

Alzheimercentrum

Zpravodaj

2021 LEDEN-BŘEZEN



Zlosyň

ALZHEIMER[®]
CENTRUM

SLOVO ŘEDITELKY

Dobrý den ze Zlosyně,

rok se s rokem sešel a my vám přinášíme první Zpravodaj v roce 2021. Jsme velice rádi, že po všech omezeních, přichází mírné rozvolnění, hlavně co se týká setkávání klientů a možnosti aktivizačních programů. A naši aktivizační pracovníci se toho chopili a připravili pro vaše blízké pestrý program: grilování, oslavy narozenin, kreativní aktivity, ...

Zpravodaj je nabitý fotografiemi, které vás určitě potěší.

Na konci naleznete seznámení s vyhodnocením Dotazníků spokojenosti, které jsme vám koncem loňského roku zasílali.

Za kolektiv AC Zlosyň vám přeji hodně zdraví,

Mgr. Ladislava Vlachová
ředitelka

VSTUPUJEME DO NOVÉHO ROKU

Rok s rokem se sešel a my jsme tu pro vás opět, abychom zahájili nové období tou správnou trefou na cíl. Stará moudrost totiž praví, že skutečný úspěch je dlážděný stavěním smysluplných cílů, k nimž vede trpělivost i přiměřenost jednotlivých úkolů. Připomínat si dobré rady je užitečné a proto tímto obnovujeme a opakujeme náš slib a závazek, který jsme si předsevzali na cestě ke zkvalitnění života a péče o klienty s demencí a podpoře jejich rodin. Jdete do toho s námi? Doufáme, že vám zprávy a fotografie z našeho magazínu udělají radost, a že v nich naleznete své blízké v časech, kdy každé setkání je jako malý zázrak. Tohle foto je z naší terapie a vidíte na ní skupinku klientů, kteří jako první vyzkoušeli vánoční dárek, tiché kuželky.

Kuželky nám věnovala paní Renata Kovaříková prostřednictvím úžasného projektu Ježíškova vnučata, který umožňuje prostřednictvím daru uspokojit přání a potřeby seniorů. Proč jsou pro naše klienty neocenitelné? Tiché kuželky umožňují snadnější a nehluknou hru a zohledňují účastníky se zdravotními limity či citlivé na zvuky. Buďte si jistí, že jsme kuželky trefili všechny!



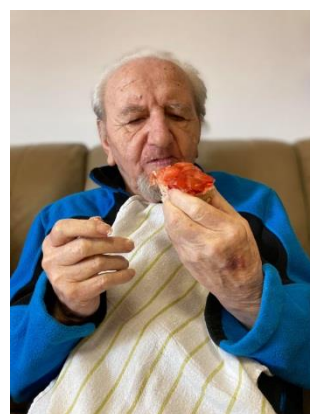
NAROZENINOVÉ RADOSTI



Jen co se nový rok začal, už jsme měli na programu první narozeninové radosti. Pro oslavence jsou pochopitelně jednou v roce, ale u nás v Alzheimer centru máme tu výhodu oslavit jich třeba sto v každém roce! Že by to mohlo být stereotypní? Toho se nebojíme, každá z oslav je totiž něčím naprosto jedinečná.

První oslava letošního roku připadla paní Pavlíně ke krásným devětaosmdesátinám. Krášlil ji nejen pravý domácí dort od klientčiny rodiny, ale také vystoupení Dětské skupiny Včelička. Narozeninová písnička zazněla dětskými hlásky v češtině i angličtině a zdravily se s našimi klienty alespoň přes okno, které nám ozdobily barevnými srdíčky. Tak vznikly jedny z nejdojemnějších okamžiků oslavy.





Jak by vypadala vaše vysněná narozeninová oslava? V renesančním zámku, při seskoku padákem nebo třeba hromadné veselí pod širým nebem? Naším březnovým oslavencům počasí přálo, tak jsme jim uspořádali oslavu v zahradě, s pořádnými domácími dorty. Mnoho štěstí, ať vám slunce prozáří každou myšlenku a každý nový den!





