

Alzheimercentrum

Zpravodaj

2023 ŘÍJEN–PROSINEC



Zlosyň

ALZHEIMER[®]
CENTRUM

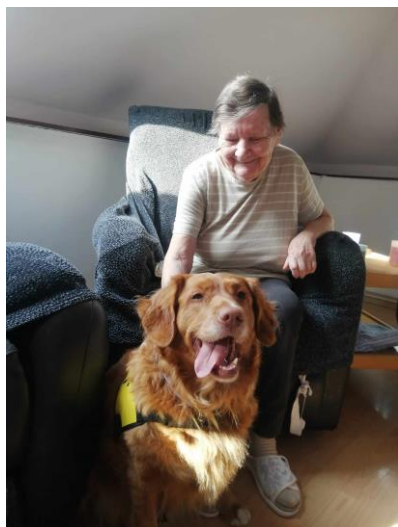
SLOVO ŘEDITELKY

Vážené rodiny,

další rok utekl jako voda a společně se scházíme již nad posledním Zpravodajem roku 2023. V tomto období samozřejmě nejvíce dominoval předvánoční čas, který k nám do zařízení přinesl spoustu koncertů a vystoupení a také jsme si užívali tvoření s dětmi z naší Dětské skupiny. Ostatně vše, co se u nás odehrálo se dozvíte na následujících stránkách

Já bych Vám snad jen chtěla za všechny zaměstnance Alzheimercentra Zlosyň popřát v novém roce 2024 hodně štěstí, zdraví a také klidu. Všem Vám moc děkujeme za důvěru, kterou do nás vkládáte při péči o vaše nejbližší. Moc si toho vážíme!

Mgr. Ladislava Vlachová



ŘÍJEN

Desátý měsíc říjen, jsme u nás odstartovali s pejskem. Není to obyčejný pejsek, ale canisterapeutický. Takový pejsek, aby prošel tímto výcvikem, musí ovládat základní poslušnost. Tedy sedni, lehni, přivolání, zůstaň a chůze u nohy. Každý další povel je bonus. Hlavně musí zvládat povely v klidu i na rušném místě mezi lidmi.



Pomáhá s rozvojem jemné i hrubé motoriky, s verbální i neverbální komunikací, příznivé účinky na psychiku jedince. Prokazatelně zlepšuje náladu a přispívá k duševní rovnováze.





PEČEME ŠTRÚDL

- vejce
- listové těsto balené
- cukr krystal
- rozinky , ořechy
- skořice
- strouhanka
- 4 ks jablka





Těsto posypeme vrstvičkou strouhanky (aby nevytekla jablečná šťáva). Jablka nastrouháme a smícháme je s rozinkami a ořechy. Jablečnou směs položíme na těsto se strouhankou.



Posypeme skořicí a cukrem.

Těsto zavineme a tím vytvoříme štrúdl. Potřeme vejcem. Pečeme asi 20 minut v předehřáté troubě (asi 200°C) a občas znovu přetřeme vejcem.



Zdroj: <https://www.recepty.cz/recept/jablecny-strudl-z-listoveho-testa-146429>

MEZIGENERAČNÍ TVOŘENÍ

Tvoření zimního příbytku pro zvířátka s dětmi z dětské skupiny

Včelička, přineslo seniorům především odreagování, odpočinek a připomenutí si výtvarného tvoření.



POSLEDNÍ TEPLÉ DNY VENKU





A ZASE TEN PEJSEK

Každých čtrnáct dnů ve středu, nás navštěvuje naše psí kamarádka Niky. Máme možnost si Niky pohladit, dát pamlsek, ale může i vyskočit na gauč.

Což umožní fyzický kontakt všem. Kontakt se živým zvířetem, v tomto případě se psem je pro naše klienty vždy velkým zážitkem.



