

Alzheimercentrum

Zpravodaj

2021 LEDEN-BŘEZEN



Zlín

ALZHEIMER[®]
CENTRUM

SLOVO ŘEDITELKY

Vážení a milí rodinní příslušníci, přátelé a podporovatelé Alzheimercentra ve Zlíně,

dostává se Vám do rukou první zpravodaj roku 2021 a jsem ráda, že při pohledu na všechny naše aktivity mohu cítit určitý optimismus, naději a víru v lepší zítřky. Vnímám první čtvrtletí tohoto roku jako velmi důležité zejména proto, že proběhlo očkování a aktuálně je naočkováno již 93 % klientů. I když nepolevujeme v ostražitosti a dodržujeme stanovená opatření, vidím očkování jako velmi důležitý krok k cestě za běžným životem v našem Alzheimercentru, na který jsme byli zvyklí. I přestože tato cesta bude ještě pravděpodobně dlouhá a složitá.

Doufám, že si prohlédnete náš zpravodaj se stejnými pocity jako já a užijete si vše, co jsme společně zažili. Ať už je to návštěva tří králů, arteterapie, aromaterapie, masáže, společné pečení a smažení, cvičení, zimní radovánky, úžasný masopust, Velikonoce, virtuální realitu, oslavy narozenin a spoustu dalších aktivit a činností.

Přeji Vám příjemné chvíle strávené s našim zpravodajem

Pavla Staňková
ředitelka

TŘI KRÁLOVÉ ZAVÍTALI I K NÁM

K+M+B

„Christus Mansionem Benedicat – Kristus ať žehná tomuto obydlí“

Připomínkou legendy o třech kráľích, kteří putovali z Východu za zářící hvězdou a kteří se přišli poklonit narozenému Ježíšovi, jsme i u nás ukončili vánoční svátky. Kašpar, Melichar a Baltazar nám křídou nad dveře napsali známé iniciály K+M+B a přinesli také největší poklady své doby, tedy zlato, kadidlo a myrhu. Za svou koledu a přání štěstí, zdraví a dlouhých let se jim dostalo té největší odměny – viděli rozzářené oči zúčastněných, zároveň jejich snahu vzpomenout si na slova i melodii známé písničky, slyšeli jejich smích. A my jsme si přáli, aby se naplnily slova v závěru této písně: „Bychom přes rok zas k Vám přišli a ve zdraví Vás tu našli. Zůstávejte s Pánem Bohem, až na věky věků. Amen.“



TŘI KRÁLOVÉ ZAVÍTALI I K NÁM



POVÁNOČNÍ ÚKLID



Svátkem Tří králů končí dle tradice vánoční svátky, takže jsme se pustili do povánočního úklidu a začali jsme odstrojovat vánoční stromky a další vánoční výzdobu. Vše bylo potřeba pečlivě roztřídit, označit a zabalit, abychom o příštích svátcích přesně věděli, kam sáhnout a kterou krabici otevřít, když budeme chtít třeba stromky, červené baňky nebo řetězy. Svátky jsou definitivně za námi. A my s napětím čekáme, co přinese rok, který právě začíná. Snad více klidu, méně turbulencí, více dobrých zpráv, ale především hodně pevného zdraví a dobré nálady. A o to se už my dokážeme postarat ...



ARTETERAPIE – ZA POMOCÍ PŘEKLIŽKY, AKRYLOVÝCH BAREV A PEŘÍČEK TVOŘÍME OBRAZY BALETKY



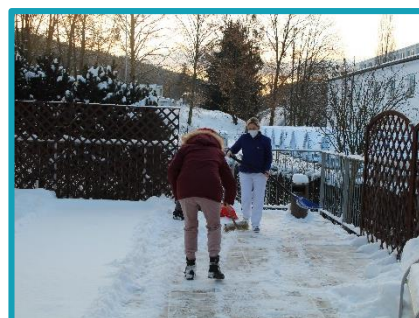
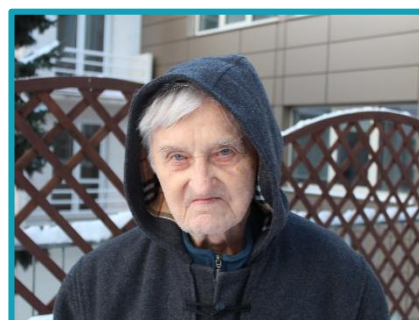
ZIMA, ZIMA A JEŠTĚ JEDNOU ZIMA