COPAK JE TOHLE ZA OSLAVENCE?

Ještě jedny narozeniny si neodpustíme zmínit. Tedy přesněji přímo narozeniny. Na našem dvorku s jarem přibyla tři nová jehňátka. Jen co se rozkoukala na světě, přijímají audience jednu audienci za druhou. U klientů si zkrátka získali suverénní oblibu, a tak všechny procházky vedou k jejich ohradě, samozřejmě i s nějakou dobrotou ovečkám na zub. Při procházkách nás často doprovází náš věrný zvědavý parťák, pes Oskar. Ani on nepřijde při rozdávání laskomin zkrátka!





NENAHRADITELNÁ PŘÍTOMNOST ZVÍŘAT

Zvířata dělají člověku společnost od nepaměti a běžně ani nepotřebujeme znát, proč je tak rádi vyhledáváme. V oblastech zlepšování zdravotní a duševní péče však chceme určité faktory zdůvodnit, už jen pro sdílení informací vedoucí k zefektivnění péče celkově. Pozornost vědců tak získal i vliv přítomnosti zvířat na fyzické i duševní zdraví. Zjistili, že zvířecí parťák přímo a dlouhodobě pozitivně ovlivňuje biochemické parametry a fyziologické funkce. Příznivý vliv je prokazatelný nejen u lidí s mentálním či fyzickým postižením, ale vzrůstá také míra a rychlost zotavení např. po infarktu myokardu apod. Se zvířetem nejen roste motivace, ale také léčivý pocit vzájemnosti, blízkosti a schopnost komunikace ohledně potřeb psychické i fyzické péče a porozumění. V našich prostorách proto najdete mluvicího papouška, andulky, pejska a na návštěvu přichází i kočka. Na našem dvoře mají výběh kozy s ovci a klienti je mají možnost nejen pohladit či nakrmit, ale také pozorovat přirozený cyklus péče a vývoje zvířat.





MEZIGENERAČNÍ PROJEKTY – POHÁDKOVÁ SPOLUPRÁCE



Slovo dětí a slovo seniorů se tentokrát dalo v mezigeneračním projektu dohromady a zrodil se další kouzelný příběh. Tentokrát doslova pohádkový! Letošní název „Pohádky“ napovídá, že inspirací ke sblížení a společné komunikaci mezi dvěma generacemi mají být právě oblíbené dětské pohádky. Tvořit, vynalézat cesty, a objevovat nápady pak mohou děti a senioři ve společné soutěži. Podívejte se s námi do zákulisí našeho snažení, které nám vyneslo krásné druhé místo. Téma: Kocour Mikeš!



MEZIGENERAČNÍ PROJEKT – KOCOUR MIKEŠ

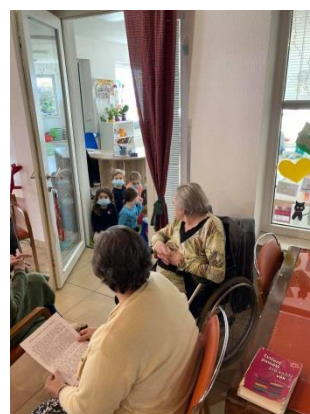
V rámci našich terapií jsme si nejprve připomněli příběh Kocourka Mikeše, stejně jako život i dílo jeho objevitele, Josefa Lady. Probrali jsme tedy vše od pohádek přes lidové tradice až po vojáka Švejka, jak Ladova tvorba nabízí. Abychom si příběh dostali opravdu pod kůži, připravili jsme pro klienty k vybarvení obrázky z Mikešových příběhů. Následně jsme se pustili do společné výzdoby. Úkoly jsme si rozdělili tak, že děti vystřihovaly kocourky a my jsme každému „střihli“ na pořádné kocouří boty. Postavičky potom celý měsíc zdobily okno mezi naší jídelnou a skupinou Včelička. Nakonec naši senioři společně předčítali pohádku o Mikešovi dětem, samozřejmě při zajištění všech hygienických předpisů.

