

DOMOVSKÝ ZPRAVODAJ I / 2017



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. Z pohledu staničních sester
3. Dění v sanatoriu
4. Proběhlá školení
5. Zprávy z budov
6. Humorné okénko
7. Pranostiky, přísloví
8. Informujeme, co se bude dít



Úvodní slovo

vrchní sestry Bc. Jany Řebíčkové

Vážení klienti a příznivci Sanatoria Topas Seč,

rok 2016 došel ke svému závěru a nám nezbývá než s pokorou vzhlížet k roku 2017. Při ohlédnutí zpět je patrné, že to byl velmi náročný rok, ale troufám si tvrdit, že celkově vedl k pozitivním změnám nejenom pro vás klienty, ale i pro zaměstnance.

Všem přeji krásný rok 2017 a doufám, že bude rokem plným dalších pozitivních změn, vzájemné důvěry, zdraví a splněných přání.

Všem zaměstnancům touto cestou moc děkuji za jejich skvělou práci.

**Vaše vrchní sestra
Bc. Jana Řebíčková**

Z pohledu staničních sester

Úvodem všem děkuji za spolupráci v minulém roce 2016 a přeji pevné zdraví a pohodu v roce 2017.

Ráda bych vás krátce poinformovala o dění v sanatoriu v posledním čtvrtletí loňského roku.

V měsíci říjnu 2016 byly pro naše klienty zakoupeny nové dávkovače léků.

V měsíci listopadu 2016 se uskutečnil edukační seminář „DIABETES MELLITUS“ pro zdravotní sestry a ošetřující personál pod vedením MUDr. Doležalové, který byl zaměřený na problematiku tohoto onemocnění. Paní doktorka Doležalová nás informovala o aktualitách v diabetologii a nových lécích pro pacienty s diabetickým onemocněním.

V listopadu v našem sanatoriu proběhla kontrola hygienické úrovně vybavení a provozu zařízení, během které jsme získali mnohé užitečné informace, které nám poslouží pro ještě lepší a efektivnější práci.

V prosinci byly do našeho zařízení zakoupeny dvě Biolampy – Biostimul. Těmto lampám se také říká „světlo, které léčí“.

Jejich používání je bezpečné, světelná terapie je klinicky ověřená a nemá žádné vedlejší účinky. Má široké spektrum využití, jejím prostřednictvím lze léčit lehčí i závažnější zdravotní problémy, jako jsou kloubní onemocnění, artróza, poúrazové defekty, bolesti a postižení pohybového aparátu, ekzémy, akné, vředy, dekubity, dna, běžná nachlazení, stomatologické problémy, postižení ústní a nosní dutiny, záněty, atd.

Máme z nich velkou radost, věříme, že v našem zařízení jistě najdou své uplatnění a budou velkým přínosem pro zlepšení kvality ošetrovatelské péče o naše klienty.

*Bc. Jana Sokyrová
staniční sestra*

Dění v našem sanatoriu

V závěru roku 2016 jsme započali s výmalbou pokojů v přízemí budovy V. Po dokončení výmalby v přízemí se malování přesunulo na budovu A, kde jsou v této době již vymalovány pokoje v přízemí a pokračuje se výmalbou pokojů v 1. patře. Naši klienti mají na výběr ze tří barev: žluté, oranžové a zelené.

I nadále naše sanatorium pokračuje v nákupu vybavení pro zkvalitnění a zpříjemnění života našich klientů. Kromě jiného zakoupením dalších dvou pojízdných polohovacích křesel značky Coraille, tentokrát v šedé barvě. Tento model byl vytvořen s myšlenkou na plný uživatelský komfort pro osoby mající problémy se samostatným pohybem a osoby s onemocněními ztěžujícími chůzi, poruchami rovnováhy nebo nemocemi srdce a krevního oběhu.

Koupelny postupně vybavujeme novými pojízdnými klozetovými křesly a stoličkami.

Zakoupili jsme další dva přenosné pagery SIRIUS. Dohromady již vlastníme tři. Každé patro má jeden přenosný pager, který má u sebe určený ošetřovatel. Tento pager přijímá tísňová volání doprovázená akustickým signálem. Na displeji se zobrazí název tísňového tlačítka, které bylo aktivováno. V paměti pageru jsou uložena všechna tísňová volání, která nebyla potvrzena. Na jeden pager lze připojit až 200 tlačítek.

Také byl zakoupen elektrický zvedák Arnold, který slouží k přemísťování imobilních klientů z postele na vozík,

do koupelny atd.. Ošetřující personál je z této nové pomůcky nadšený.

Novým přírůstkem je také multifunkční profesionální tiskárna Konica Minolta 250.

Pokoje našich klientů postupně vybavujeme novými lůžky. V blízké době nahradíme novými kusy i původní skříně a noční stolky.

Doufáme, že kroky které podnikáme ke zlepšení a zkvalitnění služeb budou z Vaší strany vnímány pozitivně. Byli bychom velmi rádi, kdybyste se v našem sanatoriu cítili jako v domácím prostředí.

