze zapomnění.

Vždyť svatební den v každém z nás zanechá nezapomenutelný otisk.

Monika Pavlišová

Jak chutná Ukrajina?

Na přání obyvatel sanatoria jsme připravili povídání

a ochutnávku tradičních jídel z Ukrajiny.

Ukrajinská kuchyně s oblibou požívá obilné či bramborové těsto, mleté maso, zelí či řepu.

Typickými pokrmy jsou boršč, pelmeně či holubci. My jsme vyzkoušeli pirožky plněné mletým masem a bramborovosýrovou nádivkou. Za vydatné pomoci našich ukrajinských kolegyně Nadi a Marii nám šla práce pěkně od ruky. Jejich zručnost ocenil i pan Secký, který nejenže pomáhal při výrobě pirožků, ale i fotografoval.

Všem klientům i zaměstnancům pirožky chutnaly a těší se na další vaření.

Kamila Müllerová



Foto - kroužek vaření



Výlet na Čtyřlístek

Ráno 24.8.2016 se sešla parta zdatných lidiček na další pěší výlet. Tentokrát byla naším cílem hospůdka Čtyřlístek.

Počasí nám přálo, bylo teplo tak akorát a naše tempo bylo skoro závodní.

Na Čtyřlístku jsme se posilnili limonádou nebo pivečkem, při pěkném rozhovoru čas rychle utíkal a my se odpočatí vydali na zpáteční cestu. Chtěli jsme si zkrátit cestu a vydali se pěšinkou, která vypadala, jako nadějná zkratka. Bohužel jsme zabloudili a museli se pěkný kus vrátit zpět. Starou cestu jsme naštěstí zdárně našli a se smíchem si slíbili, že už žádné další zkratky nebudeme hledat.

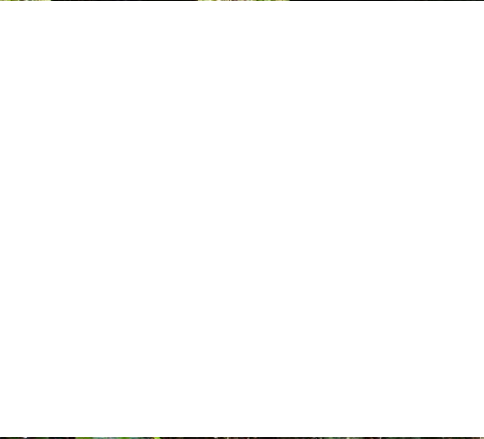
Cesta za pokladem – 31.8.2016

Na dnešní den nám děvčata z ergoterapie naplánovala sportovní bojovou hru. Nesla se v duchu indiánského léta.



Většina z nás se vymódila indiánskými čelenkami, holubími i jinými peříčky nebo pletenými náramky. Na devíti stanovištích se prověřovaly naše znalosti a dovednosti. Například jsme měli za úkol poznat různé traviny a luční květiny. Bylo to poměrně náročné, ale všichni jsme

se snažili a bylo vidět, že nás hra baví.



Mobilní zvěřinec paní Němcové

Dne 14.9.2016 naše sanatorium navštívila paní Olga Němcová se svým mobilním zvěřincem. O této návštěvě jsme si povídali s panem Ing. Krausem, kterému se stejně jako ostatním tato akce velice líbila.

Pan Ing. Kraus si posteskl: „většina lidí v zařízeních pro seniory, je bohužel sama, bez svých zvířecích miláčků, proto tuto návštěvu bereme jako veliké potěšení a rozveselení.“

Setkání se uskutečnilo na zahradě u budovy V, kde se sešli klienti z obou budov. Paní Němcová nám odborně vysvětlila různé zajímavosti z chovu jednotlivých druhů, mohli jsme se dozvědět něco o chovu nosála, sovy, ježka, morčátek, hadů a jiných zvířat, kterých zvěřinec nabízí bezmála 20 druhů. Nejpříjemnější byla možnost, na chvíli si zvířátko pohladit, které klienti hojně využili.

Ještě ten den jsme si s paní Němcovou domluvili další návštěvu, na kterou už se všichni těšíme a doufáme, že bude stejně vydařená jako tato, na kterou rádi a často vzpomínáme.

Ivana Horáková





14/09/2016

14/09/2016

Humorné okénko

O Vánocích křičí malý Filípek přes celý byt na maminku u sporáku: „Mamí, mamí, stromeček hoří!”

„Říká se, svítí, a ne hoří,” poučí ho matka.

Chlapeček za chvíli zase začne křičet: „Mamí, mamí, záclony už také svítí!”

„Představte si, poprvé se u nás sešel na štedrovečerní večeři sudý počet lidí!”