MEZIGENERAČNÍ TVOŘENÍ

S dětmi jsme se nechali unést barevností měsíce, kdy jsou listy stále krásně zbarvené. Barvu jsme si namíchali dle libosti a pomocí dlaně, se udělal otisk na bílé tričko. K tomu jsme ještě stihli s klienty malovat, na ručně vyráběná srdíčka ze sádry. Není nic krásnějšího, než podporovat děti i seniory v upevnění podstatných vazeb k životu i světu.









POD DUBEM, ZA DUBEM, TAM SI NA TĚ POČÍHÁME...



V říjnu nás již po několikáté navštívili Janička s Jarouškem a jejich Hudební pohádky od pánů Uhlíře a Svěráka.

My jsme se tak na chvíli do pohádky přenesli, protože i my dospělí to někdy potřebujeme ☺.

Třešničkou na dortu byly krásné kostýmy.



ŘÍJNOVÉ NAROZENINY



**1 HRST LÁSKY, 2 LŽÍCE PŘÁTELSTVÍ, HRNEČEK POZITIVNÍHO
MYŠLENÍ, 10 KAPEK HUMORU A 250G ZDRAVÍ - DOBŘE
PROMÍCHAT A IHNEDE PODÁVAT!**



VYDLABÁVÁNÍ A MALOVÁNÍ DÝNÍ

Další mezigenerační tvoření. Jelikož se blíží Halloween, je nejvyšší čas se na něj připravit. I u nás se tvořilo a inspirace nám rozhodně nechybí. Vydlabané dýně jsou nejznámější symbol Halloweenu. Svíčky se do vydlabané dýně vkládají, aby usnadnily koledníkům orientaci v temných ulicích. Strašidelné obličaje, mají odhánět zlé duchy.







DÝŇOBRANÍ

Tradičně podzimně laděná akce. Svou kreativitu a šikovnost nám ukázali všichni klienti, kteří se zúčastnili. Ale byla to soutěž a po součtu všech hlasů jsme měli vítězky: 1. místo p. Zdeňka, 2. místo p. Věruška a 3. místo p. Blaženka.



HALLOWEEN

31.října se slaví Halloween, kdy se připomínají všichni svatí. Halloween u nás nemá moc dlouho tradici, ale jeho obliba roste. Proto děti z dětské skupinky, nám uspořádaly krásný halloweenský průvod masek.



HALLOWEEN VE SVĚTĚ



Festival hladových duchů

Tento festival se oslavuje zejména v Hong Kongu a Číně, a to po celý jeden měsíc. Zahrnuje průvody, opery a představení pro pobavení duchů. Zajímavostí je, že během této události by se mělo dodržovat několik pravidel. Patří mezi ně třeba to, že nesmíte sedět v první řadě na koncertech a v divadlech – ta je totiž rezervovaná pro duchy..).

Día de los Muertos

Tímto Dnem mrtvých je známé především Mexiko a Španělsko. Místní to oslavují 1. listopadu tím, že se převlékají do dobových kostýmů a staví soukromé oltáře. K těm následně přináší dary zesnulým – od podomácku vyráběných lebek z třtinového cukru až po tequilu.

Samhain

Pro Kelty tento den znamenal začátek nového roku a dobu, kdy se stírá hranice mezi světem živých a mrtvých. Věřili, že mrtví mají možnost vrátit se zpátky na zem a živí zase mohou navštívit podsvětí. V dnešní době patří mezi tradice prostírání u jídla i pro zesnulé, kteří by náhodou mohli přijít rodinu navštívit nebo vystavování zapálené svíčky za oknem, která jim má svítit na cestu. Nedílnou součástí je také společné zapalování hranic.

Fed Gede

Fed Gede neboli Festival našich předků je Voodoo svátek populární na Haiti a u dalších Voodoo komunit po celém světě. Lidé se zapojují tím, že putují na hřbitovy ke svým zesnulým příbuzným a pro „otce všech“ – Barona Samediho – přináší dary typu ovoce, káva a rum s chilli.

