

DOMOVSKÝ ZPRAVODAJ

III / 2023

Sanatorium TOPAS, s.r.o.

Československých pionýrů 197

538 07 Seč



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

Obsah:

1. Úvodní slovo
2. Poděkování za sponzorské dary
3. Poděkování za dobrovolnickou činnost
4. Pozdrav z budovy V
5. Pozdrav z budovy A
6. Sanatorium Topas
7. Kontakty na nás
8. Nabídka masáží
9. Naši noví zaměstnanci
10. Proběhlá školení
11. Ze života u nás...
12. Narozeniny
13. Dění na budovách
14. Tvorba našich klientů
15. Informujeme



Úvodní slovo

Vážení klienti a příznivci Sanatoria Topas Seč, ráda bych Vám všem, Vaším rodinám a blízkým popřála v roce 2024 pevné zdraví, hodně lásky, štěstí. Doufám, že tento rok bude rokem pozitivních změn, smíření a splnění všech přání.

V tomto roce čekáme na otevření nové prádelny, která bude přímo v našem zařízení, což zajistí rychlejší návraty čistého prádla. Také se můžete těšit na nové aktivizační programy, které Vám klientům, doufám, přinesou hodně radostně strávených chvil.

Děkuji moc touto cestou všem zaměstnancům za jejich skvělou práci v minulém roce a přidávám jeden citát Walta Whitmana, který mám ráda: *„Mějte vždy tvář obrácenou ke slunci – a stíny budou padat za vás.“*

*Vaše vrchní sestra
Mgr. Jana Řebíčková*



Poděkování za sponzorské dary

Rádi bychom touto cestou poděkovali Městům Třemošnice, Čáslav, Hlinsko a Ronov nad Doubravou, dále společností Medical Union, s.r.o., Aluniall, s.r.o., CHARON, s.r.o. za finanční a věcné sponzorské dary, které jistě přispějí ke zkvalitnění života našich klientů. Finanční dary částečně přispěly k zakoupení magnetoterapie pro rehabilitaci, o které jsme Vás informovali v minulém čísle našeho Domovského zpravodaje. Další část přispěla k pořízení řezacího stroje (plotru) pro aktivizaci, s jehož hojným využíváním pro naše klienty Vás podrobněji seznámíme v dalším čísle.

*vrchní sestra
Mgr. Jana Řebíčková*

Poděkování za dobrovolnickou činnost

Od listopadu 2023 jsme nastavili spolupráci s paní Pavlou Dostálovou z Bojanova a její dcerou Annou, které u nás v Sanatoriu vykonávají dobrovolnickou činnost.

Svůj volný čas, bez nároku na finanční odměnu, věnují především klientům, kteří nemohou být tak často navštěvováni rodinou.

Chtěli bychom jim touto cestou velmi poděkovat za jejich nezištnou pomoc a pevně doufáme, že se z jejich přítomnosti budou moci naši klienti těšit i nadále.

*vrchní sestra
Mgr. Jana Řebíčková*

Chcete se stát dobrovolníkem?

Dobrovolnictví je pěkný způsob, jak pomoci těm, kteří to nejvíce potřebují, a zároveň si odnést dobrý pocit ze smysluplně stráveného času.

Pokud máte zájem o dobrovolnickou činnost a chcete přinášet radost do životů seniorů a seniorek, můžete začít pravidelně navštěvovat naše klienty, které velmi potěší Vaše blízkost a radost při společných aktivitách, jako jsou procházky, návštěvy kostela, kulturních akcí, četba, hraní stolních her, zpívání nebo jen prosté popovídání u šálku čaje.

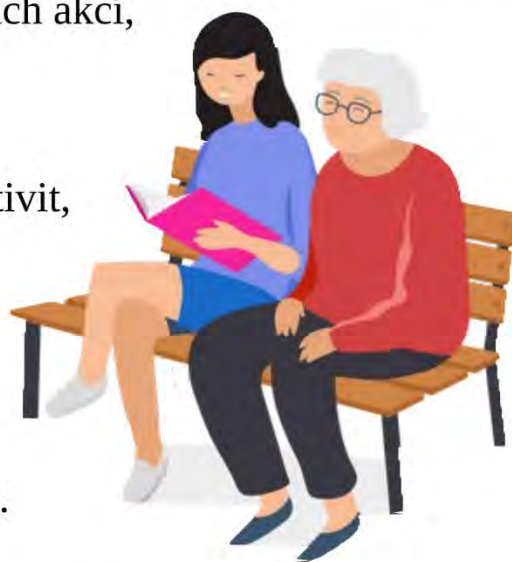
Chcete-li se věnovat některým z těchto aktivit, nebo máte nějaký jiný nápad, jak byste chtěli pomoci, neváhejte nás kontaktovat.