„Jak to, vždyť jste byli tři!”

„Jo, ale potom přijelo sedmnáct hasičů!”

„Povídá jedna Havajanka druhé: „Manžel mi k Vánocům slíbil, že příští rok pojedeme na exotickou dovolenou.”

„Na mužské sliby nedej. Ten můj už deset let slibuje Sečskou přehradu a pokaždý jsme jen tady na Havaji!”





LISTOPAD.

Dni	Katolíci	Evangelíci
1 P.	Všech Sv.	Všech sv.
2 S.	Pam. duš. ☞	Pam. duš
3 N.	Huberta	Huberta
4 P.	Karla Bor.	Otona
5 U.	Emericha	Blandiny
6 S.	Linbarta	Linbarta
7 C.	Engelberta	Engelberta
8 P.	Bohumira	Bohumira
9 S.	Teodora	Bohdara
10 N.	Pf. sv. L. ☞	Pravoslava
11 P.	Martina b.	Martina
12 U.	Martina p.	Jonáše
13 S.	Stanislava	Diega
14 C.	Serapiona	Levína
15 P.	Leopolda	Lipolta
16 S.	Otmara ☞	Otmara

17 N.	Rehoře D.	Bertolda
18 P.	Ođona	Hilcy
19 U.	Alžběty	Flíšky
20 S.	Felixe V.	Edmunda
21 C.	Obět. P. Mar	Smicha
22 P.	Lucie	Vojislava
23 S.	Klementa p.	Klimenta
24 N.	Chryzog. ☞	Protase
25 P.	Kateřiny	Kateřiny
26 U.	Konráda	Deřiny
27 S.	Achaće	Libousta
28 C.	Rufa	Vintítie
29 P.	Saturnina	Demetra
30 S.	Ondř. ap.	Ondřeje

ŘÍJEN.

Dni	Katolíci	Evangelíci
1 U.	Remigia	Remigia
2 S.	Leodegara	Ludomira
3 C.	Kandida	Frant. S.
4 P.	Františka S.	Placida
5 S.	Placida	
6 N.	Slavn. růž.	Břenka
7 P.	Justiny p.	Libuše
8 U.	Brigity	Bryty
9 S.	Dionysia	Diviše
10 C.	Františka B.	Frida
11 P.	Emiliána ☞	Emiliána
12 S.	Maximiliana	Maximil.
13 N.	Kolomana	Kolomana
14 P.	Burkharta	Burkharta
15 U.	Terezie	Terezie
16 S.	Havla	Havla
17 C.	Hedviky	Hedviky
18 P.	Lukáše ev. ☞	Lukáše
19 S.	Petra Alk.	Ferdinanda
20 N.	Posv. chr.	Vendelína
21 P.	Voršily	Voršily
22 U.	Korduly	Korduly
23 S.	Severina	Sebífe
24 C.	Rafaela	Rafaela
25 P.	Křišpína ☞	Vilemity
26 S.	Evarista	Evarista
27 N.	Sabiny	Sabiny
28 P.	Šim. a Judy	Šim. a Jud.
29 U.	Narcisa	Narcisa
30 S.	Marcela	Marcela
31 C.	Volfganga	Siav. ref.

PROSINEC.

Dni	Katolíci	Evangelíci
1 N.	Eligia	Dluhoše
2 P.	Bibiány ☞	Bibiány
3 U.	Františka X.	Kasiana
4 S.	Barbory	Barbory
5 C.	Judity	Sabáše
6 P.	Mikuláše	Indra
7 S.	Ambrože	Ambrože
8 N.	Poř. P. M.	K. d. e. J.
9 P.	Leokadie ☞	Feleny
10 U.	Melchiada	Jitky
11 S.	Damaše	Yamaše
12 C.	Sinesia	Conáta
13 P.	Lucie p	Lucie
14 S.	Nikasia	Duchoslava
15 N.	Irenea	Kristiána
16 P.	Albiny ☞	Eluše
17 U.	Lazara	Lazara
18 S.	Graciána	Vunibelda
19 C.	Nemesia	Nemesia
20 P.	Kristiny	Luáka
21 S.	Tomáše ap.	Tomáše
22 N.	Zenona	Eláženy
23 P.	Viktorie	Viktorie
24 U.	Ad. a Evy ☞	Ad. a Evy
25 S.	Naroz. P.	Naroz. P.
26 C.	Štěp m.	Štěpána
27 P.	Jana ev.	Jana ev.
28 S.	Mladětek	Kastora
29 N.	Tomáše b.	Nilady
30 P.	Davidu kr.	Davidu
31 U.	Sylvestra ☞	Sylvestra

