

NÁŠ MĚSÍČNÍK

Prosinec 2010



Vážení klienti, vážené rodiny,

dostává se Vám do rukou již 3 číslo Našeho měsíčníku. Tentokrát jsme se ho snažili ladit tak trochu vánočně.

Obsahově Vám zde přinášíme:

- Ohlédnutí za minulým měsícem*
- Informační okénko*
- Plány na prosinec*
- Recept měsíce*
- Vzpomínky našich babiček*
- Představení ergoterapie*

Budeme se snažit, aby i klienti, kteří nemohou trávit letošní vánoční svátky se svými rodinami, si užili tu pravou vánoční atmosféru se vším všudy a věříme, že se nám to podaří.

Za celý tým našeho zařízení si Vám dovoluji popřát krásné prožití vánočních svátků.

Petra Tesařová

Ohlédnutí za uplynulým měsícem:

■ Návštěva mše v kostele Narození Panny Marie v Písku

Dne 3.11. 2010 naši obyvatelé navštívili kostel Narození Panny Marie v Písku a zúčastnili se slavnostní mše sv. Huberta včetně Hubertovy jízdy. Svatý Hubert, patron myslivců, střelců, řezníků, kožešníků, soustružníků, optiků, kovodělníků, slévačů, matematiků, výrobců matematických přístrojů; vyzván proti pokousání psem, uštknutí a strachu před vodou, pocházel z Akvitánie. Byl šlechticem a lovcem. Oženil se a záhy ovdověl. Rozhodl se pak pro službu Bohu. Asi roku 705 se stal biskupem v Maastrichtu a po přeložení sídla prvním biskupem v Lutychu. Má zásluhu na pokřesťanštění obyvatel Arden, je nazýván jejich apoštolem. Jeho památka byla dříve slavena ve spojení s podzimními hony 3.11.



MODLITBA KE SVATÉMU HUBERTOVI patronu myslivosti

*Všemohoucí, věčný, dobrotivý
milosrdný a spravedlivý Bože, který jsi
na lovu tak milostiplným a zázračným
způsobem svatého Huberta k víře
obrátil, Tebe prosím já i my všichni
ctitelé tvého služebníka svatého
Huberta, věnuj nám milostivě skrze
jeho svatou přímlovu svoji Božskou
přízeň a dopřej nám množství zvěře v
našich honitbách a propůjč nám
potřebné štěstí při lovu, nás pak
opatruj před všelikým nebezpečenstvím
před úrazy koňmo i na voze, a naše psy
pak ochraňuj před vzteklinou, abychom
Ti zde na zemi mohli vzdávat nezměrný
dík a na onom světě věčně Tebe se
svatým Hubertem chválili, ctili a
velebili skrze Ježíše Krista našeho Pána,
jenž s Tebou a Duchem svatým
žije a kraluje na věky věků.
Amen!*



■ Oslava 54. výročí svatby

V druhém týdnu jsme slavili 54. výročí svatby našeho jediného manželského páru. Naši zaměstnanci uspořádali malou oslavu a manželé s požehnáním kazatele Rostislava Homoly obnovili svůj manželský slib. Na slavnostně prostřeném stole nechyběl ani svatební dort, který manželé společně rozkrojili. K dobré náladě přispěl i harmonikář. Odpoledne si nejen náš pár s chutí zatančil na improvizovaném parketu.



■ Výlet do Strakonice

Ve třetím týdnu měsíce listopadu strávili naši obyvatelé příjemný den na výletě do reminiscenční hospody U Splávku ve Strakonících. Jedná se o ojedinělou hospodu zcela zařízenou ve starém duchu. Na stěnách jsou staré obrázky, cedule a fotografie. Nábytek je také historický a je zde využít například i starý šicí stroj, psací stroj a různé mlýnky. Další fotografie si můžete prohlédnout u nás v Prácheňském sanatoriu.



■ Podzimní procházka v Miroticích

Na konci listopadu, před definitivním nástupem zimy, strávili naši klienti příjemný den na výletě v Miroticích. Podzimní procházku začali v historickém centru města Písku a odtud pokračovali na prohlídku obory. Zde měli možnost krmit divoká prasátka suchým chlebem, který si přinesli s sebou.