Kolik času této činnosti budete věnovat záleží jen na Vás, pro osamělého člověka je cenná i půlhodinka strávená v milé společnosti.

Bližší informace Vám předá:

vedoucí aktivizačních pracovníků, paní Lenka Stýblová na e-mailu:

lenka.styblova@sanatorium-topas.cz či na telefonním čísle: **737 877 058**.



Těšíme se na Vás!



Pozdrav z budovy V

Je tu leden – začíná nový rok a všichni do něj vstupujeme v naději a víře, že bude lepší než ten předchozí. Zajímalo mě, co vlastně leden znamená, co se pořekadel týče. Zjistila jsem docela zajímavé věci: Je-li teplo v lednu, sahá bída ke dnu. Mokrý leden – prázdné sudy – neurodí se vína. Mlhavý leden – mokré jaro. Roste den, roste i zima. Leden studený, duben zelený. Neudrží leden, neudrží ani jeden. Ryje-li krtek v lednu, končí zima v květnu. V lednu moc sněhu, v červnu moc sena. Než v lednu sedláka, to radši vlka na poli viděti. Přijdou Vám nějaká pořekadla povědomá? A pravdivá? Příroda je mocná. Překvapila i na již loňský Štědrý večer, kdy nás překvapila velkým množstvím sněhu, a to z nás opravdu nikdo nečekal. Všechno vzalo hned jiný rozměr, když bylo všude bílo... Věřím, že jste si vánoční svátky užili v klidu a míru, po boku svých blízkých, že jste měli možnost je obejmout a říct jim, jak moc pro Vás znamenají a jak moc je milujete. Přeji Vám, aby rok 2024 byl plný naděje, lásky a víry. Věřím, že se budeme setkávat v dobré náladě po celý rok.



Pozdrav z budovy A

Na budově A jsme si společně s klienty užili vánoční svátky, pekli jsme cukroví, tvořili vánoční výzdobu a klientům byly předány dary od Ježíškových vnoučat. Všem se vánoční období moc líbilo, přejeme klientům i personálu krásný a úspěšný nový rok a těšíme se na další společně strávený čas.

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



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 sociál. zařízení zvlášt' 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 možný 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: <https://www.sanatorium-topas.cz/zarizeni/sec/>



MASÁŽE PRO KLIENTY

NABÍZÍME VAŠIM BLÍZKÝM
PŘÍJEMNÝ ZÁŽITEK V
PODOBĚ MASÁŽE S
RELAXAČNÍ HUDBOU
PŘÍMO V PROSTORÁCH
SANATORIA

záda, šíje, nohy, ruce, dle přání

30 min

300,- Kč

KONTAKT
HANA CEPLOVÁ
605 546 420

Naši noví zaměstnanci

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

Pracovníci v sociálních službách:

Josef Nekola
Petr Tobola
Lenka Tobolová

Aktivizační pracovníci:

Dana Linhartová
Kateřina Žurková

Brigádníci:

Petr Zavadil
Andrea Sojková



Proběhlá školení

- **31. 10. 2023** „Kvalifikační kurz pro PSS – přímá péče“ – 17 pracovníků v soc. službách
- **07. 11. 2023** „Paliativní péče v sociálních službách“ – 2 sociální pracovníci

- **10. 11. 2023** „Využití asertivity při jednání s klientem“ – 1 sociální pracovnice
- **14. 11. 2023** „Etický kodex a postup k používání omezujících prostředků“ – všichni zaměstnanci
- **21. 11. 2023** „Prevence závislosti klienta na sociální službě“ – 1 sociální pracovník

*administrativní pracovnice
Ivana Pešková*

Ze života u nás...

Narozeniny

Narozeninové oslavy patří k oblíbeným akcím v sanatoriu. U slavnostně prostřeného stolu se tak každý měsíc scházíme, abychom oslavencům popřáli a zpestřili si společné chvíle povídáním a písničkami. Nechybí ani pohoštění, výzdoba a narozeninová přáníčka.