Zdroj: <https://pelipecky.cz/jak-se-slavi-halloween-ve-svete/>

MĚSÍC, KDY OPADÁVAJÍ LISTY STROMŮ

Listopad v našich přírodních podmínkách vykazuje ze všech měsíců v roce vůbec nejvyšší oblačnost, nejnižší počet jasných dnů a je v pořadí druhým nejmlhavějším měsícem roku. Říká se proto oprávněně, že listopadové slunce na zem nevidí a listopadové mlhy ze dnů ukrajují.



Zdroj: <https://temata.rozhlas.cz/predzimni-mesic-listopad-7853151>

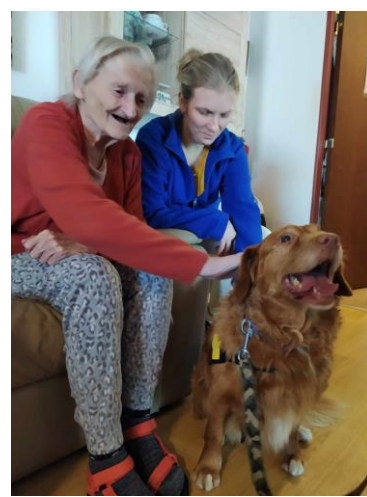


SENIOR MINICHÓR

Vystoupení kapely dělá obyčejné dny seniorů nevšedními. Hudba jim připomíná mládí, dává příležitost si zazpívat své oblíbené písničky, zatančit si a užít si naplno celkovou tu hudební atmosféru.



CANISTERAPIE



HARMONIKA



NAROZENINY

V listopadu oslavujeme nejen barvy podzimu, ale i naše vzácné jubilanty. Taneční parket nám byl zase malý! Pro oslavence byl připravený slavnostně prostřený stůl, tradičně také výborný narozeninový dort a káva. Společně jsme zavzpomínali na to, jak své narozeniny slavili doma s rodinou. Na závěr jsme si společně připili na zdraví do dalších let.



A TAK TO ZASE UPLÁCHLO JAKO VODA



Poslední měsíc v tomto roce je tady a sním i vánoční atmosféra. Pro mnohé z nás je symbolem Vánoc, tradic, pohádek, lásky a sounáležitosti. U nás jsme začali jak jinak, než s přípravou vánočního cukroví a výzdobou našeho centra. Tradice vánočních koled je pevně zakořeněná snad ve všech českých domácnostech. Vánoční koledy lidem navozují adventní atmosféru a přináší jim vzpomínky na dětství či jiné životní etapy.



MIKULÁŠ

Ani tento rok čert s Mikulášem na nás nezapomněli a poctili nás svojí návštěvou. Celá výprava ve složení Mikuláš, čert a andělé obešla postupně všechny naše klinety. Čert si "promluvil" s hříšníky. Andělé pak rádi předali všem mikulášské balíčky.





MIKULÁŠ VE SVĚTĚ



Slovensko

Na Slovensku jsou mikulášské tradice podobné jako u nás. Mikuláš oděn do biskupského roucha chodí 5. prosince. Zvykem je vyčistit a naleštit vysoké boty a večer je dát do okna. Ráno je v nich příjemná sladká, ale třeba ale i nepříjemná nadílka v podobě uhlí nebo brambor.

Polsko

V Polsku navštěvuje děti Mikolaj v noci z 5. na 6. prosince a dárky jim schovává buď do připravených bot, pod polštář, nebo do velké ponožky. Hodné děti dostávají ovoce a sladkosti a zlobivé dostanou do boty rákosku, aby věděly, co jim případně hrozí, když budou dál zlobivé. Na mnoha místech Mikolaje doprovází tzv. sněhová vločka.

Německo

Ani v Německu se mikulášská nadílka moc neliší od té naší. Jen místo čerta chodí s Mikulášem Knecht Ruprecht, urostlý chlap s plnovousem, umouněnou tváří, ověšený řetězy, kožešinami a metlami. V různých regionech můžeme najít jiné doprovázející postavy, například v Bavorsku se k Mikulášovi přidává i Krampus, podle legendy ten nejděsivější čert, jaký kdy v pekle a na světě byl. Z jedné poloviny je člověkem a z druhé kozlem. Je znám tím, že pojídá všechny zlobivé děti. Kolem 22. prosince se přemění na člověka a nic si z jeho děsivého působení mezi lidmi nepamatuje.