Samozřejmě i nadále vítáme z Vaší strany jakékoliv podněty a připomínky pro zkvalitnění naší péče o Vás či Vaše blízké.

*Andrea Ryšánková
vedoucí přímé péče*



Pro lepší pohodlí našich klientů

V rámci zajišťování vyššího komfortu a lepšího pohodlí našich klientů s porušenou hybností, šijeme z měkké a příjemné látky rehabilitační válce na polohování klientů, které slouží k prevence vzniku proleženin či zkracování svalů. Šijeme také podsedačky na invalidní křesla nebo židle, měkké podložky pod nohy také na mechanické invalidní vozíky.



Hana Pospíšilová

Proběhlá školení

6.10.2016 - Mezinárodní konference ke konceptu Smyslové aktivizace "Paměť prochází srdcem" - Bc. Jana Řebíčková, Kamila Müllerová

1.11.2016 - Alkoholismus a problematika kombinovaných závislostí - Alena Cipryánová

7.11.2016 - Stáž v Domově sociálních služeb Slat'iňany - Lucie Coufalová, Vendulka Nováčková, Andrea Ryšánková, Bc. Jana Sokyrová

11.11.2016 – úspěšně ukončili rekvalifikační kurz PSS – Lubomír Kora, Martin Foršt, Michaela Jindrová, Sandra Krejčová, Julie Kuzivová, Olga Kuzivová, Marcela Pelouchová, Martina Rösslerová, Lenka Stýblová - gratulujeme

11.11.2016 - Stáž v Domově sociálních služeb Slatiňany - Martin Laštůvka, Jana Ňurcová, Tomáš Navrátil, Gabriela Svobodová

14.11.2016 - Kompresní terapie - 26 pracovníků v sociálních službách, staniční sestra Lucie Coufalová

29.11.2016 - Školení řidičů - 10 účastníků

30.11.2016 - Reminiscence - vzpomínání - jako jedna z validačních metod – Monika Pavlišová

5.12.2016 - Hygienické předpisy, úklid - Alena Cipryánová, Lucie Coufalová, Andrea Ryšánková, Bc. Jana Řebíčková

6.12.2016 - Paliativní péče, Stres - 31 účastníků

Alena Cipryánová

O své dojmy z kurzu se s námi tentokrát podělila aktivizační pracovnice Monika Pavlišová:

„30.11.2016 jsem absolvovala kurz Reminiscence jako jedna z forem validace. Na kurzu jsem se dozvěděla mnoho zajímavých informací o reminiscenci a naučila jsem se základy toho, jak s ní pracovat.

Reminiscence vychází z běžné lidské zkušenosti a je součástí každodenního života každého z nás. Reminiscence, aneb „terapie vzpomínkou“ je metoda, která prostřednictvím různých podnětů (dotek, vůně, fotografie, staré věci, hudební nahrávky, obrázky a jiné) aktivně

podporuje hlasité nebo tiché (tedy skryté) vnitřní vybavování událostí ze života lidí. V duchu pravidla: „pokud dýchám, vnímám“, věříme, že tyto podněty mohou u klientů vyvolat okamžiky poznání a rozpomenutí se na uplynulý život.

Společné vzpomínání má pro klienty velký význam, neboť právě vzpomínky podporují soudržnost rodinných vztahů, vědomí vlastních kořenů a identity rodu. Vyplývá z potřeby člověka bilancovat, udržet si vlastní identitu „pořád jsem to já“. Vzpomínání má i celou řadu dalších pozitiv, mezi něž patří kromě psychické aktivizace a smysluplného programu činnosti i napomáhání rozvoji a upevňování vztahů mezi klientem a jeho okolím.

Od ledna bude probíhat reminiscenční terapie i v našem sanatoriu. Každou středu se budeme setkávat s klienty v reminiscenční místnosti. Naše setkání budou mít cíleně volená témata, např.: místo odkud pocházím, školní léta, zaměstnání, taneční, plesy, atd.

Věřím, že tato setkání, přispějí k větší spokojenosti a kvalitě života našich seniorů.“



Adventní překvapení od ošetřovatelek - Petterapie

V předvánočním čase, který byl krásně provoněný cukrovím, prozářený svíčkami a vánočními světýlky, jsme s děvčaty dumaly nad tím, jak klientům zpříjemnit advent.



Jelikož většina ošetřujícího personálu jsou milovnice zvířat a každá nějakého toho mazlíčka doma má, shodly jsme se, že klientům uděláme radost tzv. „zvířecím dnem“. Odborně se tato terapie nazývá „petterapie“ a spočívá v navázání kontaktu člověka se zvířetem. Jedná se vlastně o mazlení a hlazení zvířátek, které přispívá nejen k zlepšování psychického stavu a navození pozitivních emocí u klientů, ale působí i na jejich rozumové a pohybové schopnosti. Zvíře, které terapii provádí musí být klidné, bez

známek agresivity. Tato terapie různými způsoby pomáhá překonávat bariéry a ukazuje člověku cestu životem z té hezčí stránky.