Informační okénko:

■ **Bc. Petra Tesařová** bude od 1.12.2010 zastupovat paní Lenku Němcovou, která nastoupila na mateřskou dovolenou, na pozici **ředitelky v Prácheňském sanatoriu o.p.s.** Kontaktovat ji můžete na telefonním čísle **774 774 085**. V případě osobní schůzky ji naleznete v pracovních dnech od 7:00 do 15:30 hodin v kanceláři č. 2.



■ Dne 1.12. nastoupila **Mgr. Alena Lípová** na místo **sociální pracovnice v Prácheňském sanatoriu o.p.s.** Kontaktovat ji můžete na telefonním čísle **773 377 015**. V případě osobní schůzky ji naleznete v kanceláři č. 1 v pracovních dnech od 7:00 do 15:30 hodin.



Vzpomínky na Vánoce, vyprávění našich babiček

Naši předkové chápali **Vánoce jako oslavu příchodu Ježíše Krista** a současně jako den, kdy se příroda odvrací od zimy. Pojili s nimi spousty zvyků, dnes již zapomenutých. Oslava vánočních svátků začíná adventem (příchod, očekávání). **Adventní doba** trvá čtyři týdny před Štědrým dnem. V dřívějších dobách lidé drželi v tomto období půst a věnovali se modlitbám. Podle adventu je pojmenován i adventní kalendář. V tomto kalendáři jsou označené jednotlivé dny, které zbývají do Štědrého večera (24) a na každý z těchto dní je připravená malá sladkost. Jednotlivé adventní neděle mají svoje zažité lidové označení: železná, bronzová, stříbrná a zlatá.



Oslava vánočních svátků byla jednou z mála příležitostí, kdy se měli naši předci šanci pořádně se najíst před příchodem lednových a únorových mrazů, kdy už toho v domácnosti moc nezbylo. **Vánoční hostina** byla také spojena s mnoha posvátnými a symbolickými čísly. Na štědrovečerním stole muselo být devatero jídel a dvanáct druhů cukroví. Hlavním pokrmem byli luštěniny, perníky, pletená vánočka, a sušené ovoce. **Vánoční stromeček** původně visel ze stropu v místnosti, teprve v průběhu doby se přemístil na stůl. Zdoben byl perníčky, sušeným ovocem a slaměnými ozdobami. Naši předkové byli také nejen silně věřící, ale také hodně pověřiví. Po večeři se všichni společně modlili a vzpomínali na to, co dobrého nebo špatného je v uplynulém roce potkalo. V průběhu večera se nesměl nikdo zvednout od stolu do té doby, dokud všichni nedojedli. Věřilo se, že o dalších Vánocích by se rodina nesešla celá. Z kapra podávaného ke štědrovečerní večeři hospodyně schovávala peníze – to proto, aby se v domácnosti udrželi .

Mezi **další** mnohdy ještě dnes **udržované zvyky** patří:

Lití olova – každý člen domácnosti nad plamenem si rozžhavl kousek olova, až úplně roztálo. Olovo pak opatrně vлил do připravené nádoby s vodou. Odlitek, který vznikl věštil dotyčným jeho budoucnost.

Krájení jablka – jablko se přepůlilo vždy po štědrovečerní večeři napříč. Pokud měla jeho vnitřní část s jádry tvar hvězdy, znamenalo to, že se za rok všichni sejdou ve zdraví. Měla-li tvar kříže, někdo z přítomných těžce onemocní.



Cizí věci v domě – říkalo se, že by se do konce roku měly vrátit všechny cizí věci, které jsou v domě. V novém roce by nosily smůlu.

Házení střevíce – svobodné dívky házely střevícem přes hlavu. Obrátil-li se patou ke dveřím, znamenalo to, že zůstanou doma. Obrátil-li se špičkou ke dveřím, říkalo se, že se provdají a odejdou.

