

NÁŠ MĚSÍČNÍK

Únor 2012





Slovo vedoucí zařízení

Vážené rodiny a přátelé našeho centra,

opět Vás zdravíme a vítáme Vás u únorového vydání našeho měsíčníku.

I přes to, že máme chladné zimní dny, snažíme se, aby se našim klientům u nás líbilo a byli spokojeni. Pokud to počasí dovoluje, podnikají ergoterapeutky s klienty kratší procházky do okolní přírody. I když venku mrzne, zahříváme se přátelským soužitím a domácí pohodou. V kuchyňce si společně pečeme dobroty, často se bavíme zpíváním a četbou.

Přejeme Vám, abyste si ve zdraví užili zimní čas a jsme rádi, že si najdete chvílku a přečtete si náš měsíčník.

Jolana Marušková a kolektiv Louckého Mlýna

Ohlédnutí za uplynulým měsícem:

■ 6.1. Cukrárna Vodňany

Začátkem ledna jsme se vydali na oblíbené posezení v cukrárně. I přes náročné vánoční svátky a velké množství cukrovinek jsme opět dostali chuť na sladké. Odpolední posezení jsme vybrali v cukrárně U Mozarta, kde je velice příjemné prostředí.



Vitrína byla plná krásně nazdobených dortičku, radost pohledět !

■ 13.1. Výstava Vladimíra Komárka

Na tento den jsme naplánovali výstavu fotografií od malíře a grafika Vladimíra Komárka ve výstavních prostorách Sladovna v Písku. Fotografie se týkaly známých herců, režisérů, jejich přátel a soukromého života. U těchto fotografií jsme zavzpomínali i na filmy pro pamětníky. Po návštěvě Sladovny jsme zavítali do obchodu s obuví Baťa, který lákal hlavně dámy. Okamžitě se rozvířila diskuze o dnešní módě a cenách. Všechny zajímaly hlavně ceny. Největší obdiv sklidily červené střevíce na velkém podpatku. Nadšení z dnešní módy bylo veliké.



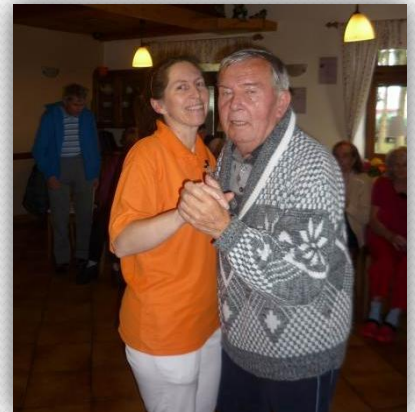
■ 20.1. Planetárium České Budějovice

V dopoledních hodinách jsme navštívili českobudějovickou hvězdárnu, která byla otevřena v roce 1937 jako druhá nejstarší lidová hvězdárna v Čechách, zásluhou tehdejší Jihočeské astronomické společnosti. Nachází se cca 300 metrů od náměstí Přemysla Otakara II. v parku na soutoku Vltavy a Malše. V nově zrekonstruovaném kinosále nám promítli film o naší sluneční soustavě. Následoval přesun do planetária, v němž jsme se měli možnost seznámit s putováním Slunce, Měsíce a planet po hvězdném nebi, byli jsme seznámeni se souhvězdími, které máme možnost pozorovat pouhým okem. Kdo měl zájem, mohl se podívat v kopuli hvězdárny do dalekohledu a pozorovat Slunce. V předsálí byla instalována velmi zajímavá výstava Hvězdy a růže aneb Hvězdářství za časů posledních Rožmberků. Výstava byla doplněna expozicí slunečních hodin a glóbbů z Jihočeského muzea.



■ 27.1. Posezení s harmonikou

Na dnešní odpoledne jsme pozvali harmonikáře pana Záhorku. Přesně v půl druhé začal hrát a zpívat naše oblíbené lidové písně. Někteří si jen tak poseděli u kávy a ostatní se pustili s chutí do tance. Strávili jsme v jeho společnosti příjemné odpoledne.



■ Ukázka z ergoterapie

V odpoledních hodinách 20. ledna jsme se dali do výroby růží z krepového papíru. Zájem o výrobu byl opravdu velký, touhu naučit se uvázat pravou pouťovou růží projevily i některé naše zaměstnankyně. Zjistily, že k výrobě je nutná hlavně zručnost a trpělivost. Výsledky společné práce byly pochváleny i ostatními klienty a zaměstnanci.



- Za příznivého počasí i v zimě podnikáme procházky po okolí



Když počasí dovolí, velice rádi vyrážíme na procházky po okolí, kde zvláště oceníme umístění Louckého Mlýna přímo uprostřed přírody.



■ ARTETERAPIE

Arteterapie je léčebný postup, který využívá výtvarného projevu jako hlavního prostředku poznání a ovlivnění lidské psychiky a mezilidských vztahů. Někdy bývá přiřazována k psychoterapii a jejím jednotlivým směrům, jindy je pojímána jako svébytný obor. Obvykle se rozlišují dva základní proudy, a to terapie uměním, v níž se klade důraz na léčebný potenciál tvůrčí činnosti samotné a artpsychoterapie, kde výtvořky a prožitky z procesu tvorby jsou dále psychoterapeuticky zpracovávány.

