

NÁŠ MĚSÍČNÍK

Prosinec 2011





Slovo ředitelky

Vážení a milí,

Než jsme se nadáli, je tu poslední číslo již druhého ročníku našeho měsíčníku „Prácheňáčku“. Prosincové číslo je již prodchnuté atmosférou blížících se Vánoc a jejich přípravou. Vždyť měsíc prosinec je posledním měsícem v kalendáři, kdy slunce stojí nad obratníkem Kozoroha a nastává zimní slunovrat.

Ale tato doba je především dobou adventní, časem jakéhosi zklidnění. Advent začíná první nedělí adventní a končí západem slunce Štědrého večera. Barvou tohoto období je barva fialová. Pro nás bývá advent spojen s výrobou adventních věnců – symbolem odpočítávání 4 týdnů adventu. Tento zvyk je starý více než 2tisíce let a pochází z židovské tradice. Na věnci jsou umístěny čtyři svíce, jejichž rozmístění symbolizuje požehnání na čtyři světové strany. Věvec by měl mít barvu třech svící fialových = důstojnost a pokání, jednu svíci růžovou značící radost a uprostřed věnce by měla stát svíce bílá jako symbol duchovní čistoty. Ano, tuto dobu bychom neměli vnímat jako honitbu za dárky, ale jako jemné upozornění na sváteční atmosféru blížících se oslav.

Přeji Vám všem tímto krásný předvánoční čas, hodně zdraví a štěstí v novém roce 2012 a těším se na lednové číslo, ve kterém se spolu s Vámi vrátíme k oslavám spojených s vánocemi a Silvestrem.

Petra Tesařová



Ohlédnutí za uplynulým měsícem:

■ Návštěva kláštera

Na samotném začátku měsíce jsme se zajeli podívat do františkánského kláštera, kde nám o historii a životě přednášel samotný opat. Neodřekl nám ani fotky do našeho alba.



■ Hubertská mše

Hubertská jízda, pořádaná k uctění patrona myslivců a lovu sv. Huberta neunikla naší pozornosti ani tento rok.



Svatý Hubert

se narodil jako následník rodu šlechtického ve Francii kolem roku 655. Po narození potomka ovdověl a bolest ze ztráty mladé ženy zaháněl pobytem v lesích a lovem. Tam jednou ušel jelena, nesoucího svítící kříž mezi paroží. To posílilo Hubertovo rozhodnutí zasvětit život Bohu. Po vysvěcení na biskupa později postavil katedrálu v Lutychu a zapáleně šířil v tom kraji víru.

■ Bio Senior

Tento měsíc jsme shlédli novou komedii Jiřího Vejdělka Muži v naději..., Ženská má mít pocit, že o chlapa musí bojovat, musí se snažit, aby si ho udržela. A hlavně ženská se nesmí nudit.“I když se jednalo o novou komedii, moc jsme se nasmáli.



■ Posezení v cukrárně

Nevlídné počasí v tomto měsíci nás inspirovalo k návštěvě cukráren v našem městě. Naše mlsné jazýčky uspokojili zákusky a horká čokoláda. A hned byl veskrze zachmuřený listopad o něco veselejší.



...nechybí ani tradiční čaj o páté, na který si sami upečeme něco sladkého.



■ Vánoční výstava v Praze

I tento rok jsme se rádi účastnili prodejní výstavní akce v Praze, kde prezentujeme naše výrobky a naše zařízení. K této výstavě jsme ušili a vyšili punčochy pro mikulášskou nadílku, složili papírové květy, namalovali květináče a nanečisto upekli vánoční cukroví. Bylo tak dobré, že se po něm hned zaprášilo.



■ V prosinci své narozeniny oslaví:

Skybová Marie
Martínková Marie
Nosková Eva
Doskočilová Vlasta

Ať máte vše, co si přáti chcete,
ať nemáte smutek, bolesti,
ať poznáte jenom šťastné chvíle,
ať žijete jenom pro štěstí.

