

NÁŠ MĚSÍČNÍK

Leden 2012





Slovo ředitelky

Svátek svatého Silvestra a Nový rok jsou zlomové dny. Zamýšlíme se nad tím, jak se nám povedl právě končící rok a co nás čeká v roce budoucím. Někdo má i odvalu a chuť dávat si předsevzetí.

Jak většinou probíhá realizace změn v našich životech, plánovaných zlepšení a polepšení sebe sama, víme asi všichni. Obdivuji ty, kteří svá předsevzetí splní do puntíku. Bohužel znám spoustu takových, u koho počáteční elán opadá, chřadne, ztrácí se - až zcela zajde na úbytě anebo svá předsevzetí odloží na příště 😊

Když se ohlédnu za rokem 2011 u nás v Alzheimercentrum Filipov, dovolím si neskromně konstatovat, že se nám dost věcí povedlo a další čekají na rok 2012. Naše předsevzetí nejsou nespílitelná - přáli bychom si otevřít další terapeutické místnosti, vyměnit podlahové krytiny, pořídit mikrobuse - výčet by byl asi dlouhý, ale v každém případě k těmto hmotným přáním chceme a budeme nadále pokračovat v péči o naše klienty, kterým nabízíme nejenom profesionalitu, ale hlavně otevřené srdce.

Mezi novoročními přáními mě oslovilo jedno, které Vám ráda předávám:

„Přeji Vám do nového roku, ať je Vám v něm útulno.“

Jana Střihavková

Ohlédnutí za uplynulým měsícem:

■ 1. prosinec - Slavnostní rozsvěcení vánočního stromku v Čáslavi

Ani my jsme nesměli chybět u slavnostního rozsvěcení vánočního stromku na náměstí v Čáslavi. Byla zde krásná atmosféra. Nasvícené okolní budovy, fontána, stánky s vánočními dekoracemi a dobrotami, které k Vánocům patří, velký dřevěný betlém, sbor zpívající vánoční písně... Prošli jsme se, pokoukali, a protože byla zima, koupili si pro zahřátí horký punč a trdelník. Jako vyvrcholení celé akce byl velký ohňostroj, který jsme si opravdu užili.

Každý takový výlet, kde je hodně lidí a navíc večer, je vždy spojen se strachem, aby se někdo z nás někam nezatoulal. Stalo se. Ztratil a zase se našel jeden z našich ošetřovatelů 😊



■ 5. prosinec - Mikuláš

Vzhledem k tomu, že jsme byli všichni hodní, čerti měli letos smůlu, zato Mikuláš měl plné ruce práce, protože musel podělit všechny naše seniory a překvapit je nejrůznějšími dobrůtkami. Všichni si moc pochutnali a obdivovali půvabné převleky našich zaměstnanců. Nebo ten anděl byl opravdový anděl ?!



■ 13. prosinec – Vystoupení dětí ze ZŠ Žižkov Kutná Hora

V úterý 13. 12. odpoledne se vydal autobus plný dětí ze základní školy Žižkov v Kutné Hoře. Děti nám chtěli zpříjemnit předvánoční dny svým vystoupením. Povedlo se jim to dokonale. Zaspívali známé i méně známé vánoční písně a koledy, zahráli pohádky „Rozum a štěstí“ a „Vánoce pro medvěda“. Za své výkony o nás dostali cukrovinky a sklidili opravdu zasloužený potlesk.



■ 15. prosinec - Univerzita volného času

Po čtrnácti dnech jsme opět vyrazili do Čáslavi za poznáním – v rámci univerzity volného času jsme s lektorkou Mirkou Myšičkovou polemizovali o tom, co je to umění, promítali jsme si obrázky mladopaleolitických artefaktů, povídali si o arteterapii a arteterapeutických přístupech. Také jsme si prohlédli obrázky klientů z praxe slečny Myšičkové a společně v nich hledali příklady různých odchylek a pokoušeli se „uhodnout“, jakou psychickou poruchou autor artefaktu trpí. Bylo to velmi příjemné setkání a proto paní Fialová, která obesílá jednotlivé lektory, navrhla, abychom se scházeli pravidelně.