Arteterapie využívá ke svému léčebnému působení výtvarných aktivit jako malování, kreslení nebo modelování. Za jednu z cest vedoucí k uvolnění skrytých tvořivých sil a jiných prožitků, postojů ke světu a osobnostních vlastností, je právě výtvarný projev. Výtvarná činnost podporuje zdravé složky osobnosti, podněcuje chuť k životu a klienty odpoutává od chorobných stavů a myšlenek. Podobně jako u ostatních umělecko-terapeutických technik nezáleží na estetické hodnotě výtvořku. Výtvarná produkce je prostředkem komunikace – stává se prostředkem sdělení něčeho, co by klient slovně vyjádřit nedokázal. Je také významným prostředkem citového odreagování. Neméně důležitý je také moment seberealizace – klienti ve svých výtvarných artefaktech uskutečňují svůj fantazijní svět. Promítají do něho své postoje a potřeby, motivy, city a myšlenky. Výtvarný projev se pak stává prostředkem objektivního poznání pacienta i jeho vlastního sebepoznání.

Nejčastěji se pracuje ve skupině, kdy její členové mají k dispozici nejrůznější výtvarné potřeby (nejvhodnější jsou obyčejné vodové barvy – umožňují prostor pro vytváření výtvarných náhod), a jejich úkolem je graficky vyjádřit zadané téma. Způsob vyjádření může být vymezen – zachycení pouhých barevných impresí, ne/figurativní malba apod. Po dokončení artefaktu psychoterapeut hovoří s klienty o jejich pocitech během vytváření díla, o tom, co přesně chtěli vyjádřit, na co se soustředili a co prožívali. Volba témat a námětů k výtvarnému projevu bývá volná, obecně lze ale shrnout do následujících okruhů:

- Vlastní minulost a přítomnost (představa o sobě, jak se jevím okolí...)
- Budoucnost, cíle a abstraktní pojmy (jaký bych chtěl být, já za deset let...)
- Vztahy ve skupině (moje postavení ve skupině, nálada ve skupině, portréty členů skupiny...)



Techniky arteterapie jsou různé a záleží tak spíše na osobnosti psychoterapeuta. Realizují se například:

- Volná malba (kresba, plastika), kdy každý maluje (kreslí, modeluje) co chce. Může být samozřejmě připojen okruh námětů nebo téma.
- Komunikace výtvarným uměním, kdy dva nebo více klientů se domlouvá pouze pomocí obrázků a myšlenky a city jsou tedy vyjádřeny pouze barvou a tvarem.
- Doplnovačky – zvolí se téma (například lidská postava) a členové skupiny sedící v kruhu doplňují společnou malbu. Projevuje se zde spolupráce, psychoterapeut sleduje, jakou část figury si k „doplnění“ vybere každý jednotlivec skupiny a jakým způsobem to pojme.
- Společné malování, kdy více osob maluje současně na jeden papír jedno společné téma (například bájnou krajinu, skupinu lidí, náladu...).

Arteterapie je velmi užitečnou technikou individuální i skupinové psychoterapie. Po skončení malování (kreslení, modelování) se o výtvorech klientů diskutuje a pozorují se reakce na besedu o určitých částech artefaktů. Ostatní se snaží uhodnout, co chtěl tvůrce určitého díla obrazně vyjádřit a i proto, že jsou do obrazu promítány představy ostatních o autorovi, terapeut si všímá i těchto postřehů ze strany skupiny, i to má cennou vypovídající hodnotu a tyto poznatky lze později dále terapeuticky zpracovávat. Obraz se tedy stává médiem, díky němuž mohou ostatní nepřímo naznačit klientovi, co si o něm myslí nebo jak vnímají a hodnotí jeho chování. Jak už bylo popsáno výše, do diskutovaného obrazu však také každý promítá své vlastní problémy bez ohledu na problémy autora obrazu. Výtvarné artefakty klientů se také stávají výchozím materiálem pro další psychologickou práci.

■ **V lednu narozeniny oslavili:**

paní Anežka Pavlíčková



paní Libuše Hroudová



paní Helena Chocholoušová



**Dárkem k narozeninám není nic,
co se zlatem třpytí,
je to láska, úsměv, pohazení
nad takový dar žádný není.**

Dále narozeniny oslavili:

**paní Věra Rückerová, pan Michal Majtán, pan Jaroslav Bělohlávek,
a paní Marie Průchová**

Gratulujeme!

Na co se můžeme těšit v únoru

- ❖ 3.2. Rybářská škola Vodňany – výstava život kolem vody
- ❖ 10.2. Čokoládová dílna paní Navarové
- ❖ 15.2. Kino OKO Strakonice – český film Láska je láska
- ❖ 17.2. Masopustní veselice
- ❖ 24.2. Galerie Vodňany – výstava Doba bronzová
- ❖ 28.2. Vodňany – návštěva trhu a drobné nákupy



Prácheňské sanatorium o.p.s.

Provoz Loucký Mlýn

Vedoucí zařízení

Jolana Marušková

+420 773 377 020

vedouci.louckymlyn@alzheimercentrum.cz

Vrchní sestra

Jiřina Koloušková

+420 773 377 021

vrchni.louckymlyn@alzheimercentrum.cz

Staniční sestra

Jana Tůmová

+420 773 377 022

stanicni.louckymlyn@alzheimercentrum.cz

Sociální pracovnice

Mgr. Alena Lípová

+420 773 377 015

socialni.louckymlyn@alzheimercentrum.cz

Administrativní pracovnice

Renata Vitujová

+420 773 377 016

admin.louckymlyn@alzheimercentrum.cz

Cíl:

Poskytování komplexní služby, která vede k podpoře aktivního života a k prodloužení soběstačnosti našich uživatelů.

Poslání:

Hlavním posláním je poskytování komplexní, kvalitní, individuálně zaměřené, celoroční pobytové služby. Poskytování služeb v našem zařízení vychází z osobních cílů a potřeb uživatelů, kteří potřebují pravidelnou pomoc při zajištění svých potřeb, a je postaveno především na vnitřních zdrojích služeb.

Cílová skupina:

Osoby s chronickým duševním onemocněním a osoby s jiným zdravotním postižením.