Pro naši petterapii jsme zvolili jezevčíka „Jacka“ ošetřovatelky Hany Spurné, fenečku křížence zlatého retrievera „Nelu“ ošetřovatelky Jany Bednářové a nejmenším terapeutem byl morčák „Bobeš“ ošetřovatelky Martiny Rösslerové.



První seznámení klientů s pejsky začalo už při ranním buzení klientů. Pro klienty to určitě bylo příjemné probouzení, soudě podle jejich radosti, dobré nálady a úsměvů.

Při poledním klidu jsme se s klienty přesunuli do mezipatra, kde jsme se společně se zvířátky seskupili do kruhu. Klienti tak měli možnost každé zvířátko si pohladit, pochovat nebo mu podat pamlsek. K navázání vánoční atmosféry jsme si pustili koledy a zapálili poslední svíčku na adventním věnci.

Zvířecí den se nám všem moc líbil. Úsměvy, vykouzlené na tvářích našich klientů, byly pro nás ošetřovatele poděkováním za zprostředkování tohoto dne. Do budoucna bychom v této akci rády pravidelně pokračovaly.



Martina Rösslerová, Hana Spurná, Jana Bednářová

Znějící misky

*Schopnost hudby integrovat
a léčit je téměř zázračná!
Hudba je nejefektivnější
nemechanickou medicínou.*

Oliver Sacks

Hudba a rytmy mají na nás - naše tělo a mysl - velmi silný vliv. Každý proces lidského těla má svou kombinaci frekvencí, nutnou pro udržení rovnováhy celého těla. Téměř zázračným zdrojem frekvencí, které „vylad’ují“ každou naši



buňku, jsou ZNĚJÍCÍ MÍSY.

Zvuk a vibrace mísy pomáhají jednotlivým orgánům a tkáním nalézt přirozenou „zdravou“ frekvenci. Čistí krev, masírují svaly a dokonce prostupují kostmi. Zároveň se navozuje hluboká, duševní relaxace, uvolňuje napětí a posiluje sebe léčebný proces těla.

Dr. Tomatis léčil pomocí zvuku. Vysoké frekvence v určitých dávkách přirovnal k jakémusi zvukovému vitamínu C pro naše těla. My nyní máme to štěstí, díky sponzorskému daru, využívat tohoto kouzelného nástroje pro naše klienty.

Hana Ceplová

Tělocvična

V listopadu roku 2016, jsme začali využívat nově upravenou tělocvičnu na budově „A“. Na přání klientů a za pomoci některých z nich (patří vám velké poděkování za ochotu), byl z bývalé televizní místnosti přestěhován nábytek, aby se uvolnilo místo pro 2 rotopedy, posilovač břišních svalů, běžící pás, žebřiny a masážní lůžko.

Od 7,00 hodiny ranní mají klienti možnost přijít si zacvičit, protáhnout se, zahrát si kuželky, míčové hry, apod. s rehabilitační pracovníci. V brzké době přibude velmi žádaný pingpongový stůl a místnost bude klientům zpřístupněna po celý den.

Díky velikosti a bezbariérovému přístupu je tělocvična využívána i jako společenská místnost pro setkávání při muzikoterapii, koncertech a besídkách.

Hana Ceplová

Poděkování

Je mi 64 let a ocitla jsem se jako klientka v novém prostředí, sama mezi neznámými lidmi i handicapovanými. Byla jsem zoufalá. Časem jsem poznala blíže nové prostředí a především aktivizační pracovnice a jejich obětavou práci s klienty na dílně. Tato práce je různorodá a dává člověku báječný pocit seberealizace a uplatnění se v životě sanatoria.



Těším se na každý den a nové výrobky, které jsou za námi vidět a jejich vzniku se účastní všichni bez rozdílu věku, vzdělání či pohlaví. Kdo má chuť do práce, má ji i do života!

Proto velké díky všem aktivizačním pracovnicím, ať už s námi vaří, sbírají či suší bylinky, chodí na vycházky nebo sedí na dílně a vyrábějí okouzující výrobky.

Dík Vám všem, vrátili jste mi chuť do života.

Marie Dvořáčková

Zprávy z budov

Narozeninové oslavy klientů

Dne 20.10., 15.11. a 13.12.2016 jsme s klienty narozenými v těchto měsících oslavili jejich narozeniny. Dostali přání, nějaké drobnosti, dort a pro dobrou náladu jim přišel zahrát na harmoniku náš bývalý kolega Ladislav Cepl. Po pořádné gratulaci oslavencům od ostatních klientů i od pracovníků, jsme si společně zazpívali.

Petra Oppová

Utopenci

Na přání našich klientů z budovy A jsme objednali suroviny na utopence a ovocný koláč s drobenkou. 16.10.2016 jsme se sešli v hojném počtu, vzpomínali a sdělovali si navzájem své oblíbené recepty na nakládání špekáčky. Společnými silami jsme nakonec vymysleli vlastní recept a podle něj špekáčky naložili.