■ 16. prosinec - Vánoční výstava v zahradnictví STARKL

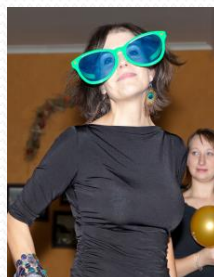
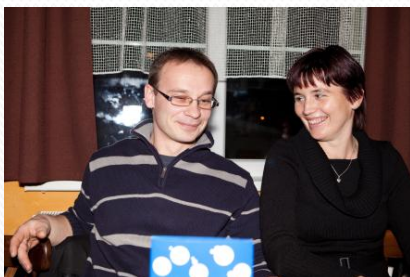
V pátek odpoledne pro nás přijel autobus a odvezl nás na vánoční výstavu do zahradnictví Starkl. Mohli jsme si prohlédnout klasickou i moderní vánoční výzdobu. Velmi nás překvapil nejnovější trend zdobení vánočních stromků v podobě umělých květin a ptačích pírek. I přesto, že se nám výstava moc líbila, shodli jsme se, že „nemoderní“ stromky se sušeným ovocem nebo obyčejnými skleněnými koulemi jsou stejně nejhezčí a také jsme si je tak 21. 12. nazdobili.



■ Vánoční večírek zaměstnanců



V pátek večer se v restauraci V Pivovaru konal Vánoční večírek zaměstnanců Alzheimercentra ve Filipově. Odreagovali jsme se a večírek si užili. Hanka Zahradníková a Jaroslav Novák si jako překvapení připravili taneční vystoupení a zarecitovali vlastní báseň „Óda na Filipov“, kde vtipně, jemně a výstižně popsali jednotlivé pracovní profese ve Filipově.



■ 20. prosinec - Vánoční pečení

K Vánocům neodlučně patří pečení a zdobení vánočních perníčků a proto jsme se i my směle pustili do jejich výroby. A tak jsme zdobili anděly, kapry, hvězdičky a srdíčka. K tomu jsme poslouchali koledy a vyprávěli si různé pohádky. A právě při poslechu pohádky „Perníková chaloupka“ nám bylo jasné, že si jednu takovou musíme vyrobit. Po provedení návrhu jsme započali realizaci, kde se počítalo s funkčními dveřmi a komínem. A v chaloupce se samozřejmě svítí – uvnitř je totiž svíčka, kterou každý večer rozsvěčíme.



■ 20. prosinec - Večerní procházka Kutnou Horou

Jak jsme si slíbili v minulém měsíci, uskutečnili jsme těsně před Vánoci večerní procházku zasněženou Kutnou Horou. Sněhu jsme se sice nedočkali, ale i tak se nám tento výlet vydařil. Zaparkovali jsme na Václavském náměstí a prošli kolem Šultysova domu, Morového sloupu a Barborskou uličkou k Hrádku. Odtud jsme šli podél Jezuitské koleje a Kaple Božího těla k Chrámu svaté Barbory. Povídali jsme si o historii města, architektonických stylech a legendách, které jednotlivá místa provázejí.



Ruthardskou uličkou jsme došli na vyhlídku u Kostela svatého Jakuba, kde jsme procházku zakončili horkým čajem a svařeným vínem, které jsme si nechali donést z nedaleké restaurace v Ruthardce. Vycházkou a hlavně jejím finále jsme byli všichni nadšeni 😊

■ 22. prosinec - Vánoční koncert ve Filipově pořádaný zaměstnanci

Domluvili jsme se, že se ve čtvrtek odpoledne sejdem v jídelně v přízemí, uděláme si punč a zazpíváme společně vánoční písně a koledy, které všichni známe. Sbormistrem se stal Jiří Trešl, který zpíval a hrál na kytaru. Jako sboristé se uplatnili ošetřovatelé, sestřičky, ergoterapeutky a naši senioři. Na závěr koncertu vyměnil kytaru za trubku a s klavírním doprovodem Petry Daňkové zazněla instrumentální skladba Franze Schuberta „Ave Maria“. Uctili jsme tak i památku našeho bývalého prezidenta pana Václava Havla. Bylo to moc hezké odpoledne.