Körber

Pranostiky, přísloví

Říjen

„Podzim na strakaté kobyle jezdí.“

„Teplý říjen, studený únor.“

„Divoké husy na odletu, konec i babímu létu“

*„Šimona-Judy biče schovejte, kyje řezejte,
rukavice vyndejte.“*

Listopad

„Má se jako husy o Martině.“

„Na sv. Kateřinu schováme se pod peřinu.“

*„Ať Kateřiny nebo Křížem kdy mrzne, tehdy topte
chýže.“*



Prosinec

*„Po svaté Baruši střež nosu
a uší.“*

*„Kdy zimní chlad, to každý
mlád.“*

Svatomartinská neděle

„Svatý Martin přijíždí na bílém koni.“

„Na den svatého biskupa Martina milý hospodář a jeho družina husy jedí, víno k tomu pijíce, štědrého Martina chválíce; páni, žáci a kněží se radují, neb se jim koledy přibližují. Pacholci a dívky svobodu mívají, a u jiných pánův se zjednávají.“

(Selská pranostika, 1710)

Informujeme, co se bude dít

V říjnu se bude tvořit z přírodních materiálů na téma podzim, zavzpomínáme si na to, jak se dříve drávalo, v kavárničce si připomeneme světový den žen žijících na vesnici, oslavíme narozeniny klientů, popovídáme si o zdravé stravě a zkusíme, jak chutná. Zasoutěžíme si ve vědomostní soutěži u příležitosti světového dne stromů a zkusíme si, k čemu všemu lze použít dýni.

V listopadu se zaměříme na úrodu a sklizeň a zkusíme si nasušit ovoce, oslavíme narozeniny klientů při harmonice pana Ladislava Cepla a pomalu si budeme připomínat Vánoce, ať již povídáním o adventu či pečením perníčků.

V prosinci nás čeká výroba vánoční výzdoby, drobných

dárečků, pečení cukroví, zasoutěžíme si ve vědomostní soutěži na téma „Pohádky“, na obou budovách budeme mít „Předvánoční ladění“ – 20.12. na budově A a 21.12 na budově V.

Připomínáme všem klientům, že si mimo plánované akce mohou vybrat z bohaté nabídky zájmových kroužků, každý podle toho, co jej zajímá. **Aktivizační pracovnice, které kroužky zajišťují, těší na Vaši účast !**

Žádost o pomoc

Vážení rodinní příslušníci a přátelé našich klientů,
dovolujeme si vás oslovit s žádostí o pomoc

při zařizování reminiscenční místnosti pro klienty našeho zařízení, kde bychom se rádi setkávali s našimi klienty a mluvili s nimi o jejich minulosti tak, aby prožívali pocity souznění se svými vrstevníky, sdíleli vzpomínky vázané na společná témata, měli možnost cítit se příjemně..

Obracíme se na vás s žádostí o darování nepotřebného starého nábytku, předmětů denní potřeby, od nádobí po hračky, pracovní nástroje, staré obrázky, pohlednice, časopisy, oblečení, klobouky, boty – co vás jen napadne a co budete moci postrádat...

Reminiscenční místnost – tzv. memory room je místo, jehož vnitřní vybavení a úprava odpovídá mládí našich klientů. Metoda reminiscence usiluje o vybavení příjemných vzpomínek a prožitků, které jim pomáhají znovu procítit pozitivní emoce,

které mají s minulostí spojené a jejichž působení je velmi příznivé zejména na psychiku, ale i na jejich celkový zdravotní stav.

Reminiscence je technika vyvolávání pozitivních vzpomínek klientů a podporování jejich rozvoje. Využívá se především u osob s demencí, je efektivní a přínosná především u klientů, kteří mají ještě zachované některé kognitivní funkce a jsou schopni si alespoň částečně vybavit svoji minulost a zážitky.

Vzpomínky jsou tiší průvodci, kteří nás podpírají, když klopýtáme, dávají nám napít, když žízníme, sytí nás, když hladovíme, zahřívají nás, chvějeme-li se zimou, a dávají nám chladivý stín ve vedřinách.

Jsou vzpomínky velké a jsou vzpomínky malé. Ty velké stavějí naše osudy, ty malé dávají barvy našemu životu. Teprve poslední chvíle rozhodnou, která vzpomínka byla opravdu velká... “

*(ŠPATENKOVÁ, N.,
BOLOMSKÁ B.)*



V případě, že nám můžete do naší reminiscenční místnosti něco nabídnout, pošlete prosím nejdříve fotografie na e-mail: lubomir.wohak@sanatorium-topas.cz



Přejeme Vám krásné prožití
vánočních svátků a
krásný nový rok 2017

*kolektiv pracovníků
Sanatoria Topas, s.r.o.*