Abychom uspokojili chuťové buňky, které vydráždila příprava utopenců a aby si přišli na své i ti, kdo utopence nejedí, upekli jsme si ovocný koláč s drobenkou. Do jeho přípravy se zapojili především ženy.

Výborný moučník si mohli všichni ochutnat hned, ale na utopence se muselo 3 týdny trpělivě čekat. Po jejich uplynutí jsme se opět všichni sešli a na utopencích si společně pochutnali.

Marcela Zuntová a Kamila Müllerová



Dýně a podzim

Prožíváme krásy podzimu. Připravili jsme si výrobu podzimních dekorací z plodů a darů přírody. Nepsanou královnou podzimu je dýně, proto se stala hlavní součástí naší výzdoby. Zajistili jsme tedy dýně z našich zahrádek a šlo se na to.

„Dýňování“ mohlo začít. Vytvořili jsme si nádhernou podzimní výzdobu z dýní. Dýně jsme vydlabali a naaranžovali po celém sanatoriu. Ze zdařilého, podzimního a krásně barevného výsledku našeho snažení jsme měli všichni velkou radost.

Marie Dvořáčková

Zdravá výživa

Dne 18.10.2016 jsme s klienty v našem sanatoriu připravovali jídla ze „Zdravé kuchyně“. Pokrmy jsme

připravili z těchto zdravých surovin: špenátu, dýně, ovoce, zeleniny a bylinek.

Jako první pokrm jsme připravili listový špenát s parmezánem. Klienti byli překvapeni, jak může „obyčejný“ špenát chutnat tak dobře.

Dalším pokrmem ze zdravé výživy byla dýňová polévka s krutony. Polévka všem chutnala, snědlo se úplně všechno.

Zdravou tečkou na závěr byly ovocně-zeleninové smoothie koktejly. Zkoušeli jsme různé kombinace ovoce a zeleniny. Koktejly měly u klientů velký úspěch.

Při našem vaření, které máme každé úterý se budeme snažit zařadit do jídelníčku více zdravých jídel.

Lenka Stýblová

Podzim – Dušičky – hlas zvonů

2.11.2016

Cílem našeho setkání při smyslové aktivizaci dne 2.11.2016 bylo uvědomit si, jaké je právě roční období a prožívat jeho charakter, pokud možno co nejvíce smysly. Přiřadit si k němu typické činnosti, rituály, obyčeje, zvuky, chutě, vůně...

Naším hlavním tématem byl tedy podzim. Klienti poznávali předměty z „podzimního“ koše, které se vázaly k listopadu – nasušený šípek, listy, obrázky přírody, zvon, svíce a jiné. Snažili se vše pojmenovat, vzít do ruky, vnímat a vyvolat vzpomínky. Zvuk zvonu a plamen svíce k rozjímání nad svátkem Všech svatých, Dušičky. Přes naše počáteční obavy ze smutných vzpomínek a nálady, byla

atmosféra setkání veskrze pozitivní a příjemná. Jistě k ní napomohl i čaj uvařený z šípků, které jsme společně nasbírali a nasušili. Nejen, že je zdravý a moc nám chutnal, ale i krásně provoněl celou místnost.

Jsem ráda, že se každý z účastníků zapojil a svým vyprávěním zpříjemnil naše malé posezení. Těším se na další setkání a děkuji tímto pí. Dubské, pí. Tlapákové, pí. Oltové, pí. Oberaiterové, pí. Bucharové a p. Svobodovi.

Kamila Müllerová

Hokejové utkání v Pardubicích

Dne 12.11.2016 jsme byli s klientem Jiřím Sekyrou na hokejovém utkání Pardubice – Chomutov.



Pro Jirku to byl splněný sen a dlouho dopředu se těšil a všechny osoby v sanatoriu a jeho okolí o svém výletě informoval. Den před utkáním za mnou přišel a naučil mne pokřik fanoušků Pardubic: „Pardubice

do toho, Pardubice jsou nejlepší, vyhrajeme Ligu“.

Už cesta autobusem napovídala, jak moc se těší a věří, že to dnes Pardubice zvládnou, přestože se jim poslední měsíc nedařilo. Po příjezdu do Pardubic bylo jeho očekávání na nejvyšším stupni a hned se muselo jít na stadion fandit.

Jirka neúnavně fandil po celý zápas, a zdál se být tím nejšťastnějším člověkem na světě. Jeho nadšení, když Pardubice vyhrály, se snad ani nedá popsat. Cesta domů byla v bojovém rytmu a Jirkovi se povedlo „rozfandit“ celý autobus. Ještě po příjezdu Jiří všem, kteří nespali, líčil své zážitky. Byl moc šťastný, rozesmátý jako sluníčko a hned se jal domlouvat další zápas. Když jsem viděl, jak je šťastný, tak jsem byl moc rád, že jsem mohl ke splnění jeho snu přispět.