Oslavy si klienti náramně užívají a už se těší na tu příští.

Oslavy klientů narozených v měsících říjnu, listopadu a prosinci se konaly

na budově A:

26. 10., 23. 11., 14. 12. a

na budově V:

26. 10., 30. 11. a 20. 12. 2023.





Dění na budovách

Šipkový turnaj

Šipky jsou stále populárnějším sportem, jak ve světě, tak i u nás.

Zájem o účast v šipkovém turnaji stále roste a konkurence je velká. Snažíme se každý měsíc pořádat klání, které vždy zakončíme slavnostním vyhlášením trojice nejúspěšnějších hráčů, kteří za vítězství získají diplom, medaili a sladkou odměnu.





Bramborové placky

K podzimnímu hodování patří i pokrmy z brambor. U našich klientů vítězí recept na bramborové placky z vařených brambor, které se hned po opečení potírají rozpuštěným máslem, povidly a česnekem. Tato křupavá dobrota vždy přivábí mnoho pomocníků, kteří přiloží







ruku k dílu při strouhání brambor či přípravě těsta. Pokrm se stal velmi oblíbeným, a i nadále ho budeme v našem terapeutickém vaření zařazovat.

Dámský klub

Na naší budově A se ženy scházejí při dámském klubu, kde spolu vytvářejí různé výrobky, kráší svůj



zevnějšek nebo jen tak probírají své důležité ženské věci. Občas se i stane, že



některému z mužů je to líto, a tak se snaží na dámský klub dostat i za cenu vlastního převléknutí do dámské sukně. 😁

Vaření a pečení

Další všemi velmi oblíbenou činností je vaření-pečení, protože co si klienti upečou, to si i snědí. Klienti mají moc rádi štrúdl. U této činnosti vždy vzpomínají, kdo jak štrúdl doma dříve dělal a kdo ho měl nejlepší. Vůně zákusku přivolá vzpomínky z minulosti.



Často pečeme i muffiny nebo různé řezy na plech, např. tvarohové či ovocné. Na oslavy narozenin připravujeme většinou nepečené dorty s ovocem nebo tiramisu.



Bramboráky

Klienti rádi vaří, nejvíce jim chutnají křupavé bramboráčky. Většinou je děláme ze 2 kg brambor. Je to taková chuťovka před obědem. Vůně vždy přiláká hodně strávnicků, klidně bychom mohli smažit celý den.



Den stromů

Tento mezinárodní svátek vznikl v USA a v současné době se slaví ve 40 státech světa. V České republice si ho připomínáme 20. října. I my jsme chtěli našim klientům připomenout, jak jsou pro nás stromy důležité.

Připravili jsme pro ně úkoly, kvízy, nasbírali větvičky, listy a plody k poznávání druhů stromů. Naše posezení při kávě jsme zpestřili vyprávěním o národních stromech, o zajímavostech z celého světa a o tom, co stromy pro každého z nás znamenají.



A jak jinak zakončit tento
svátek nežli zasazením
nového přírůstku do naší





zahrady. Protože je naše zahrádka k sázení stromu malá, postačily nám keříky borůvek, které, jak doufáme, k velkému potěšení klientů, přinesou příští rok velkou úrodu.

Kreslíme pro radost

Další z oblíbených činností, které nabízíme našim klientům v aktivizační dílně, je arteterapie. Každý, kdo má chuť, se může zapojit do umělecké tvorby.

Od vybarvování mandal,



květin, obrázků na různá témata, po výrobu koláží, rámečků či vlastních kreseb. Ze spousty nápadů vznikají krásné dekorace, kterými zkrášlujeme pokoje klientů nebo společné prostory v sanatoriu.

Dušičky

Jako každý rok, tak i letos jsme v našem sanatoriu zavzpomínali na naše zesnulé. V tvořivé dílně měl každý



klient možnost si připravit a dle vlastního vkusu vyzdobit skleničku, do které jsme vložili svíčku. Společně jsme





vyrobili krásný dušičkový věnec a srdce z přírodnin. Překvapila nás veliká účast našich klientů.

Svatomartinské rohlíčky

S příchodem svátku svatého Martina jsme s klienty pekli svatomartinské rohlíčky s povidlovou a tvarohovou náplní.