A co vy, vybavíte si ještě pohádku o kocouru Mikešovi? Měli jste ji jako děti rádi?



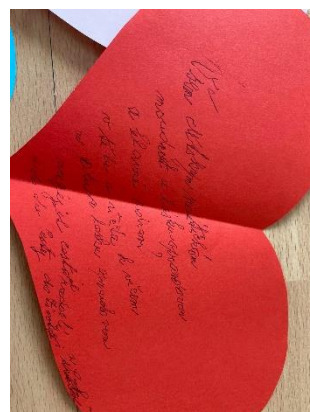


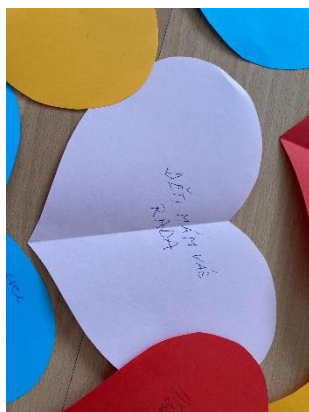
Cílem mezigeneračních projektů je podpořit komunikaci a navázat spolupráci napříč věkovými skupinami, ze kterých účastníci získají obohacení, oživení a navzájem se inspiřují různými pohledy na svět, vyplývající z jejich věku i doby. Pro seniory je tato vazba mnohdy tou nejsilnější terapií, dodává jim motivaci i smysl. Je nepopsatelné vidět tu náhlou změnu a radostnou vitální energii, která při setkávání klíčí. Na vlastní oči vidíte, jak se kterýkoliv smutek a bolest stává podřadnou, zapadá na odstavenou kolej, a klienti se celou svou duší nechávají pohlit záplavou spontánní a nenucené dětské energie. Jednoznačnost s jakou jsou u dětí vítání probouzí jejich odvahu, sílu a chuť do nových aktivit. Jen tak dál, děti, můžeme se od vás ještě mnoho co učit a naši klienti tomu dobře rozumí.



SRDEČNÝ DEN

Slavíte Valentýna? Potom patříte mezi jednu čtvrtinu Čechů, kteří si obvykle v tento den rozdávají v páru dárky a pozornosti. Tak jako tak u nás svátek Valentýna nikdy zcela nezdомácněl a téměř polovina Čechů jej odmítá jako prázdnou komerční záležitost a s láskou čekají až do 1. máje. Mezi našimi klienty si 14. únor větší zalíbení nevydoby, a tak ho slavíme podle naší fantazie, po svém a jinak. Říkáme mu „Srdečný den“, zaměřujeme se na dobré skutky a srdečné vzpomínky, srdce pro ozdobu se najde tento den v každém zákoutí a hlavně posíláme srdečné pozdravy dětem. Výjimkou není ani cukrárenské občerstvení.





MASOPUST JE JEDNOU V ROCE....

Kdy? Tak akorát, aby zahájil 40 denní půst před Velikonocemi. Masopust trvá dle lidových tradic tři dny před Popeleční středou, která již zahajuje půst. V těchto dnech se hoduje, veselí, tančí a vrcholem oslav je třetí den masopustní veselice s průvodem masek.

Proč nosíme masky?

Původ masek sahá opravdu hluboko do historie a přesný účel proto není znám. Pravděpodobně však souvisel s rituály a oslavou plodnosti a také vydatnou porcí zábavy. Nesmíme zapomenout, že kostýmy a masky pořádně zamíchají stereotyp a pořádek, tedy jaski dovoleně jednou v roce narušují všechny konvence. Masky vám také umožňují být na chvíli někým jiným a vystoupit tak ze svého poslušného já v energii překypující bytostí. Kdo by to nechtěl aspoň jednou zažít?