■ 23. prosinec - Slavnostní otevření arteterapeutické místnosti

Po téměř půlroční ustavičné práci se konečně mohla „sezobnout“ pomyslná třešinka na dortu v podobě otevření arteterapeutické místnosti. A když, tak se vši parádou. Datum slavnostního otevření přímo vyzývalo ke speciální večeři – podával se řízek s bramborovým salátem jako hlavní chod a předkrm – vzhledem k tematickému ladění místnosti (podmořský svět), v podobě tučňáků z mozzarely, mrkve a oliv. Téma „podmořský svět“, jsme vybrali naprosto záměrně – totiž i s ohledem na psychologii barev, kdy převažující modrá má podle arteterapie zklidňující a relaxační povahu. Samotné téma vybízí k relaxaci, zklidnění a celkově k dobré koncentraci na malování i na povídání si o umění. Věříme, že sem budou naši senioři chodit rádi, arteterapie je bude bavit pořád stejně a nová místnost bude jenom příjemnou přidanou hodnotou 😊



■ 24. prosinec - Štědrý večer

Na Štědrý večer se na svátečně nazdobených stolech se podávala tradiční rybí polévka, řízek s bramborovým salátem a samozřejmě nechyběl přípitek. Po večeři jsme se sešli u stromečku, zpívali koledy a rozdávali dárky. Nikdo neskrýval překvapení a všichni měli radost, že Ježíšek nezabloudil a našel si k nám opět cestu.



■ 31. prosinec - Silvestr

Tečkou za uplynulým rokem je oslava Silvestra, na kterou se vždy všichni těšíme - nejen kvůli charakteristické atmosféře, ale i kvůli tomu, že si pan kuchař pro nás každoročně kromě bohatého menu, kdy na stole nechybí chlebíčky a sekt, připraví i nějaké překvapení. Letos to byla opravdu pastva pro oči i chuťové pohárky - bowle.



■ Arteterapie ve Filipově

Je již pravidlem, že s Mgr. Miroslavou Myšičkovou probíhá v našem zařízení dvakrát týdně arteterapie, která se už pomalu, ale jistě začíná přibližovat té podobě arteterapie (jakožto psychoterapeutického léčebného procesu) o kterou usilujeme. Vzhledem k tomu, že povědomí veřejnosti o arteterapii je velmi často zkresleno nejrůznějšími mylnými představami, měli bychom si nejprve tento pojem definovat.

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 pojmána jako svébytný obor. Obvykle se rozlišují dva základní proudy, a to „terapie uměním“ (tvůrčí), v níž se klade důraz na léčebný potenciál tvůrčí činnosti samotné a artpsychoterapie (analytická), kde výtvořky a prožitky z procesu tvorby jsou dále psychoterapeuticky zpracovávány.

Vzhledem k diagnóze převážné většiny našich klientů (Alzheimerova choroba) tento druhý způsob Mirka nepoužívá, artefakty našich seniorů neinterpretuje, ale „dění“ na obrázku sleduje, a pouze v případě, že klient vykazuje ve svém chování změny určitého rázu (prudké změny nálad, dlouhodobější depresivní stavy, pocity deprivace, sociálního odloučení či samoty), nebo na výslovnou žádost klienta, s obrázky dále terapeuticky pracuje.

Avšak až v průběhu vlastního tvořivého procesu se ještě nezapouzdřená neuronová spojení vybudí k činnosti a s dokončením artefaktu si alespoň na okamžik prožívá reálnou přítomnost. Dokáží se vědomě radovat a tím i upevňovat jejich zakotvení v přítomnosti.

Klienta tak pozitivně stimulujeme, že se mu podaří nejen kreaci začít, ale i dokončit. Při užití této techniky nejde o bolestný proces sebepoznávání, jedná se spíše o procesy, které by zmírnily nemoc, či „jen“ udržely některé klienty v reálném světě. Cílem je prožít stáří bez většího psychického strádání.