Na hotových rohlíčcích si klienti pochutnali další den u kávy v naší kavárně, kde si ještě poslechli zajímavé povídání o svatém Martinovi a zúčastnili se také kvízu o něm. Klienti vyprávěli, jak probíhalo



svatomartinské období u nich a o všech tradicích spojených s ním. Všem se posezení v kavárně moc líbilo a těší se opět na další.





Sportovní dopoledne

Pro klienty jsme připravili několik stanovišť, na kterých měli za úkol splnit vždy nějakou disciplínu. Někde museli házet míčkem na plechovky, na dalším chytat rybičky na prut nebo také házet kroužky na kužel. Cílem bylo procvičit motoriku a společně se zabavit.

Na celé akci se podílely i stážistky z Holic. Klienti byli spokojení a odměnou za účast byly bonbony, které dostal každý účastník.



Tvořivá dílna

Na podzim jsme vyráběli ježečky z filcu, dušičkové svícný, oblíbené trpaslíky.



Před Vánocemi jsme tvořili ze samotvrdnoucí hmoty vánoční ozdobičky, papírové zápichy, adventní věnce, sněhuláky různých velikostí. Některé výrobky si odnesli klienti do svých pokojů, jinými jsme vyzdobili prostory našeho zařízení.

Čertovská dílnička

V den svátku sv. Mikuláše jsme naše klienty pozvali na aktivizaci, kde si



mohli užít příjemné dopoledne při hudbě a „čertovském“ tvoření. V naší dílničce si každý mohl nazdobit medové perníčky a vyrobit malý vrkoč z jablíčka a sušeného



ovoce buď na ozdobu, nebo i k mlsání. Nechybělo ani kafičko a mikulášská nadílka.

O tom, že se dopoledne všem líbilo, nás utvrdila hojná účast a očividná spokojenost klientů.



Mikuláš



Dnešního dne se zaměstnanci zařízení převlékli do kostýmů Mikuláše, čertů a anděla. Pro někoho to bylo trošku překvapení, ale většina ohlasů byla pozitivní. Do čertovské masky se převlékl také jeden z našich klientů, a nutno říct, že Jirka se své čertovské role zhostil skvěle. Celá akce probíhala za hudebního doprovodu kytary naší kolegyně Haničky a zpěvu všech zúčastněných. Bylo to pro

všechny příjemné připomenutí této krásné mikulášské tradice. Na závěr dostal každý klient perník s mandarinkou.

Zpívání dětí ZŠ

Pro zpříjemnění předvánočního dopoledne nás v doprovodu svých úžasných paní učitelek navštívily děti



z místní školy, které si pro naše klienty připravily krásné pásmo vánočních koled a písní. Společně s dětmi si zazpívali



i naši klienti a poté s radostí vzpomínali. Nesmělo chybět občerstvení připravené pro děti a učitele. My jsme na oplátku dostali pozornost v podobě ručně vyrobených vánočních dárečků. Moc děkujeme paním učitelkám Klaudové, Zavadilové, Březinové, paní asistentce Ozorákové, a samozřejmě hlavně všem dětem za milou návštěvu a vydařené vystoupení, které nám všem prozářilo celý den.

Adventní čas a Vánoce

Jako každý rok, se naši klienti těšili na příchod adventního času a Vánoc. Klienti se aktivně zapojili do výroby vánočních dekorací, kterými byla vyzdobena budova sanatoria. Mohli také dekorace použít k výzdobě svých pokojů.



S klienty jsme pekli cukroví. Často to byly druhy, které oni sami byli zvyklí péci, když ještě slavili vánoční svátky doma, a společně jsme zavzpomínali na to, jak tehdy trávili adventní čas se svými rodinami.



Tuto tajemnou slavnostní dobu jsme klientům zpříjemnili pouštěním koled, televizních programů a písniček s vánoční tematikou.

Pro klienty jsme připravili vánoční posezení s hudbou, ochutnali také cukroví a vánoční čaj.



Klientům se posezení líbilo a dobře se bavili stejně jako u silvestrovského posezení s pohoštěním, u kterého sledovali zábavné scénky z pořadu Televarieté.

Společně s klienty jsme se rozloučili se starým rokem a těšíme se na to, co nám přinese rok nový.









Vánoční posezení

Vánoční posezení je vždy odměnou a poděkováním nás zaměstnanců našim klientům.



Snažíme se o vytvoření co nejhezčí výzdoby a navození co nejpříjemnější vánoční atmosféry spojené s vánočním cukrovím, punčem, koledami a pohádkami.