Růžičky kvetou pro krásu,
v knihách jsou psány pověsti,
dny žijí ze slunečního jasu
a lidé žijí pro štěstí.



Informační okénko

❖ V prosinci proběhnou pro zaměstnance tato školení:

- Alzheimerova choroba a jiné demence
- Soběstačnost, bolest, inkontinence
- Práce s klientem seniorem, motivace a aktivizace

Do našeho kolektivu byla přijata nová pracovnice slečna Aneta Krylová, kterou tímto vítáme.



❖ Dne 2.12.2011 byla dokončena 2.etapa rekonstrukce sociálního zázemí. Začínáme další etapu a zdárně se blížíme k vytouženému cíli.



Co nás čeká v prosinci?

- ❖ Návštěva dětí ze ZŠ
- ❖ Mikulášská nadílka
- ❖ Zdobení perníčků a pečení vánočního cukroví
- ❖ Zdobení vánočního stromku
- ❖ Návštěva Vánočních trhů
- ❖ Biosenior- I ženy mají své dny
- ❖ Muzeum- Vánoční snění
- ❖ **30.12.2011 od 15hod.předsilvestrovské setkání s rodinami**

■ Příběh

Čas Vánoc...



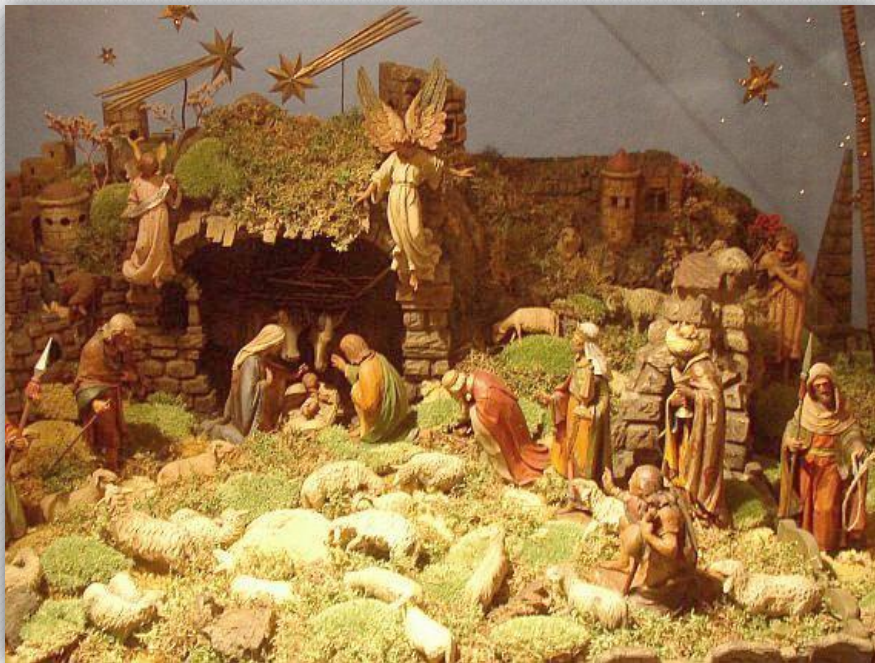
Blížící se příchod svátků, které by měly být prožité v klidu a míru, nás přivedl ke vzpomínkám na ty naše, trávené doma v rodinném kruhu, obklopeni blízkými.