Martin Foršt

Předvánoční čas 23.11.2016

Pomalu končil podzim a my jsme se s klienty začali připravovat na zimní období a blížící se Vánoce.

23.11.2016 si klienti nakrájeli jablíčka, pomeranče a citrony, které jsme usušili a použili na vánoční dekorace. Při práci si klienti zavzpomínali, jak doma prožívali předvánoční čas se svými rodinami.

Marcela Zuntová

Advent v Seči 26.11.2016

V sobotu 26.11.2016 jsme se vydali na návštěvu vánočního jarmarku spojenou s nákupem dárků a zakončenou koncertem Petra Kotvalda.

Ve stáncích byl pestrý výběr zboží: od hraček přes šály, čepice, krásné kameny, šperky až po zabíjačkové pochoutky pro mládež.

V podvečer starosta města Seč pronesl slavnostní uvítání, rozsvítil světla na vánočním stromě a uvedl koncert

Petra Kotvalda, který přítomným zazpíval za doprovodu místních malých zpěváků.

Všem se líbil i oslík a ovečky v ohradě, v jejichž blízkosti bylo také nejvíce dětí, které měly svítilničky a blikající růžky. Nálada byla Mikulášskovánoční.

Marie Dvořáčková

Vánoční výzdoba na budově A

Vyrábění výzdoby na konci listopadu nás navnadilo na nadcházející vánoční období. Klienti si vyrobili vánoční přání pro své přátele a nejbližší. Tvořili jsme věnce, dřevěné dekorační hvězdičky, vánoční stromečky z klacíků, pan Böhm vyřezal veškeré dřevěné dekorace a pánové začíšťovali neupravené hrany. Naše sanatorium jsme si pěkně vyzdobili.

Petra Oppová

Mikuláš

Dne 5.12.2016 nás navštívili Mikuláš, anděl a čert. Přinesli si s sebou kytaru a zazpívali si s námi vánoční koledy, čímž nás krásně naladili na Vánoce. Mikuláš všem klientům požehnal a poté jim rozdál balíčky. S Mikulášem přišel jako vždy hodný anděl a poněkud divoký a rozverný čertík, který litoval, že s sebou nikoho nemohl odnést do pekla. Klientům se jejich návštěva velmi líbila. Za toto příjemné zpestření všichni moc děkujeme Školským sestrám sv. Františka, které přišly za našimi klienty z kláštera v Hoješíně.

Petra Janečková



Vánoční pečení na budově A

V období od 6.-12.12.2016 jsme spolu s aktivizačními pracovníci pekli vánoční cukroví. Z lineckého těsta jsme vykrajovali typické vánoční tvary a vychladlé slepovali marmeládou. Dále jsme pekli perníčky zdobené bílkovou polevou, a nakonec jsme tvořili vanilkové rohlíčky, jež jsme obalovali ve vanilkovém cukru. Linecké cukroví a rohlíčky jsme pekli z pěti dávek a perníčky ze tří.

Zdeňka Kořínková

Pečení vánočního cukroví na budově V

K Vánocům neodmyslitelně patří i vánoční cukroví, vždyť nikdo z nás si bez něj Vánoce ani nedovede představit. Proto jsme ani my nezaháleli a pilně pekli. Ruku

k dílu přidali kromě našich klientek i naši šikovní klienti a opravdu se jim moc dařilo. Udělali jsme spoustu druhů - perníčky, vanilkové rohlíčky, linecké, kremrole i nepečené cukroví. Cukroví jsme podávali na „Vánočním posezení“ a podle toho, jak rychle mizelo, nejspíš všem moc chutnalo.

Monika Pavlišová

Pečení vánoček na budově A

Na závěr vánočního pečení jsme 19.12.2016 společně s klienty v rámci pravidelného vaření upekli vánočky, které jsme poté i s cukrovím podávali na vánočním večírku. Klienti zhotovili vánočky téměř bez naší pomoci. Sami založili těsto, poté je upletli a my už jsme je pouze krásně do křupava upekli. Vánočky provoněly celou budovu. Na klientech bylo vidět, že si to velmi užívají stejně jako celé vánoční pečení.

Petra Janečková

Pečení vánoček na budově V

Letos jsme se během našeho předvánočního pečení ve dnech 19.-20.12.2017 rozhodli vyzkoušet i osvědčené recepty na vánočky. Ze dvou receptů úžasných kuchařek jsme upekli 4 menší vánočky. Jedna vánočka byla s mandlemi, další s ořechy a rozinkami dle přání klientů. Na našem vánočním posezení nechyběl ani tradiční závin s jablky, ořechy a rozinkami. Klienti byli velice spokojeni a obojí si pochvalovali. Říkali, že tyto moučníky můžeme péct i během roku, vánočky třeba jako velikonoční mazance.