Silvestr

Jako každý rok, jsme i letos připravili pro naše klienty malé předsilvestrovské posezení.

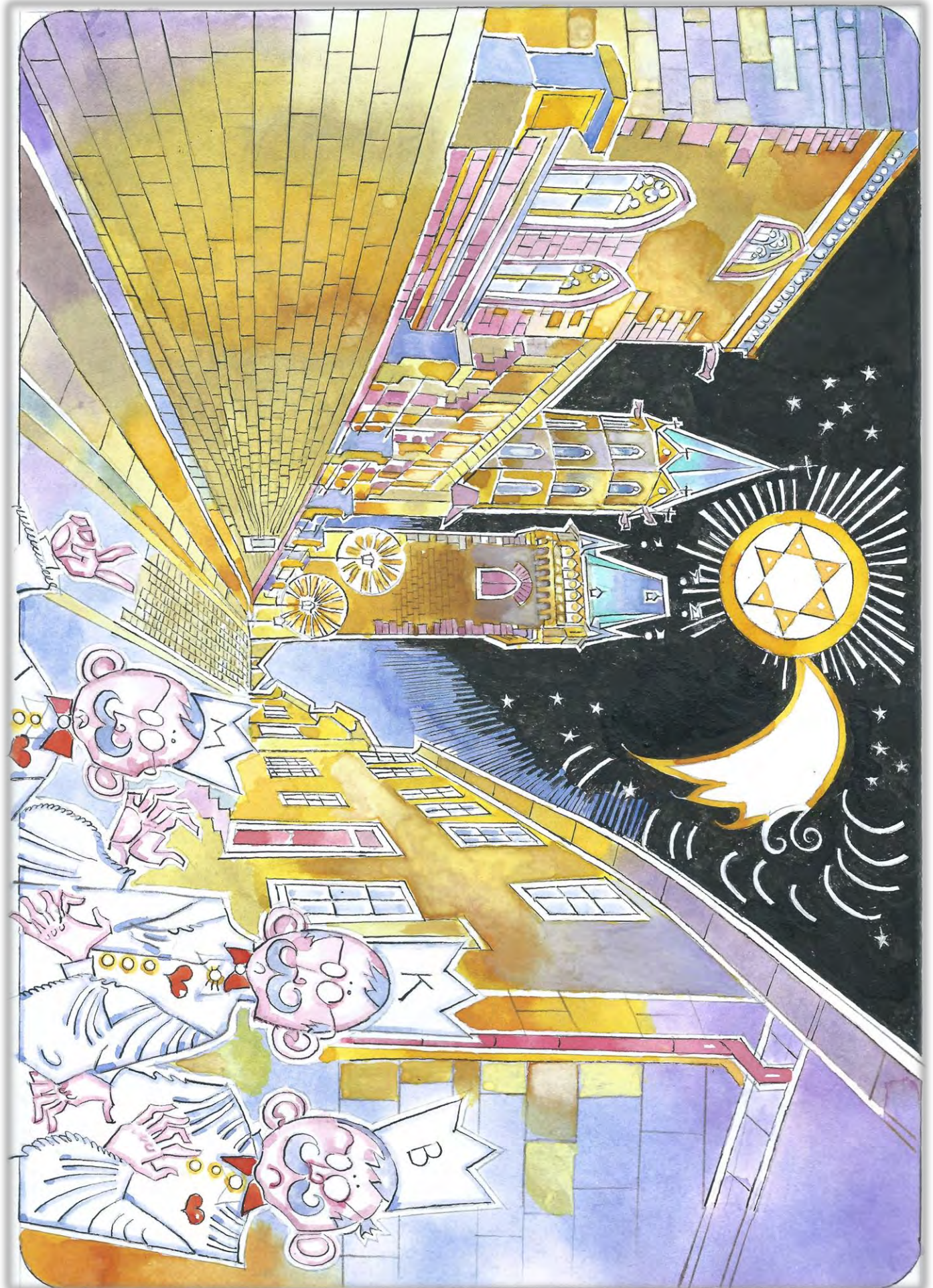
Klienti si den předem připravili jednohubky. Povídali jsme si o tradicích, které se pojí se silvestrem. Pustili jsme si pro pobavení také silvestrovské scénky z dřívějších let.





Tvorba našich klientů

Miroslav Fechtner



Informujeme:

Klienti mají možnost zúčastnit se těchto pravidelných aktivit:

- **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.

