

Alzheimercentrum

Zpravodaj

2020 ČERVENEC–ZÁŘÍ



Zlosyň

ALZHEIMER[®]
CENTRUM

SLOVO ŘEDITELKY

Dobrý den ze Zlosyně,

zdravíme Vás v dalším vydání našeho Zpravodaje. Doba koronaviru stále trvá a my Vám děkujeme za trpělivost se zákazy návštěv a důvěru kterou nám dáváte v péči o vaše blízké.

Naši aktivizační pracovníci založili **facebookovou skupinu** pro rodinné příslušníky a blízké našich klientů, ke které se můžete připojit – **Aktivizační terapie AC Zlosyň**. Jsou tam pravidelně přidávány fotografie ze zařízení a krátké články.

Doufáme, že bude brzy líp.

Za AC Zlosyň
Mgr. Ladislava Vlachová

Účast na benefici: Jak jsme šili panenky pro UNICEF



S našimi klienty se rádi zapojujeme do různých benefičních akcí. Letos v červnu jsme si vybrali šití látkových panenek pro organizaci UNICEF. Každá ušitá panenka je na webu UNICEF vystavena pod fiktivním rodným listem, prostřednictvím kterého ji lze „adoptovat“. Finanční výtěžek jde na podporu vakcinace proti šesti smrtelným onemocněním dětí v rozvojových zemích, kde tato péče není dodnes dostupná. Očkovat by se mělo proti spalničkám, záškrtu, černému kašli, tetanu, tuberkulóze a dětské obrně. Vakcíny proti těmto chorobám jsou ve vyspělých zemích nedílnou součástí zdravotní prevence.

Naše pracovní stoly proto na čas zaplnily stříhy, látky, nůžky, nitě, bavlnky a my jsme se pustili do šití. Nejlepší ale bylo pracovní nadšení zúčastněných klientů. Nakonec jsme ještě všem panenkám společně vybrali jména. Chcete se seznámit?



POJĎME VONĚT LEVANDULÍ

Léto voní po zážitcích a na svém sklonku taky po levanduli. Ta se totiž v období srpna hojně sklízí. Ani my jsem neodolali a na zahradě si pěstujeme záhon obsypaný fialovými kvítky s typickou vůní.

Kromě přísady do kosmetických přípravků je levandule známá jako léčivka. Působí protizánětlivě, dezinfikuje, urychluje hojení, zklidňuje, pomáhá trávení, tlumí migrény, a dokonce pomůže s nespavostí.

A jak tento přírodní poklad využít? Levanduli usušte v suché, větrané místnosti a pusťte se do drhání. Už v této fázi si dopřejete příjemnou aromaterapii. Pozor však na moc silnou záplavu vůně, tu každý nemusí vnímat pozitivně.

Kvítky sesbírejte do nádoby a po té využijte libovolně k výrobě domácí kosmetiky, dekorací, zašijte do polštářků, naplňte sáčky do prádelníku, nebo se pusťte do přípravy sirupu, pečení a vaření.



JAK SE DĚLÁ „BRAMBOROVÝ DÝCHÁNEK“

Jak lépe pozvat radost do všedních dnů než neobvyklým zapojením běžných maličkostí do našich aktivit? Právě schopnost vidět a využít obyčejné věci jinak, dělá svět zajímavý a pestrý. Přinášíme vám ochutnávku, jak to vypadá, když proměníte třeba obyčejnou bramboru v zábavu a hru. Stačí jen trochu tvořivosti, pár správných lidí a třeba.... právě brambora!

Cílem našeho dýchánku bylo vytvořit čas strávený společnou zábavou, v souladu s osobnostmi našich klientů. Nejprve jsme oprášili dětské vzpomínky a pustili se do výroby „bramborových tiskátek“. Vzpomínáte si na ně? My jsme je použili na potisk originálních látkových ubrousků s podzimními motivy. Brambory jsme po té využili k trénování motoriky a pohybovým hrám. Úspěch na sebe nenechal čekat!

Naši klienti si barevné tvoření moc pochvalovali a za odměnu si pochutnali i na svátečním bramborovém menu.





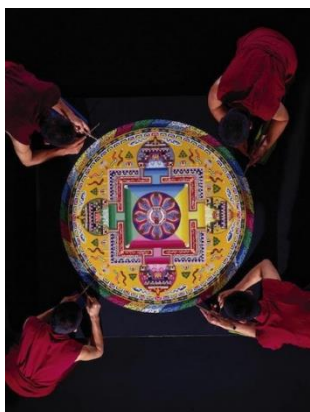
KDYŽ MANDALU ROZFOUKÁ VÍTR...