Spousta tradic se uchovala-pečeme cukroví, vánočky, vázy zdobí Barborky, postáváme u kádí s kapry, darujeme jmelí, někde si možná nostalgicky rozkrojí jablíčko (vzpomínám si na jednu básničku, syn se ji učil ve školce – vánoční stromeček zavoní v pokoji, maminka s úsměvem jablíčko rozkrojí a když ho rozkrojí, uvidí hvězdičku, která se schovala v vánočním jablíčku)...na některé se už asi zapomíná . Pamatuji si, jak moje maminka vyprávěla, že v dobách jejího mládí svobodná děvčata házela na Štědrý večer botou (jestli se vdá a půjde z domu), do chlívů se nosilo „kravám po výslužce“ ...odlévali olovo a pouštěli si svíčky ve skořápkách vlašských ořechů...i tak v tom všem shonu k sobě asi měli tak nějak blíž.. Ale možná jsem jen prostě zapomněla na kouzlo dětských Vánoc, který nebyl spojený s předvánočním gruntováním a přípravami, když jsem měla i já už rodinu...ale tenkrát to bylo jiné...V dobách našeho dětství vánoční stromečky ještě nezdobily elektrická světélka a spousta skleněných ozdob . Ozdoby jsme si vyráběly třeba z papíru nebo slámy, dodnes si na ty časy s láskou vzpomínám . Ještě dnes, když vidím malé vánoční svíčky připomenou mi, jak jsme je u štědrovečerní večeře na stromečku zapalovali (byli v takových skřipcích, co se připevnilo na větvičky),jakou jsme měli radost z perníčků...Na stole voněla vánočka a maminka s tatínkem se usmívali...



Na Štědrý den jsme chodili do lesa dát jidášky zvířátkům a když jsme se vrátili, čekal nás doma stromeček a začaly Vánoce... Naše dětství neprovázely elektronické hračky, počítače, DVD přehrávače. Hodnoty těch našich dárků nebyly ani tak v penězích, jako v radosti dárců, pro které byly největší odměnou rozzářené dětské oči.

Moje první panenka byla vyrobena ze špalíčku dřeva, oblečena do zbytků hadříčků, ale byla to ta nejmilejší a nejkrásnější panenka. Dodnes nepochopím, jak maminka dokázala ušetřit z lístků na potraviny a ostatní věci tolik, že mi jednou pod stromečkem udělal radost dárek, se kterým si mnoho let poté hrála ještě moje malá dcerka – malý růžový dřevěný kočárek na panenku. V dobách našeho dětství patřil neodmyslitelně k Vánocům sníh . Zasněžené stráně lákaly k zimním radovánkám a my si jich užili dosyta . Jistě jste každý viděl zimu,obrázky s " ladovskou zimou“ jak děti bruslí, lyžují, sáňkují, sjíždějí kopce na pytlích vycpaných slámou . Tak si to pamatuji i já... Když jsem se vdala, patřilo k rituálům spojených s Vánocemi také návštěva tatínka mého manžela. Kdyby nás nepřivítal slovy: „Dary hojné přinesli, klaněli se u jeslí,“ nebyly by to ty pravé Vánoce.



■ Předvánoční výzdoba

Aby vše na vánoce vypadalo krásně, začali jsme i my s vánoční výzdobou našeho sanatoria. Nazdobili jsme truhlíky do oken a tak můžeme mít hezky nazdobená okna po celý rok. U vchodu jsme si nazdobili dva smrčky. Tento rok se budeme snažit vše vyzdobit v duchu staročeských vánočních tradic v tradiční červené barvě.



■ Keramická dílna

K příjemnému rozptýlení nejen dlouhých listopadových dnů určitě patří práce v keramické dílně s paní Milenou. Milana k nám do zařízení chodí pravidelně každé úterý dopoledne a zavede nás do tajů tvoření z hlíny



Vánoční recept na perníčky:

Ke kouzlu vánoc určitě patří i vůně perníčku. Tak jako každý rok i tento jsme připravovali těsto, které jsme si upekli a v prosinci pak nazdobíme . Část perníčků sníme k čaji a část nazdobíme vánoční stromečky.