Rakousko

V Rakousku někde chodí společně s Mikulášem anděl s velkou knihou, kam si zapisuje, které děti jsou zlobivé a které hodné, jinde tzv. Guatseltrager, hodný stařík, který nosí v koši dobroty. Většinou spolu s Mikulášem chodí celý průvod čertů Krampusů, kterým se říká Krampuslaufy. Mají krásné vyřezávané masky, malované obličejy, velké rohy, mohutné kožichy, řetězy a kravské zvonce. Průvody jsou plné ohňů a křiku. Čerti v průvodech nemají problém přetáhnout lidi bičem nebo je hodit do pytle. Mimo toho většina rakouských dětí dává před vchodové dveře vysoké boty a doufá, že se do rána naplní ovocem, sladkostmi a oříšky.



Nizozemsko

Nejdéle si Mikuláše užívají Holanďané. V Nizozemsku se Mikuláš jmenuje Sinterklaas. Přes rok žije ve Španělsku a do Nizozemska připlouvá parníkem už první sobotu po 11. listopadu. Tradice pochází z 19. století, kdy obchodní lodě přivážely granátová jablka a pomeranče. Jeho pomocníci se jmenují Zwarte Piet a vypadají jako Černý Petr. Jsou milí a usměvaví, házejí po dětech spousty perníčků. Až do 5. prosince Sinterklaas navštěvuje nemocnice, školy, dětské domovy i nákupní centra. Teprve po těchto návštěvách se dostává domů k dětem, které mu připraví ke krbu, kamnům, za okno, k topení či za dveře boty se senem a mrkví pro jeho bílého koně. Sinterklaas do nich nadělí ovoce a laskominy. Kromě tradičních mikulášských dárků se dávají velká čokoládová písmena.



Zdroj: <https://living.iprima.cz/vanoce-mikulas-194505>

PROSINCOVÉ NAROZENINY



Poslední narozeninová oslava klientů v letošním roce 2023. Tradičně jako ke každé oslavě nesměl chybět dort, chlebíčky, zpěv, tanec a dobrá nálada.

Podívejte se společně s námi, na slavnostní momenty Vašich blízkých z narozeninové oslavy.



LINECKÉ VÁNOČNÍ CUKROVÍ

Linecké cukroví slepované sladkým džemem, bezesporu patří ke stálým českým Vánoc a na svátečním stole by určitě nemělo chybět.

Lineckému cukroví se donedávna přisuzovala magická síla, protože je pro něj charakteristické šťastné číslo sedm. Do základního těsta totiž patří jedenkrát sedm dílů cukru, dvakrát sedm dílů másla a třikrát sedm dílů mouky. A kdo sní na Štědrý den sedm kousků, bude mít štěstí celý rok!





Základní linecké těsto na cukroví se dělá v poměru jedenkrát sedm dílů cukru (70 g), dvakrát sedm dílů másla (140 g) a třikrát sedm dílů mouky (210 g). To je železné pravidlo. A protože lidé sedmičku lidé odjakživa považují za nejšťastnější číslo, tak zákonitě i linecké cukroví přináší lidem štěstí. Sedmička je první z desítky jediná, která není násobkem ani podílem ostatních, týden má sedm dní, duha sedm barev, v pohádkách se to hemží sedmero řekami a sedmero horami, sedmi trpaslíky či sedmi krkavci, mluví se o sedmi divech světa...atd.



Zdroj: <https://living.iprima.cz/bydleni/kuchyne/linecke-vanocni-cukrovi-recepty-stesti-tradice>



ADVENTNÍ ČAS

Oslavy vánočních svátků si lze bez koled představit jen těžko. Hudba k Vánocům i času adventu neodmyslitelně patří.