MASOPUSTNÍ KUČTĚNÍ

Pozveme vás také do naší kuchyně. Nejenže si tu najdeme bezpočet podnětů k práci, ale také vytváříme klientům příležitosti k ochutnání různých pokrmů. Ať už jde o malé domácí grilování, přípravu chlebíčků nebo pečení cukrovinek, vždycky je provází příjemné vzpomínání na různé slavnosti nebo oblíbená jídla a recepty našich klientů. A nemáme to vůbec lehké, v týmu jsou i přísné kuchařky a profesionálky, které z nároků neslevují! Máme se co ohánět, ale baví nás to spolu. Mimochodem – víte, jak poznat dobře ušlehaný sníh?





MEZI NÁMI ŽENAMI

„Povaha ženy je jako moře. Poddá se nejlehčímu vánku, a odolá největší bouři.“ Napsal o ženách Vítězslav Nezval.

Ať už o ženách smýšlíme jakkoliv, vidíme, že její cesta k uznání není docela bez trnů. Téma ženské emancipace ostatně zapichuje trny do očí ještě mnohým současníkům. Ptali jsme se proto raději našich klientek, co si o ženské roli myslí, jak si ji nesou životem, a co pro ně znamená oslava MDŽ. Co jsme se dozvěděli?

Potěšující bylo už to, že naše klientky u nepatří mezi 40 % Čechek, které dle výzkumné agentury netuší, jaký má svátek MDŽ původ. Seniorky s přehledem uvádějí, že jde určitě o pracovní i mzdové podmínky žen (původně stávky Newyorských švadlen započaté 8. března 1908) a právo volit. Svátek žen jako symbol boje za volební práva žen prosadila později Němka Klára Zetkinová. Na oficiální uznání OSN pak svátek žen čekal do roku 1975.





A co vede mezi klientkami jako nejlepší způsob oslavy? Drtivá většina ihned vydechla „Květiny“. A tak jsme jim samozřejmě přání splnili. Často zazněl i požadavek „kytka a hotovo“, jen výjimečně ženy vyslovily přání společné večeře, ještě před večeří vede sklenice vína, a několik dam hlasovalo pro ženskou záležitost v kruhu kamarádek a bez mužů. A jak slavíte svátek žen vy?







KUDY VECE CESTA ZA JAREM?

Když nemůže hora k Mohamedovi, víme už všichni, co máme udělat. A tak jsme se na první jarní den sebrali, a rozhodli se jít pro jaro na zahradu. Ale pozor, ni není bez práce, a tak i naši klienti museli cestou plnit různé úkoly a hádanky. Ale nebojte se, všechny byly s naší dopomocí splněny a za každou otázkou se skrývalo jen a jen voňavé jaro. Chcete se také otestovat?

1. Víte, kdy začíná astronomické, a kdy meteorologické jaro?
2. Kterí ptáci se k nám zjara vrací od teplých krajín?
3. Vzpomenete si alespoň na tři písně, kde se zpívá o květinách? Zaspíváte některou?
4. Co je líto, vejďumek či řehačka?
5. Velikonoce patří mezi pohyblivé svátky. Víte podle čeho se jejich datum řídí?
6. Která květina symbolicky odemyká jaro a jaký další název se pro ni využívá? A víte, které květině se přezdívá „kukačka“?
7. Co mají společného tulipán, hyacint a narciska?
8. Doplněte dny v týdnu tak, aby ve dvojici s následujícími přízvisky tvořily název některých velikonočních svátků: Popečelní ..., Zelený..., Velký..., Bílá...







NAŠE DALŠÍ AKTIVITY A TERAPIE

V záplavě květů

Květiny prostě milujeme, dokáží nám rozzářit každou místnost, pomáhají nám držet si smutky od těla a navíc rádi objevujeme jejich barvy a vůně. Po květinách chodíme pátrat do zahrady už od prvního jara a připravujeme si výsadbu pro naše záhony. Letos nás jedna pořádná kraslicová kalamita inspirovala k zajímavé květinové dekoraci. Poznáte ji?