Ivana Horáková

Vánoční posezení na budově A

Blížily se svátky vánoční. Personál dne 20.12.2016 pozval klienty na malou vánoční oslavu. Místnost byla svátečně, vánočně vyzdobena. Každý jsme si mohli pochutnat na vánočním cukroví, na jehož přípravě se mnozí z nás podíleli. Láďa Cepl nám zahrál na harmoniku, Hana Ceplová na kytaru, Edita Vaněčková na flétnu, překrásná byla i hra na klavír a zpěv naší Galiny, která ve své domovině učí hudbu na konzervatoři. Oslavu jsme si zpestřili zpěvem vánočních koled a dokonce jsme si i zatancovali. Vánoční oslava se vydařila.

Renata Bejblová



Předvánoční výroba, šití tašek

Zatímco na budově V probíhala vánoční oslava, my už jsme zase vyráběli. S pomocí paní Renáty Bejblové jsme zvládly ušít na šicím stroji tašky sešívané z pruhů různých barev. Tašky se povedly a líbily.

Marie Kolářová

Vánoční posezení na budově V



21. prosince jsme všichni pociťovali slavnostní atmosféru. Určitě každý z nás někdy zažil, když se ráno probudil, anebo během dne takový nevysvětlitelný pocit, jako kdyby viselo cosi ve vzduchu a říkalo nám, nyní se můžeš: zklidnit, uvolnit, rozjímat, meditovat, prožívat, a alespoň na okamžik či dočasně si zapamatovat ten pocit a přeložit si onen smysl do slov. A jaký to vůbec vlastně význam pro nás a pro všechny má, a bude do budoucna mít.

Aby advent mohl jak se patří začít, muselo se vše

připravit. Aktivizační pracovnice nainstalovaly do jídelen promítačky a s klienty napekly různé druhy cukroví. Čekalo se, až k nám dorazí Láďa Cepl s harmonikou a Hankou. Promítačky vyvolávaly nádhernou iluzi padajících barevných vloček. A předvánoční oslava se začala.

Láďa zahrál pár lidových písniček na rozezpívanou a pak jsme všichni zpívali vánoční koledy, během kterých dostali klienti cukroví. Poprosili jsme Olenu a Galinu, zdali by nám nezazpívaly své národní koledy. Slyšet a zaposlouchat se do jejich emotivního přednesu byl opravdový zážitek. Všichni jsme tiše seděli a poslouchali, a když dozpívaly, potlesk byl dlouhotrvající.



Pak jsem byl požádán, abych zazpíval koledy nejznámější: „Chtíc, aby spal“ a „Tichá noc“. Náš program by nebyl úplný, kdybych nezmínil vystoupení dcery paní vrchní, která přednesla básničku na závěr programu a dostalo se jí vřelého potlesku. Samozřejmě jsme nemohli ošidit klientky, které sedí ve druhé jídelně. Sled lidovek a vánočních koled se opakoval. Láďa s Hankou zajišťovali zdárný průběh celé akce, která se opravdu vydařila. Tímto všem, kdož se o tento program zasloužili, děkujeme a přejeme Vám do Nového roku pevné zdraví, hodně sil a moudrých rozhodnutí.

Štefan Ružička

Den otevřených dveří v sanatoriu a návštěva kamaráda

21.12.2016 se uskutečnil den otevřených dveří s pozváním rodinných příslušníků na vánoční posezení s klienty sanatoria, jehož jsem využil k návštěvě kamaráda, který v tomto sanatoriu žije.

Při této příležitosti jsem s sebou vzal i vnučku a vnuka, kteří si s sebou vzali i své hudební nástroje — Kačenka housle a Pavlík akordeon, aby babičkám a dědečkům zahráli nejen koledy, ale i písničky pro potěšení. V prostorách určených pro setkání byl stánek s čajem a cukrovím, které spolu s klienty napekly aktivizační pracovnice.



V průběhu odpoledne se přidal se svým akordeonem pan Ladislav Cepl a byla vidět radost přítomných, když si s námi zazpívali a někteří i zatancovali. Z řad personálu sanatoria vystoupila ošetřovatelka Galina a se svými kolegyněmi zazpívala vánoční koledy. Odpoledne zpestřila malá dcerka paní vrchní Šarlotka, která svými říkankami a básničkami potěšila přítomné. Já jsem si popovídal s kamarádem a zavzpomínali jsme si na doby, jsme byli ještě mladí.

Touto cestou děkuji vedení sanatoria a všemu ošetřujícímu personálu za hezké odpoledne a za jejich záslužnou a nelehkou práci.

František Řádek

Pokud jste nás nestihli navštívit v prosinci, přijďte se k nám podívat ve středu **14.6.2017**, kdy se koná další **Den otevřených dveří Sanatoria Topas, s.r.o.**



Humorné okénko

Víte, kteří lidé jsou nejmenší na světě? Silničáři. Napadne pět centimetrů sněhu a už nejsou vidět.

V reakci na šířící se epidemii ptačí chřipky Národní divadlo až do odvolání stáhlo ze svého programu balet Labutí jezero.

Za doktorem přijde nešťastný muž: „Pane doktore, mně strašně padají vlasy, nemohl byste mi dát něco, aby se mi uchovaly?“ Lékař: „A líbí se Vám tahle krabička?“



Lékař mi tvrdil,
že mám vlohy
pro lyžování.
Jak to poznal?
Prý mi rychle
srůstají kosti.