Každé z ročních období má své kouzlo. I letošní zima, bohatá na sněhovou nadílku i jiskřivě mrazivé dny s jasně modrou oblohou. Zažili jsme, jak křupe sníh pod nohama, jak čerstvý zimní vzduch osvěžuje mysl, jak ledový vítr štípe na tváři nebo jak zebou ruce, když děláme sněhovou kouli bez rukavic. Mnohokrát jsme za okny sledovali, jak se na zimní krajinu tichounce snášela vločka za vločkou, jak se větve stromů ohýbaly ve vichřici, nebo jak drobné krystalky pokryly vše kolem nás, takže jsme měli pocit, jako bychom se ocitli v snové pohádkové krajině. To vše k pravé zimě prostě patří. Stejně jako třeba odklizení sněhu nebo stavění sněhuláka. Víte, kolik se za tím vším skrývá radosti?



ZIMA, ZIMA A JEŠTĚ JEDNOU ZIMA



PŘESTOŽE KAŽDÉMU CHUTNÁ NĚCO JINÉHO, SLADKÉ MÁME RÁDI VŠICHNI



PEČEME DORT (PODĚKOVÁNÍ NAŠÍ PEČOVATELCE LUCCE HURTOVÉ ZA INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACI A DORT PRO NAŠE KLIENTY)



Víte, co spojuje tyto dvě ženy? Kromě pracovitosti a toho, že mají obě velká srdce na správném místě, je to i láska k pečení. Jedna z nich strávila mezi zákusky a dorty dlouhé roky, vlastně podstatnou část svého profesního života, byla vyhlášenou cukrářkou. Ta druhá peče pro radost, pečení je pro ni koníčkem a relaxem. A když obě spojily své cukrářské síly, v naší kuchyňce se začaly dít divy. Zkušenosti doplňovaly kreativitu mládí a výsledkem byl dort, na kterém si klienti pochutnali ještě to odpoledne u šálku dobré kávy. Uhodnete, co by mělo být součástí každého jídla? Špetka lásky. Není potřeba ji vážit, není ji vidět, ale v konečném výsledku ji cítíte. V tomto dortu nebyla lásky jen špetka, byla jí tam velká porce. Lucko, paní Kozmíková, děkujeme!



ARTETERAPIE – MEZIGENERAČNÍ TVOŘENÍ



Univerzitní školka Qočna stojí za dalším pěkným projektem. Děti, které tuto školku navštěvují, namalovaly společně obraz – nebo přesněji řečeno jednu jeho půlku. Tu druhou jsme dotvořili my. A výsledek? Posuďte sami. Tento náš nový obraz visí na čestném místě u jídelny, jako krásná připomínka společného mezigeneračního tvoření.



LOUSKÁME OŘECHY

Víte, jakou podobu může mít takový trénink jemné motoriky? Třeba louskání ořechů. Takže jsme si vyhrnuli rukávy (doslova), vzali louskáčky a pustili se do práce. Skořápky chvílemi lítaly na všechny strany, ale výsledek stál za to. Na louskání ořechů existuje několik dobrých rad a fíglů. Někdo doporučuje ponořit vlašáky předem do studené vody, další zase naopak spařit nebo například vložit do utěrky a pak klepnout kladívkem. Ze všech nejlepší ale byla rada, kterou nám dala jedna z klientek – zanást ořechy dědovi, který si louskáním krátí dlouhé večery. A jaký fígl máte na louskání ořechů vy?