Vánoční zpívání nám pomáhá se zastavit, nechat se vtáhnout do atmosféry. Je přitom jedno, jestli u toho sněží, nebo je bláto. Nám tuto atmosféru pomohly naladit děti z dětské skupiny Včelička.



ŠLEHAČKOVÉ CUKROVÍ

Na tradiční lahodné kousky šlehačkového cukroví, stačí jen tři suroviny a minimum času na přípravu.

- 450 g hladké mouky, 250 g trochu povoleného másla a 200 ml smetany na šlehání.
- Na obalování: moučkový cukr a vanilkový cukr.
- Troubu předehřejte na 200-220 °C.



HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ

Ke zlepšení nálady, ke snížení stresu a ke zbavení negativních emocí. K tomu pomáhá hudba. Hudba je jakýmsi mostem mezi naším životem a představami.



HUDBA NÁS SPOJUJE



VÁNOČNÍ KOLEDOVÁNÍ

BOHATÝ PROGRAM ZAŽÍVALI KLIENTI I V ČASE PŘEDVÁNOČNÍM, KDY SI MOHLI UPÉCT CUKROVÍ, BYLO PRO NĚ PŘIPRAVENO I NĚKOLIK HUDEBNÍCH VYSTOUPENÍ, VÁNOČNÍ BESÍDKA DĚTÍ Z DĚTSKÉ SKUPINY VČELIČKA A HLAVNĚ PRAVIDELNÉ VÁNOČNÍ KOLEDOVÁNÍ. AKCE KLIENTY NEJENOM ROZPTÝLILY, ALE PŘEDEVŠÍM POTĚŠILY. PRO VYTVOŘENÍ RADOSTNÉ ATMOSFÉRY NECHYBÍ VÁNOČNÍ STROMEK, SVĚTELNÉ DEKORACE, BETLÉM A VŠEMOŽNÉ VÁNOČNÍ OZDOBY.





VÁNOCE

Dříve byl Štědrý den postním dnem. Adventní půst končil večer, po východu první hvězdy. Štědrovečerní večere měla podobu obřadu, bylo třeba splnit určitá pravidla. Děti navečer nedočkavě pozorovaly oblohu, aby zahlédly první hvězdu a mohlo se zasednout ke stolu. Během večere nesměl nikdo vstávat, přinášelo to neštěstí. Na stole byl ubrus a na něm hrst zrní. Na zemi musela ležet sláma, jako symbol minulé i budoucí úrody.

Na stole muselo být dostatek jídla, aby se zaručila hojnost i v příštím roce. Pod talíře se pokládaly drobné peníze nebo kapří šupiny, aby měla rodina dostatek peněz. Pokud někdo nedávno zemřel, prostíralo se i pro něj.

Hostina začínala domácí oplatkou s medem nebo česnekem, který byl považován za ochrannou rostlinu. Po ní polévka a vánoční Kuba — jídlo z hub a krupek. Nechyběla ani kaše — slaná, sladká, prosná, pohanková či krupicová. Ze sušeného ovoce se vařil pokrm zvaný muzika. Luštěniny, kroupy, mák, ovoce, med a česnek byly považovány za symbol hojnosti, takže nesměly na stole chybět.

Zdroj: <https://www.herbavis.cz/blog/nejzajimavejsi-vanocni-tradice-v-evrope>

VÁNOCE U NÁS



VÁNOČNÍ PŘÍBĚH

Ježíšův příběh najdeme v Bibli, přesněji v Novém zákoně v evangeliu podle Lukáše a Matouše.



Tesař Josef se měl oženit s dívkou jménem Maria. Ještě před svatbou ale zjistil, že Maria čeká dítě, které nebylo jeho. Chtěl se proto s Marií rozejít. V noci k němu ale ve snu přišel anděl a řekl mu, aby nerušil své zasnoubení s Marií, že dítě, které nosí, je syn Boží.