Na perníčky potřebujeme:

500 g hladké mouky, 250g cukru moučka, 100g medu, 50g sádla,
1 lžička jedlé sody, 3 lžičky perníkového koření, 1 vejce na potírání perníčků,
1 lžíce kakaa , 3 vejce, citronová kůra

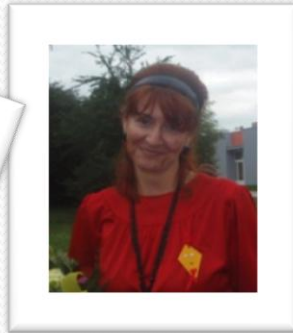
Postup:

Med nahřejeme se sádlem a do vzniklé směsi přidáváme prosátou mouku a zbylé ingredience. Vypracujeme těsto na perníčky. Těsto vložíme do mikrotenového sáčku a vložíme odpočívat do ledničky. Odpočínuté těsto po částech rozválíme a vykrajujeme různé tvary perníčků, které pokládáme na plech vyložený pečicím papírem. Upečené perníčky vyjmeme z trouby a potíráme rozšlehaným vejcem. Po vychladnutí můžeme začít se zdobením.

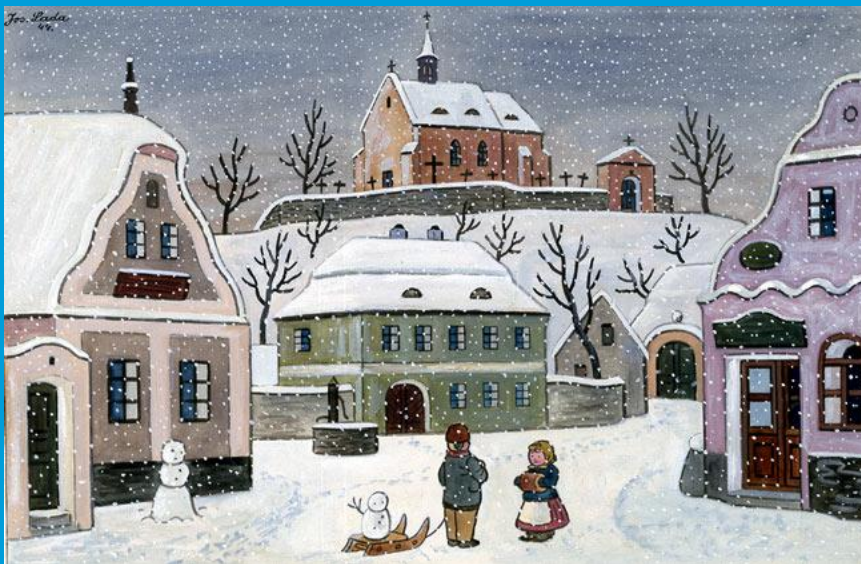
Dobrou chuť



■ Seznamte se prosím:



V této nové rubrice budete postupně seznamováni s členy týmu, kteří se starají o vaše blízké. Dnes si vás dovoluujeme seznámit s vrchní sestrou Prácheňského sanatoria. Paní Irena Černá pracuje na našem zařízení již 13 let, z čehož čtvrtý rok jako vrchní sestra. Je absolventkou střední zdravotnické školy a získala vysokoškolský titul Bc. na Zdravotně sociální fakultě v Českých Budějovicích v oboru ošetřovatelství. Je šťastnou majitelkou jednoho manžela a dvou synů. Mezi její koníčky patří víno, muži, zpěv a společenská hra Aktivity ☺ a jiné stolní hry. Také má velmi ráda oranžovou barvu a mořské plody. Ani ve svých sportovních aktivitách není skoupá- v létě se ráda opaluje u moře a v zimě bravurně sjíždí modré sjezdovky šumavských kopců.



Prácheňské sanatorium o.p.s.

Provoz Písek

Ředitelka zařízení

Petra Tesařová
+420 774 774 085
tesarova@alzheimercentrum.cz

Vrchní sestra

Bc. Irena Černá
+420 773 377 011
vrchni.pisek@alzheimercentrum.cz

Staniční sestra

Eva Krůčková
+420 773 377 012
stanicni.pisek@alzheimercentrum.cz

Sociální pracovnice

Mgr. Alena Lípová
+420 773 377 015
socialni.pisek@alzheimercentrum.cz

Administrativní pracovnice

Renata Vitujová
+420 773 377 016
admin.pisek@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.