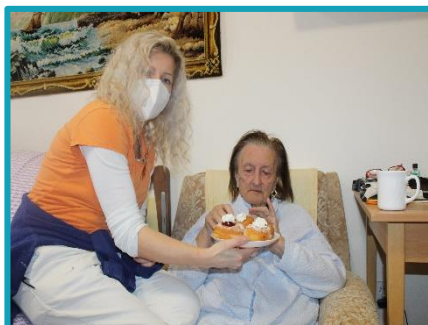
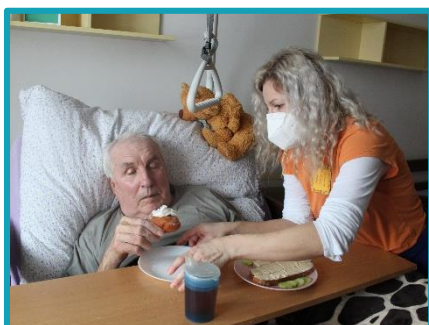
SMAŽÍME KOBLÍŽKY



Nejlepší koblíhy jsou vždy ty, které si připravíme sami. Ještě teplé, dozlatova usmažené, vonící rumem a citronovou kůrou, s jemným popraškem cukru a s náplní, která se lahodně rozplývá na jazyku. Letos jsme koblíh usmažili opravdu hodně, vlastně tři velké hromady. První várka byla pro děti z dětské skupiny Brouček, další kvůli masopustu a třetí dávka jen tak, pro radost. Věřte, že s voňavou koblíhou v ruce a marmeládovým úsměvem na tváři je život opravdu sladší ...

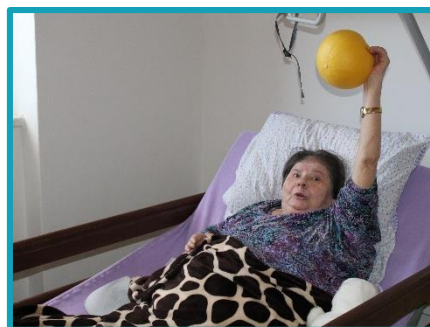
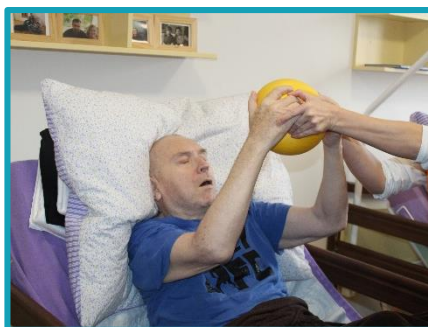


SMAŽÍME KOBLÍŽKY



CVIČÍME NA POKOJÍCH I NA JÍDELNĚ

Ani současná situace s řadou různých omezení nám nezabrání v tom, abychom si zacvičili a udržovali se v dobré kondici. Individuálně (později i na jídelně), na židličky a dokonce i v posteli se můžeme pořádně protáhnout a rozpohybovat. Díky tomu máme pak lepší náladu, více energie a celkově pozitivnější pohled na svět. Tělo a mysl jsou vzájemně propojeny, fyzická aktivita velmi kladně ovlivňuje duševní rozpoložení a kromě toho zpomaluje biologické procesy stárnutí. To platí obecně. Takže kdy jste si naposled zacvičili? My totiž cvičíme pravidelně.



CVIČÍME NA POKOJÍCH I NA JÍDELNĚ



TRÉNINK JEMNÉ MOTORIKY A PRÁCE S PAPIŘEM - V SRDCI KAŽDÉHO Z NÁS JSOU MÍSTA, KTERÁ TAM ZŮSTANOU NAVŽDY



MASOPUST – TENTOKRÁT VEČERNÍČKOVÝ



Masopust je obdobím veselí, hodování a pití. Někteří z nás mu říkají fašank, končiny nebo ostatky, podle toho, z kterého kraje pocházíme. Masopust je spjatý s průvodem maškar a obchůzkou, která sloužila k pobavení, zábavě i utužení sousedských vztahů. Urostlý medvěd vedl i letos celý náš masopustní průvod, který byl tentokrát večerníčkový. Našli byste v něm Boba a Bobka, známé králíky z klobouku, třetáky Macha a Šebestovou nebo včelí medvídky. Masky na vesnicích dostávají i dnes výslužku v podobě drobného pohoštění, jídla či pití. Tou naší výslužkou a největší odměnou byla radost v očích klientů a možnost vidět jiskřičky poznání v jejich očích, když uslyšeli úvodní tóny známých večerníčkových písniček. A my jsme se v duchu ptali, v čem tkví tajemství jejich působivosti? Možná v tom, že za dosavadní život jsme je viděli a slyšeli nesčetněkrát a vryli se nám pod kůži. Možná v tom, že večerníček byl předzvěstí klidného večera, protože děti po něm musely chtě-nechtě do postele. A možná v tom, že všechny příběhy jsou plné laskavosti a vítězství dobra nad zlem. O masopustu jsme viděli, jak krásně dokáže dětský pohádkový svět ovlivnit svět dospělých ...