„Dáš tomu dítěti jméno Ježíš (Spasitel), protože on zachrání svůj lid.“

Josef si vzal Marii za ženu a oba s radostí očekávali narození dítěte. V té době poručil římský císař, že každý občan se musí nechat zapsat v místě, ze kterého pocházela jeho rodina. Josefova rodina pocházela z rodu krále Davida, a tak se musel vypravit do Betléma, města, kde se narodil král David. Vzal tedy Marii a vydali se na dlouhou cestu do Betléma.

Když konečně dorazili do cíle, byly všechny hostince plné. Maria cítila, že přišla její hodina, že se dítě již brzy narodí. Protože nemohli rychle najít žádný vhodný nocleh, uchýlili se do chléva, a tam se narodil malý Ježíšek. Maria ho zabalila do plenek a položila do jeslí.

V okolí Betléma pásli pastýři svá stáda. V temné noci náhle uviděli záři. Byla jasná a oslnivá. Zároveň se ozval andělský hlas: „Nebojte se. Přináším vám radostnou novinu, vám i celému světu. Dnes se vám narodil Spasitel, Bohem slíbený král, ve městě Betlémě.“ Pastýři spěchali do města, našli tam Marii, Josefa i dítě a poklonili se mu.

Příběh pak pokračuje vyprávěním o Třech králích.

Zdroj: <https://www.babyoffice.cz/vanocce-povidani-a-inspirace-pro-deti-a-ms/>

Vánoční osmisměrka

K	O	L	I	H	E	R	O	D	E	S	K	K
A	O	A	M	É	L	T	E	B	M	T	R	U
N	D	D	T	S	V	Í	C	E	R	Á	C	P
D	Á	V	Ů	E	Z	V	O	N	L	J	O	S
Ě	T	S	E	E	M	P	Ř	O	I	S	T	Š
L	S	L	O	N	P	O	V	O	E	R	K	J
T	S	Ů	P	L	T	É	K	L	O	O	E	N
Z	L	A	T	O	I	T	S	M	Ř	R	R	L
N	P	O	U	Š	Ť	T	E	Ý	U	A	O	E
E	I	R	A	M	V	Č	T	Z	R	P	R	T
A	O	Z	H	Í	E	S	A	E	Ů	N	Á	A
R	Y	H	R	K	A	L	D	L	É	A	T	V
U	K	Í	Y	P	É	U	N	A	K	N	Y	O
P	Č	N	M	M	O	O	D	Č	A	A	L	T
R	I	S	M	L	Č	E	E	Z	U	D	J	S
U	L	E	B	N	L	V	A	Ž	I	Z	L	Ě
P	S	L	Í	O	O	R	Í	D	Š	Ě	E	V
O	E	V	K	I	E	D	A	O	B	V	S	Z
V	J	E	T	T	L	K	É	M	A	H	O	?

Najdi a vyškrtej slova:

Betlém	Marie
jesličky	Nazaret
kadidlo	králové
velbloud	ovečka
myrha	stáj
stromček	zlato
zvon	Herodes
purpura	koleda
kometa	anděl
půst	poušť
advent	stádo
pastýř	sníh
hvězda	poselství
Jeruzalém	
zvěstovatel	
svíce	
osel	
roráty	
půlnoční	

SILVESTR

Blíží se konec roku a s tím i oslava Silvestra. K této příležitosti samozřejmě patří slavnostní občerstvení a tak jsme neváhali a pustili se do přípravy chlebíčků.

Klienti se toho zhostili přímo úžasně a hlavně kreativně. Rok 2023 jsme zakončili oslavou, tancem a zpěvem. Popřáli si vše nejlepší v roce 2024 a doufáme, že bude stejně pohodový jako rok předchozí.

I Vám čtenářům přejeme krásný a pohodový rok 2024!





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

POSLÁNÍ

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, DiS.
tel.: +420 774 774 021
vrchni.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Staniční sestra AB

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

Staniční sestra CD

Kateřina Gregorová, DiS.
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
+420 774 774 027
socialni.zlosyn@alzheimercentrum.cz

Alzheimercentrum Zlosyň. Z.ú.

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