Ahoj Anežko,
já tě neviděla
od té doby,
co stál rohlík
třicet halířů a
vajíčko korunu.

Fanóšu, co děláš?
Nic, odpočívám...
Tož to ti jdu pomoci.

Pranostiky, přísloví

Leden

„Leden ve dne svítí, v noci pálí.“

„Ryje-li krtek v lednu, končí zima v květnu.“

„Je-li teplo v lednu, sahá bída ke dnu.“

Únor

„Únor bílý, pole sílí.“

„Netrkne-li únor rohem, šlehne ocasem.“

„Na Hromnice (2.2.) zimy polovice.“

*„Na Hromnice musí skřivánek vrznout, i kdyby
měl zmrznout.“*

„Sv. Agáta (5.2.) na shíh bohatá.“

Březen

„Březen - za kamna vlezem.“

*„Jestli březen kožich stáhl,
duben rád by po něm sáhl.“*

„Březnové slunce má krátké ruce.“



ÚNOR.

Dni	Katolíci	Evangelíci
1 P.	Ignáce	Ignáce
2 S.	Očišť P. M.	Obět. Páně
3 N.	Blážeje	Blážeje
4 P.	Veroniky	Veroniky
5 Ú.	Háty	Háty
6 S.	Doroty	Doroty
7 Č.	Romualda	Romualda
8 P.	Jana z M.	Mikata
9 S.	Apoleny	Apoleny
10 N.	Skolastiky	Skonky
11 P.	Evrosiny	Boženy
12 Ú.	Evlalie	Evlalie
13 S.	Jordána	Jordána
14 Č.	Valentina	Valeše
15 P.	Faustina	Faustina
16 S.	Juliány	Juliány
17 N.	Simeona b.	Šimona
18 P.	Mansveta	Mansveta
19 Ú.	Konrada	Kunrata
20 S.	Eleuthera	Oldřicha
21 Č.	Eleonory	Eleonory
22 P.	Petra stol.	Petra st.
23 S.	Eberharda	Serenia
24 N.	Matěje ap.	Matěje ap.
25 P.	Valburgy	Valburgy
26 Ú.	Alexandra	Leksy
27 S.	Popelec	Leandra
28 Č.	Romana	Osvalda

LEDEN.

Dni	Katolíci	Evangelíci
1 Ú.	Nový rok	Nový rok
2 S.	Makaria	Blahusa
3 Č.	Janovy	Zenevy
4 P.	Tita hisk.	Isabelly
5 S.	Telesfora	Jarlocha
6 N.	Sv. tři králů	Zjev. P.
7 P.	Luciana	Melanie
8 Ú.	Erharda	Erharda
9 S.	Basiliše	Ctimira
10 Č.	Agatona	Dobroslava
11 P.	Hygina	Bohdana
12 S.	Proba	Arnošta
13 N.	Jména Jež.	Jména Jež.
14 P.	Hilaria	Hilaria
15 Ú.	Pavla poust.	Mich. pr.
16 S.	Marcela	Marcela
17 Č.	Anton. p.	Antonina
18 P.	Prisky	Prisky
19 S.	Kanuta	Prospěcha
20 N.	Fab. a Šeb.	Fab. a Šeb.
21 P.	Anežky p.	Anežky
22 Ú.	Vinc a Anast	Čenka
23 S.	Zasn. P. M.	Emerencie
24 Č.	Timotea	Bohoboje
25 P.	Pavla obr.	Ananiáše
26 S.	Polykarpa	Polykarpa
27 N.	Jana Zlat.	Jana Zlat.
28 P.	Karla Vel.	Karla Vel.
29 Ú.	Frant. Sal.	Arnulfa
30 S.	Martiny p.	Adelgundy
31 Č.	Petra Nol.	Virgila

BŘEZEN.

Dni	Katolíci	Evangelíci
1 P.	Albina	Běluše
2 S.	Simplicia	Simplicia
3 N.	Kunhuty	Kunhuty
4 P.	Kazimira	Kazimira
5 Ú.	Tolety	Bedřicha
6 S.	Bedřicha	Fridolína
7 Č.	Tomáše A.	Tomáše
8 P.	Jana z B.	Radka
9 S.	Františky	Crhy a Str.
10 N.	40 muž.	Alexandra
11 P.	Konstant.	Dobromila
12 Ú.	Rehoře	Rehoře
13 S.	Rosiny p.	Růženy
14 Č.	Matildy	Matildy
15 P.	Longina	Dluhoše
16 S.	Patricia	Jindřiše
17 N.	Gertrudy	Gertrudy
18 P.	Eduarda	Eduarda
19 Ú.	Josefa p.	Josefa p.
20 S.	Joachima	Joachima
21 Č.	Benedikta	Benedikta
22 P.	Oktaviana	Kazimira
23 S.	Otta	Udusa
24 N.	Gabriela	Gabriela
25 P.	Zvest. P. M.	Zv. P. M.
26 Ú.	Haštala	Emanuela
27 S.	Ruperta	Ruprechta
28 Č.	Guntrama	Malcha
29 P.	Eustacha	Jetřicha
30 S.	Kvirina	Zosiny
31 N.	Kvidona	Kvidona

Tři králové u nás v sanatoriu

Je po vánočních svátcích. Není tomu dlouho, co jsme si přáli šťastný nový rok 2017. Ani jsme se nenadáli a už jsou tu Tři králové. Přišli k nám do sanatoria, zahráli, zazpívali a kadidlem vyčistili naše příbytky.