MASOPUST – TENTOKRÁT VEČERNÍČKOVÝ

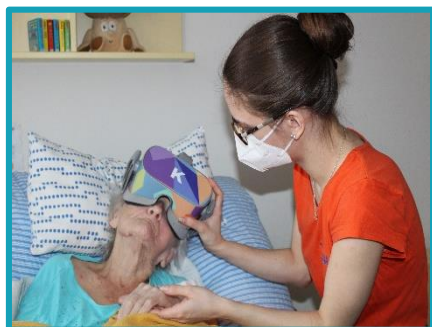
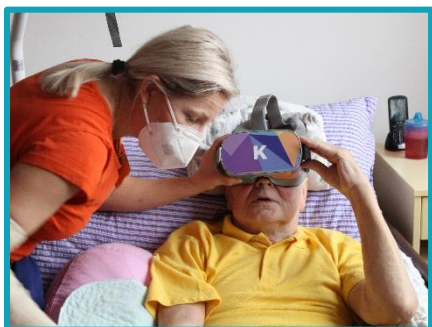


MASOPUST – TENTOKRÁT VEČERNÍČKOVÝ



VIRTUÁLNÍ REALITA ANEB JAK NÁM POMÁHAJÍ MODERNÍ TECHNOLOGIE

V průběhu února a března jsme měli možnost využít aktivizační nástroj Kaleido, díky kterému mohou i senioři s omezenou pohyblivostí skrze virtuální realitu opět cestovat a podívat se na známá či oblíbená místa. Prohlídky nejznámějších českých památek, putování po zajímavých místech celého světa, podvodní svět, vesmír, to vše je v Kaleidu připravené a my jsme si toto virtuální cestování se zájmem vyzkoušeli. Opět jsme prožili něco nového a mohli se na vlastní oči přesvědčit, jak moderní technologie pomáhají při aktivizaci. Jak dokáží velmi živě a intenzivně zprostředkovat třeba atmosféru lesa či hor, abychom mohli alespoň na chvíli vnímat jejich kouzlo. A díky sponzorům si můžeme užívat virtuální brýle, kdykoli se nám bude chtít. Děkujeme.



ARTETERAPIE – HLAVU SI PŘI RŮZNÝCH TRÉNINCÍCH A KVÍZECH LÁMEME RÁDI. TENTOKRÁT JSME PRO DĚTI PŘIPRAVILI BAREVNÝ HLAVOLAM, AŽ SI JI LÁMOU TAKY

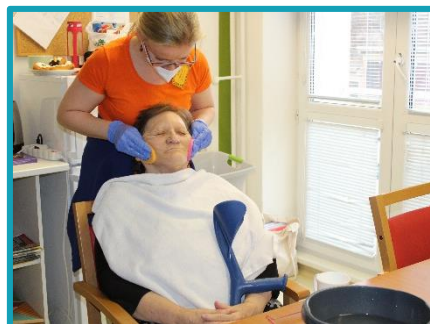


V KVĚTINOVÝCH ZÁHONCÍCH A NA ZAHRÁDCE MÁME PO ZIMĚ SPOUSTU PRÁCE, TAKŽE VYRÁŽÍME VEN



MASÁŽ OBLIČEJE A ODPOLEDNÍ RELAXACE

Jedno chladné březnové odpoledne jsme si zpříjemnili masáží s odpočinkovou hudbou. I přes to, že masáž probíhá pouze na obličeji, má vliv na celé tělo. Na obličeji se totiž nachází velké množství nervových zakončení, které jsou právě prostřednictvím masáže stimulovány. Střídáním tlaku prstů a krouživých pohybů jsme si uvolnili obličejové svaly, prokrvili pokožku a výsledkem byla nejen uvolněná, jemnější a rozzářená pleť, ale také příjemný pocit z celkové relaxace, navození duševní pohody a vnitřního klidu.