Vánoční kuchtíkovo okénko:

I v měsíci prosinci Vás jistě potěšíme jedním z receptů, podle nichž připravují naši obyvatelé pohoštění pro vánoční posezení

VANILKOVÉ ROHLÍČKY

70 g lískových ořechů
1 žloutek
210g hladké mouky
210g cukru moučka
125g másla
mléko
1 vanilkový cukr



Postup:

Na vál prosejeme mouku, přidáme nastrohané oříšky, moučkový a vanilkový cukr, tuk, žloutek a zpracujeme vláčné těsto. Podle potřeby můžeme přidat mléko. Z těsta vyválíme váleček, který nakrájíme na stejně velké kousky a tvarujeme z nich rohlíčky. Rozložíme je na plech a v mírně vyhřáté troubě asi 10 min. zvolna pečeme dorůžova. Rohlíčky ještě horké obalujeme v moučkovém cukru.

Přejeme Vám dobrou chuť a šťastné svátky!

■ Seznamte se prosím.... dnes: ERGOTERAPEUT

V rámci plného informování rodin a navázání spolupráce mezi klientem, rodinou a zařízením, jsme se rozhodli Vám přiblížit nejen program, který s klienty vykonáváme, ale také Vás v následujících měsíčních seznámit s denním chodem v našich zařízeních a se zaměstnanci, kteří přímo pečují o naše klienty.

Rádi byste věděli, kdo je u nás v zařízení osoba v oranžovém tričku? Co toto povolání obnáší? A jak vlastně našim klientům pomáhá?

Pojďme si hned na počátku vysvětlit, kdo jsou ti zaměstnanci v oněch zmiňovaných oranžových tričkách. Povolání nazýváme **ergoterapeut**. Jeho posláním je vyplnění volného času klienta a snaha zapojit ho do běžného denního života a povinností. Vytváří, plánuje a dále také monitoruje individuální plán pro každého klienta dle jeho schopností, dovedností, a to jak krátkodobý, tak i dlouhodobý plán. Klienta k žádným činnostem nenutí, nýbrž se ho pouze snaží danou činností zaujmout, aby sám klient měl chuť se zapojit. Ke klientovi se chová vždy důstojně a zachovává jeho práva a svobodu. Klient je u nás na prvním místě. Některý klient je schopen soustředění pouze velmi krátkou dobu, ale i tato krátká doba nebo jen pobyt mezi klienty, kteří se do práce zapojili, podporuje mozkovou činnost a smysly klienta a to je cíl, kterého chceme dosáhnout. Smyslem ergoterapie není jen vyplnit volný čas klienta, ale stimulovat smysly a udržovat co nejdéle některé dovednosti, včetně jemné motoriky. Velkou touhou a cílem je zapojit do programu i rodinu a okolí klienta. Program připravuje pro klienta od 9.00 do 11.30 hodin a následně odpoledne od 13.30 hodin, denně od pondělí do neděle.



Stručný výčet pravidelných aktivit s klientem:

- Kognitivní trénink (trénink paměti).
- Výtvarná kreativa (kreslení, vystřihování, tvorba keramiky, pečení, vaření...atd).
- Procházky, výlety, posezení v cukrárně či hospůdce a nakupování.
- Sledování oblíbeného filmu nebo čtení oblíbené knihy klienta (jak klientem, tak i ergoterapeutem) a následně povídání si o obsahu.
- Poslech hudby a tančení s klientem.
- Hraní společenských her (např. turnaje Člověče nezlob se).
- Neustálé obnovování informací a komunikace o všeobecném přehledu klienta.
- A mnohé další činnosti...



Co nás čeká v prosinci?

- Návštěva dětí ze základní školy s vánočním pásmem pohádek.
- Sváteční rozjímání s písněmi kazatele a primáře spiritistického oddělení nemocnice v Písku pana Rostislava Homoly.
- Návštěva jihočeských Hoštic.
- Návštěva vánočních trhů.
- Mikulášská nadílka.
- Výlet do muzea v Táboře.
- Výroba adventních věnců a ozdob.
- Pečení vánočního cukroví.
- Vánoční čaj o páté se bude konat dne 23.12 od 15:00 hodin ve společenských prostorech Prácheňského sanatoria.
- Štědrý den. Štědrovečerní bohoslužba spojená s předáváním dárků a večeří
Od 9:00 hodin se bude konat v našem zařízení vánoční mše, po které bude následovat rozdávání dárků a slavnostní oběd.
Rodiny jsou srdečně zvány!
- Návštěva jesliček.



Přejeme šťastné svátky, plné pohody.