Renata Bejblová



Pan farář vysvětlil lidové zvyky spojené s tímto známým svátkem, požehnal celému našemu sanatoriu, klientům i zaměstnancům, a tím

bylo ukončeno období vánočních svátků a starého roku a zároveň jsme přivítali rok 2017.

A kdo byli ti naši návštěvníci? Byly to opět naše milé Školské sestry sv. Františka z Assisi v Hoješíně spolu s panem farářem.

Tímto děkujeme za krásný prožitek.

Jana Moravcová



Informujeme, co se bude dít

V lednu nás čeká turnaj v kartách, společně oslavíme narozeniny, budeme si vyrábět masopustní masky a zaměříme se na další zútulňování našeho domova.

V únoru si v kavárničce připomeneme Hromnice a popovídáme si o tom, s čím byl tento svátek spojený. Na oslavu narozenin nám přijede zahrát pan Ladislav Cepl na harmoniku. V rámci zahradní terapie se pustíme do výsevu bylinek a předpěstování různých druhů zeleniny a květin.

Na začátku března se můžeme těšit na tradiční masopust. Dne 6. března pojedeme na výlet do Afrického muzea Dr. Emila Holuba v Holicích. V kavárničce si připomeneme Mezinárodní den žen a při této příležitosti se

můžeme těšit na „Den pro ženy“, kdy nás čeká zkrášlující dopoledne. V tomto měsíci pochopitelně také oslavíme narozeniny a začneme s výrobou jarní výzdoby.

Helena Řádková

Od ledna nás začnou Školské sestry svatého Františka z Assisi navštěvovat pravidelně od 13,30 do 14.30, prozatím každou první středu na budově V, a třetí středu v měsíci na budově A. Doufáme, že se časem domluvíme i na více setkáních, jejichž náplní je:

program Pro Vás a s Vámi = společně

**Školské sestry svatého Františka z Hoješína
nabízejí každou 1. a 3. středu 13,30 – 14,30
hod.**

- vyprávění, vzpomínky, naslouchání, zpívání
- společná četba Písma – Bible
- životopisy svatých
- vzdělávání (základy křesťanství, katechismus)
- společná modlitba (vlastními slovy, růženec, . . .)
- promítání filmů s biblickou nebo duchovní tematikou
- příprava na svátosti
- slavení křesťanských svátků (ale i Masopust :o)))

Náplň setkání bude vycházet z vašeho zájmu.

Kontakty: S. Rita - mobil: 604 244 341

@: rita.osf@volny.cz

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

Žádost o

Vážení rodinní příslušníci a přátelé našich klientů,

Sanatorium Topas, s.r.o, se snaží svým klientům zajistit příjemné prostředí pro život a zajistit kvalitní sociální služby.

Abychom mohli zlepšovat naši práci, snažíme se naslouchat přáním našich obyvatel. Mimo to nás zajímá také názor lidí, kteří naši práci vidí „z venku“ a není jim naše činnost lhostejná. Neradi bychom totiž propadli takzvané „provozní slepotě“.

Pomozte nám, prosím, zajistit co nejlepší život pro Vaše blízké. Ptáte se jak?

Postačí vyplnit a do konce dubna 2017 odevzdat Dotazník spokojenosti s poskytovanou sociální službou. Dotazníky jsou anonymní a nevyplývá z nich pro Vás žádný závazek. Zpracované výsledky budou zveřejněny.

Dotazníky jsou k dispozici na recepci Sanatoria Topas, s.r.o., provozovna Seč. V elektronické podobě je možné dotazník poslat e-mailem. Díky vlastní aktivitě tak můžete ovlivnit a zlepšit péči o Vaše blízké. Děkujeme.

Bc. Lubomír Wohák, DiS.

Výzva:

„Zapojte se do dobrovolnické činnosti!“

Chcete i Vy nezištně věnovat část svého volného času ve prospěch jiných? Chcete pomáhat lidem?

Hledáme dobrovolníky, kteří by pomohli našim klientům zpříjemnit a rozveselit běžný den, stali se jejich společníky a průvodci, věnovali jim svůj laskavý zájem a pozornost.

Pokud Vás dobrovolnictví zaujalo, kontaktujte nás.

Bližší informace u pí. Cipryanové, tel. 776788307,

email: alena.cipryanova@sanatorium-topas.cz

Děkujeme.