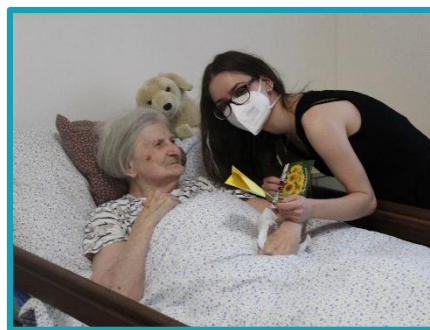
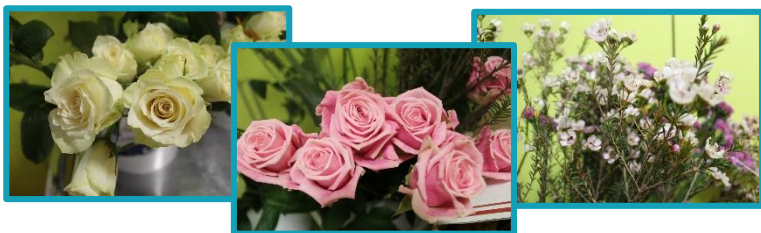


POSEZENÍ U PŘÍLEŽITOSTI SVÁTKU JEDNOHO Z NAŠICH KLIENTŮ (DĚKUJEME RODINĚ ZA SLADKÉ DÁRKY I PRO DALŠÍ KLIENTY)

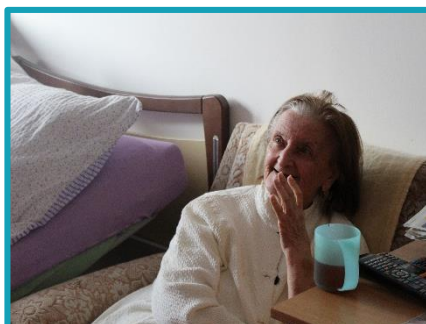
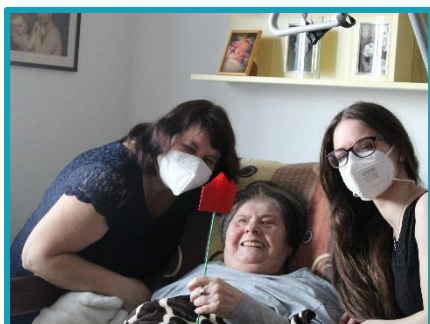


MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN

Oslava MDŽ byla skutečně květinová, hýřící všemi možnými barvami, příjemně vonící, a to ve všech našich čtrnácti centrech. Díky Florea.cz jsme měli radost z krásných kytic rozmanitých květů, které dostaly všechny naše klientky. My ženy květiny prostě milujeme. A za všechnu tu lásku, starostlivost, něhu, dobrotu, laskavost, péči, oddanost a jemnost si je také zasloužíme.

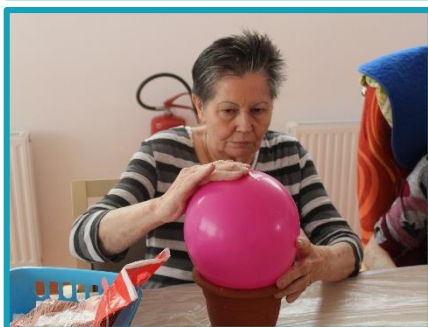


MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN



TVOŘÍME JARNÍ DEKORACE A PŘIPRAVUJEME SE NA VELIKONOCE

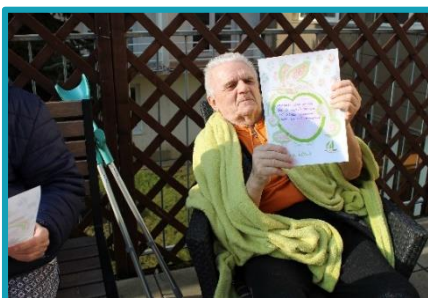
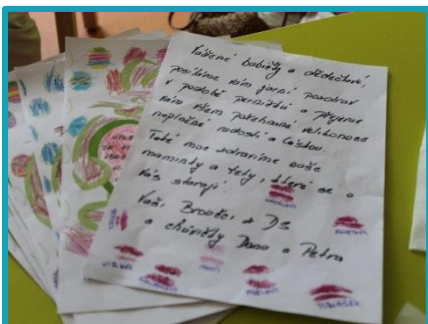
Ještě donedávna bylo vše kolem nás schováno pod sněhovou přikrývkou, příroda odpočívala a čekala na jarní probuzení. A to postupně nastalo, i když zima se pořád hlásila o slovo, navzdory tomu, že podle kalendáře měla být už dávno pryč. Sluneční paprsky hřejí čím dál víc, dny jsou delší a první jarní květy se objevují tam, kde byl před pár dny ještě sníh. Vzduch je prosycen novou energií a životem. A právě tu novou energii z přírody jsme si přinesli i sem k nám – krušpánek, kočičky, zlatý déšť a první květy jsme využili k tvorbě jarních a velikonočních dekorací. Příroda se probouzí, nabírá na síle a podobně jsme na tom i my. Po dlouhé zimě v nás proudí život intenzivněji ...