Tibetští mniši se v rámci meditace věnují tvorbě barevných mandal. Pečlivá, trpělivá práce je o to obdivuhodnější, že mandalu vysypávají z písku, mouky nebo jiných prašných materiálů a do nejmenších detailů se věnují geometrickému ornamentu. Práce trvá i měsíce, jen aby výsledek nakonec rozfoukal vítr, odnesli jej účastníci obřadu nebo byl rozptýlen ve vodě. Proč? Toto úsilí s křehkým výsledkem v buddhismu symbolizuje pomíjivost života, věcí a zbytečné lpění na materii a malichernostech. Mandala je cesta, jak tuto zkušenost zažít a odpoutat se od maličkostí. Její tvoření pak představuje nabývání zkušeností i dovedností potřebných na cestě životem.

Mandala symbolizuje jednotu, celek a dle kultury také posvátné symboly v pravidelném geometrickém tvaru. V buddhismu znamená požehnání zdraví, a proto se prach mandaly ponechává na pospas živlům, které požehnání rozptýlí do celého světa.

I my jsme nad těmito příběhy debatovali s klienty při tvoření našich skromnějších mandal. Protože ale přírodně pigmentované mramorové písky nevlastníme, sáhli jsme po pokladech podzimu. Šípky, javorové listy, kaštiny, šišky i šnečí ulity se nám pod rukama měnily ve vlastní osobité mandaly. V křesťanské kultuře se mandala vtiskla například do geometrie sakrální architektury nebo vitráží.





LOUČENÍ S LÉTEM... GRILOVAČKOU!

Jak jinak zamávat létu než příjemným posezením v zázemí naší zahrady s pergolou? A když ještě na grilu zavoní ty pravé buřty a klienti si pod vedením terapeutů společně připraví zeleninový salát, říká se tomu den jako malovaný, dobrá nálada a posila do příštích dnů babího léta i podzimu. S chutí do toho.

Bez grilované odměny nezůstal ani personál a celé zahradní události ochotně přihlížel i náš milovaný pes Oskar. Přece bychom ho nevynechali!



LOUČENÍ S LÉTEM... GRILOVAČKOU!



VŠECHNO NEJLEPŠÍ, PANÍ MARIE!

I přes mnohé těžkosti nám život přináší spoustu radostných chvil a my jsme rádi, že si je můžeme v kruhu našich klientů vychutnat. Tentokrát jsme slavili narozeniny paní Marie, které bylo v srpnu 85 let.

Paní Marušce přejeme všechno nejlepší a mnoho radosti mezi námi. Jsme rádi, že jsme ji mohli poznat. Celé dopoledne se podávaly zákusky a občerstvení, z reproduktorů hrála nejlepší česká dechovka a blahopřání se na paní Marušku jen sypala. Gratulace přijala od klientů i zaměstnanců. A došlo i na tanec!



KOUTEK ARTETERAPIE...

Ať venku nebo doma tvoření je vždycky prima. S chutí se proto pouštíme do tvořivých činností, které si získají srdce a pozornost našich klientů. Velmi oblíbené, zvláště u dam, se stalo vyrábění vonicích směsí potpourri. Různé vůně, ale i kontakt s barevnými sušenými květy brzy upoutal jejich smysly. Už máme směsi vonící po citronové trávě, jasmínu, zeleném čaji, levanduli, pivoňce či růži. Nově jsme vyzkoušeli také podzimní tóny hřebíčku s badyánem. A jaké vůně jste si oblíbili vy?



Abychom sušený materiál vytěžili do posledního kvítku, vytvořili jsme další květinovou dekoraci. Nejlépe nám sušené kvítky vynikly v jednoduchých tvarech, když jsme na papír obkreslili třeba ruce a potřeli lepidlem. Objekt jsme hustě vysypali sušenými okvětními lístky a zalisovali. A heslo? Loučení s létem – ne slzou, ale květem!



Klienti, kteří se s létem ještě loučit nechtěli, našli zálibu v naší stolní „přimořské“ dekoraci. Stačí skleněnou vázu naplnit ve vrstvách různě barevnou solí a navrch rozmístili lastury a mušle. Také jste si je v dětství přikládali k uchu, zda v nich uslyšíte šumět moře?



PEČENÍ NÁS BAVÍ MOC!