Analýza se také většinou neprovádí s ohledem na aktuální stav klienta – starý a nemocný člověk už nemá čas a možnost, aby vlivem dlouhodobého terapeutického procesu mohl změnit některé zásadní věci svého života.

Terapeut tedy využívá především metody terapie uměním, kdy onou terapií je už přímo samotný proces tvoření artefaktu. Každý jednotlivý artefakt koresponduje jak s charakterem osobnosti, tak s charakterem jejich onemocnění - poruchou osobnosti, extroverzí / introverzí nebo aktivitou / pasivitou.



Někdy přímo poukazuje na aktuální poruchu, která je z kresby čitelná. Odráží také jejich názory a postoje (u psychicky zdravých). Často se stává, že s překvapením zjišťují, jaká je jejich úroveň výtvarného projevu.

Terapeut od začátku klientům vyjadřuje přesvědčení, že každý z nich má stále tvořivý potenciál a kreativitu, odhaluje jejich neobjevené či nevyjevené estetické a tvůrčí dovednosti. Někdy můžeme mít dojem, že klient s psychickým postižením (zejména u lidí s Alzheimerovou chorobou) nemůže porozumět tomu, co se od něho očekává a žádá. Avšak až v průběhu vlastního tvořivého procesu se ještě nezapouzdřená neuronová spojení vybudí k činnosti a s dokončením artefaktu si alespoň na okamžik prožívá reálnou přítomnost. Dokáží se vědomě radovat a tím i upevňovat jejich zakotvení v přítomnosti. Klienta tak pozitivně stimulujeme, že se mu podaří nejen kreaci začít, ale i dokončit.



Při užití této techniky nejde o bolestný proces sebepoznávání, jedná se spíše o procesy, které by zmírnily nemoc, či „jen“ udržely některé klienty v reálném světě. Cílem je prožít stáří bez většího psychického strádání.

V měsíci prosinci oslavili narozeniny :

Ing. Miloš MÁLEK 80 let
10.12. v sobotu odpoledne se oslavenec sešel s rodinou a velkým počtem gratulantů z řad našich obyvatel a společně oslavili jeho životní jubileum.



paní Marie DUDOVÁ 85 let
v neděli 11.12. ve velkém sále zámku Filipov se setkala při slavnostním obědě početná rodina paní Dudové, aby zde oslavila její kulaté narozeniny.

I my tímto oběma oslavencům co nejsrdečněji blahopřejeme 😊

Program na měsíc leden :

- ❖ 4. 1. odpoledne - výlet do parku Žehušice
- ❖ 10.1. odpoledne - návštěva Galerie 427 v Čáslavi
- ❖ 12.1. dopoledne - přednáška s prof. Křivohlavým na Univerzitě volného času v Čáslavi
- ❖ 17.1. odpoledne - výstava fotoklubu Čáslav
- ❖ 20.1. odpoledne - návštěva cukrárny v Čáslavi
- ❖ 26.1. večer - „Povídání o četnících a Četnických humoreskách“, autogramiáda - galerie Čáslav
- ❖ 27. 1. odpoledne - návštěva cukrárny v Čáslavi

- ❖ pravidelné návštěvy pana faráře Staříka
- ❖ canisterapie

Alzheimercentrum Filipov o.p.s.

Ředitelka zařízení

Jana Střihavková
+420 774 774 010
reditelka.filipov@alzheimercentrum.cz

Vrchní sestra

Marie Koutová
+420 774 774 011
vrchni.filipov@alzheimercentrum.cz

Staniční sestra

Jana Průchová
+420 774 774 012
stanicni.filipov@alzheimercentrum.cz

Sociální pracovník

Mgr. Marcela Batelková
+420 774 774 015
socialni.filipov@alzheimercentrum.cz

Administrativní pracovník

Petra Daňková
+420 774 774 016
admin.filipov@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.