TVOŘÍME JARNÍ DEKORACE A PŘIPRAVUJEME SE NA VELIKONOCE



NAŠI BROUČCI A JEJICH PERNÍČKY



Jednou z vůní, která patří k Velikonocům, je i ta perníková. Děti perníčky milují a je jedno, jestli se pečou o Vánocích nebo na Velikonoce. Naši broučci – děti z dětské skupiny Brouček – se s paní učitelkami pustily do pečení a připravily pro nás nejen voňavé perníčky, ale také obrázky a přáníčka. Udělaly nám tím opravdu velkou radost. Takže odpoledne na terase jsme si přečetli jejich vzkazy a v paprscích hřejivého jarního sluníčka se shodli na tom, že perníčky milujeme také ...



PŘÍPRAVY NA VELIKONOCE VRCHOLÍ – PEČEME BERÁNKY, MAZANCE I JIDÁŠE

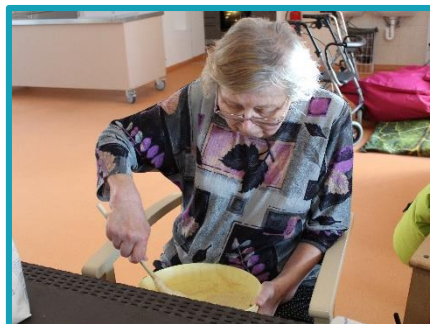
Pečení těchto tradičních jídel patří mezi naše oblíbené velikonoční zvyky – na našem svátečním stole prostě nesmí chybět. Beránek je symbolem čistoty, nevinnosti a mládí. Zároveň symbolizuje životní sílu a odkazuje na přírodu, která se po zimě probouzí k životu. Mazanec patří mezi nejstarší druhy obřadního pečiva, které se u nás peče. Má symbolizovat poslední pomazání Kristova těla a jeho uložení do hrobu. Shodli jsme se na tom, že kouzlo mazance spočívá v jeho měkkosti a nadýchanosti, kterou lze dosáhnout jen pořádným propracováním těsta, takže jsme se u hnětení pravidelně střídali (ruky nás totiž pěkně bolely). A na Zelený čtvrtek jsme si upekli také jidáše, které mají dle tradice právě v tento den přinést do domu zdraví. Jejich podoba se může podle krajů lišit, v každém případě ale připomínají provaz, na kterém se Jidáš oběsil poté, co zradil Ježíše.

U pečení jsme zavzpomínali třeba na krásnou kamennou formu na beránka ještě po stařence, která se v rodině dědila z generace na generaci, na velkou bílo-modrou pec, na kterou se dávalo kynout těsto nebo jak maminčiny koláče chutnaly pokaždé lépe, než ty naše (tak už to u maminek bývá ...).

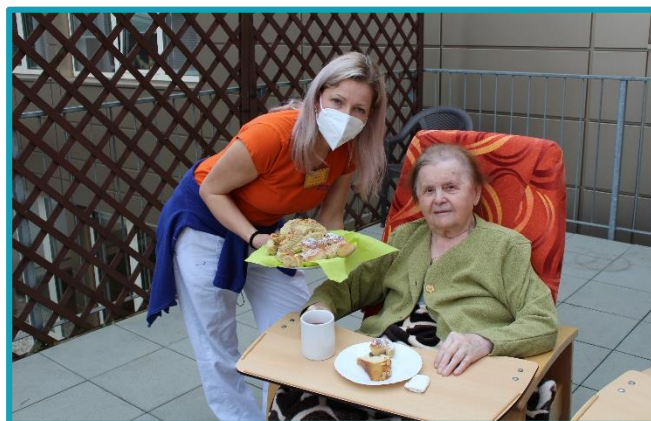
Oslava svátků jara se nám i tentokrát povedla, připomněli jsme si velikonoční tradice a odpoledne na terase jsme si u šálku dobré kávy pochutnali na všech dobrotách, které jsme společně připravili.