Škatule, hýbejme se!

Pohyb je zdraví a radost. Musíme mu ale vyjít vstříc, lenost a zlozvyk umí být silný protivník. A proto vytváříme klientům co nejpestřejší příležitosti k pohybu. Kromě denních cvičení chodíme na procházky, pořádáme taneční „mejdany“, hrajeme pétanque nebo jiné míčové hry. A jak nám to funguje?



OD VLASTNÍHO PEČENÍ PO DOMÁCÍ GRILOVÁNÍ. KDO BY RÁD NEOCHUTNAL?

Jídlo a ochutnávky prostě k dobré pohodě patří. Nejde však jen o vítané zpestření dne, ale různé chutě jsou pro naše klienty podstatné jako smyslová stimulace. Nejpříjemnější chutí obecně je údajně sladká a čidla pro její vnímání najdeme na střední části povrchu jazyka, kde také zabírá největší část. Hořkost vyznívá vzadu, slanou chuť vnímáme špičkou jazyka a kyselost po stranách. Hlavní ale je, aby chuť pokrmu byla zkrátka dobře vyladěná.



PEČEME A ZDOBÍME



TERAPIE HROU



VÝZDOBA A DEKORACE



VELIKONOČNÍ VESELÍ





POJĎME DO CUKRÁRNY







TĚŠÍME SE PŘÍŠTĚ OPĚT U NAŠEHO MAGAZÍNU!



JAK JSTE S NÁMI SPOKOJENÍ?

Na konci roku 2020 vám byly rozeslány Dotazníky spokojenosti, jejichž prostřednictvím jste nám mohli sdělit s čím jste spokojeni či nespokojeni v péči o vaše blízké. Dotazníky jsme vyhodnotili a chceme vás se zjištěnými skutečnostmi seznámit.

Je nám potěšením, že jste celkově spokojeni s péčí o vaše blízké, s čistotou prostředí a nastavenými hygienickými opatřeními v době COVIDU (dezinfekce, ochranné pomůcky,...)

Nejčastěji se připomínky týkaly opatření kolem COVIDU (omezení návštěv). Psali jste o plném rezervačním systému. Tato omezení vždy vyplývala z nařízení vlády a těm jsme jako poskytovatel museli dostát. Snažili jsme se vás s blízkými spojit prostřednictvím videohovorů přes tablet a také přes multi-dotykový display, který nám darovala firma Multiboard s.r.o. aby byly videohovory pro vaše blízké pohodlnější. Návštěvy u vašich blízkých jste si také mohli domlouvat individuálně.

Na otázku, zda jste dostatečně informováni o dění v zařízení byly také kladné odpovědi. Psali jste že jste dostatečně a včas informováni o dění v zařízení, ať prostřednictvím emailu nebo přímo telefonicky. Chválili jste vstřícnost a ochotu personálu.

Když jsme se ptali na další připomínky využili jste tento prostor pro to, abyste nám poděkovali a popřáli hodně štěstí v této bláznivé době.

My si velice vážíme vaší podpory a doufáme, že se v blízké době budeme moci sejít na naši tradiční Zahradní slavnosti.

S přáním klidných dnů,
Bc. Barbora Zikmundová
Sociální pracovnice



Alzheimercentrum Zlosyň z.ú.

CÍL

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

POSÍLÁNÍ

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 od 40ti let věku.

KONTAKTY

Ředitelka zařízení

Mgr. Ladislava Vlachová
tel.: +420 774 774 020
reditelka.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Vrchní sestra

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

Staniční sestra AB

Bc. Veronika Kynclová
tel.: +420 774 774 028
stanicni.AB.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Staniční sestra CD
Kateřina 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