A koho by nebavilo? Kromě chuti přináší společné chvíle strávené vybíráním receptů, přípravou těsta i finální úpravou. A kdo jiný zná nejrafinovanější zlepšovací tipy, než babičky a dědečkové? Kromě vynikající pochoutky nás štěstím oblažoval pocit, že jsme mohli udělat radost těm, kteří si již pečení sami připravit kvůli zdravotnímu stavu nedovedou.

V měsíci září jsme si postupně připravili pochoutku z jablek, linecké dobroty a sněhové pusinky. Teď už rozmýšlíme nad vánočním cukrovím. A jaké jsou vaše oblíbené laskominy?



PEČENÍ NÁS BAVÍ MOC!



VENKU SPOLU

Nejlépe je na vzduchu. A proto kdykoliv počasí dovolí, trávíme s klienty společný čas venku. Cvičíme dýchání k podpoře plic i duševní rovnováhy, pohybujeme se, povídáme si a často si pěkně od plic „zahalekáme“ nějakou lidovku.

Na zahradě se kocháme letitými stromy, záhonem s levandulí, rajčaty i bylinkami.

Oblíbené zahradní stanoviště našich klientů představuje i výběh se zvířaty, kde mohou v klidu pozorovat ovce a kozy. Letošní léto se výběh rozrostl o pár čerstvých kůzlátek, která roztomilou nemotorností rozveselují přihlížející.



DÁRKY A SOUTĚŽE ANEB CO JE U NÁS NOVÉHO?

Naše zařízení zakoupilo zbrusu nové linety pro ještě větší pohodlí našich klientů. Konstrukce z dřevěného materiálu a měkké polstrování potažené koženkou je nejen ergonomické, ale vzhledově i na dotek příjemné. Přídavný stoleček je dostatečně prostorný, aby nabízel klientovi možnost vyžití třeba s knihou, občerstvením nebo i papírem a pastelkami pro tvořivou aktivitu.

Účast v jarní soutěži Tesco o podporu nejzajímavějšího projektu nám vynesla skvělé výhry. Jako soutěžící s projektem „Vzpomeň si“ jsme doplnil řady pomůcek pro trénink paměti a reminiscenční terapii. Součástí terapeutických pomůcek byl i nový automatický „ergo pes“. Jde o unikátní typ plyšové hračky navržené ve spolupráci s odborníky, aby odpovídala potřebám klientů s Alzheimerovou nemocí. Ti jej na základě jeho pohybových a zvukových funkcí vnímají jako živou bytost, která přívětivě reaguje na kontakt.





Alzheimercentrum Zlosyň z.ú.

CÍL

- zajistit individuálně zjištěné a dojednané potřeby klienta v rámci jeho bio-psycho-sociálních a spirituálních zvyklostí
- poskytovat takovou míru podpory, kterou klient skutečně potřebuje, s ohledem na jeho možnosti a schopnosti
- podporovat udržení co nejužšího kontaktu s rodinou a blízkými klienta

POSÍLÁNÍ

Domov se zvláštním režimem poskytuje komplexní a individuálně zaměřené, celoroční pobytové služby osobám s Alzheimerovou chorobou a jinými typy demence, které již nemohou zůstat ve svém vlastním domácím prostředí. Služba pro své klienty zajišťuje podporu, pomoc, péči ve všech oblastech života klienta, které klient není schopen zvládnout samostatně. Nabízí klientům možnost společenských kontaktů, poskytuje podporu při rozhodování, naplňování přání a vůle klienta s ohledem na jeho možnosti a schopnosti.

CÍLOVÁ SKUPINA

Osoby s chronickým duševním onemocněním a osoby s jiným zdravotním postižením od 40ti let věku.

KONTAKTY

Ředitelka zařízení

Mgr. Ladislava Vlachová
tel.: +420 774 774 097
reditelka.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Vrchní sestra

Jana Šálová
tel.: +420 774 774 021
vrchni.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Staniční sestra AB

Romana Malá, DiS
tel.: +420 774 774 028
stanicni.AB.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Staniční sestra CD

Kateřna Gregorová
Tel.: +420 774 774 022
Stanicni.CD.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Provozní pracovník

Markéta Cingelová
tel.: +420 774 774 024
provoz.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Administrativní pracovník

Romana Koukolíčková
tel.: +420 774 774 026
admin.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Sociální pracovník

Bc. Barbora Zikmundová
tel.: +420 774 774 027
socialni.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Alzheimercentrum Zlosyň

www.alzheimercentrum.cz
tel.: +420 774 774 027
zlosyn@alzheimercentrum.cz