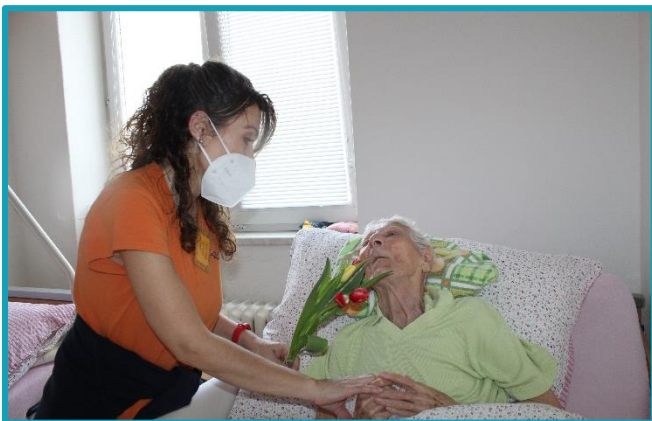
PŘÍPRAVY NA VELIKONOCE VRCHOLÍ – PEČEME BERÁNKY, MAZANCE I JIDÁŠE



PŘÍPRAVY NA VELIKONOCE VRCHOLÍ – PEČEME BERÁNKY, MAZANCE I JIDÁŠE



NAROZENINY V LEDNU – BLAHOPŘEJEME NAŠIM OSLAVENCŮM



NAROZENINY V ÚNORU – BLAHOPŘEJEME NAŠIM OSLAVENCŮM



DĚKUJEME VŠEM DÁRCŮM A PARTNERŮM, KTEŘÍ NÁS FINANČNĚ I VĚCNĚ PODPOŘILI V 1. ČTVRTLETÍ ROKU 2021

- MUDr. Pavlína Hlavenková
- GENNOON s.r.o.
- Pár kapek v moři z.ú.
- Ing. Libor Vašek
- Ing. Štěpán Pravda
- Ing. Michal Bouřa
- paní Kamila Sobotková
- paní Bronislava Chmelová
- A M G CENTRUM, s. r. o.
- Mgr. Svatava Blažková
- JM dortové studio
- pan senátor Tomáš Goláš
- paní poslankyně Marie Pěničková
- paní Petra Petrová





Alzheimercentrum Zlín 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 odporu, 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 Alzheimerovou chorobou a ostatními typy demence od 40 let věku, které mají snížené schopnosti svou nepříznivou sociální situaci zvládat a řešit a potřebují pravidelnou pomoc druhé osoby.

KONTAKTY

Ředitelka zařízení

doc. Ing. Pavla Staňková, PhD.
tel.: +420 773 377 070
reditelka.zlin@alzheimercentrum.cz

Vrchní sestra

Bc. Jana Michálková
tel.: +420 773 377 071
vrchni.zlin@alzheimercentrum.cz

Staniční sestra

Petra Kafková
tel.: +420 775 893 802
stanicni.zlin@alzheimercentrum.cz

Staniční sestra

Bc. Lenka Kučerová
tel.: +420 773 377 072
stanicni2.zlin@alzheimercentrum.cz

Sociální pracovník

Mgr. Dagmar Šestáková
tel.: +420 773 377 075
socialni.zlin@alzheimercentrum.cz

Sociální pracovník

Mgr. Aneta Planetová
tel.: +420 778 494 060
socialni2.zlin@alzheimercentrum.cz

Vedoucí provozu

Ivana Nováčková
tel.: +420 773 377 074
provoz.zlin@alzheimercentrum.cz

Administrativní pracovník

Lenka Horsáková
tel.: +420 773 377 076
admin.zlin@alzheimercentrum.cz

Alzheimercentrum Zlín

www.alzheimercentrum.cz
tel.: +420 773 377 070
zlin@alzheimercentrum.cz