

Alzheimercentrum

Zpravodaj

2020 DUBEN – ČERVEN



Černošice

ALZHEIMER[®]
CENTRUM

SLOVO ŘEDITELKY

Vážení čtenáři

Období, ve kterém vychází tento Zpravodaj je již ve znamení letní pohody. Věřím, že si i Vy užíváte krásných letních dní provoněných sluncem a dozrávajícími plody. Mne osobně velmi těší, že můžeme společně užívat naší krásnou zahradu k zábavě, práci, potěšení i odpočinku.

V uplynulém čase jsme společně prožili velmi těžké období, které bylo zatíženo řadou omezujících opatření a neumožnilo nám pracovat a žít tak, jak bychom si přáli. Všichni jsme se s takovou situací potkali poprvé a všichni jsme jí čelili statečně.

Bylo to náročné období, ale ochrana zdraví našich klientů byla, je a bude na prvním místě.

Velmi ráda bych využila tohoto prostoru k poděkování a vyjádření obdivu a úcty všem zaměstnancům, klientům a jejich blízkým. Jste skvělí partneři. Velmi si Vás vážím.

Děkuji Vám

Jarmila Siverová

STATEČNÝ BOJ S KORONAVIREM

Celé jaro probíhalo ve znamení statečného boje s koronavirovou pandemií.

Klienti, jejich rodiny a pracovníci našeho centra svědomitě dodržovali všechna nařízená opatření, která měla pomoci k nerozšiřování pandemie. Nošení roušek, dezinfekce rukou a předmětů, měření tělesné teploty, to vše patřilo ke každodennímu koloritu.

I přes přísná nařízení se však pracovníci snažili život našim klientům alespoň trochu zpříjemnit.

Velký díl práce odvedli všichni, včetně aktivizačních pracovníků, které pravidelně navštěvovaly klienty na pokojích, povídaly si s nimi, procvičovaly tělo i ducha, hrály různé hry, a též se snažily, aby alespoň za hezkého počasí klienti opustili stísněné prostředí svých pokojů a mohli se svobodně nadýchat čerstvého vzduchu.

Děkujeme za trpělivost, s jakou všichni tuto nelehkou situaci zvládali.



CVICÍME JÓGU



Po delší vynucené odmlce začínáme do denního programu zařazovat oblíbené společné aktivity.

Každý týden do našeho domova v minulosti pravidelně docházela paní Mgr. Irena Nolová, která je lektorkou jógy. Jsme moc rádi, že se naši klienti mohou od června pod jejím skvělým vedením opět věnovat této fyzické aktivitě.

Průpravné cviky se provádějí v pomalejším tempu a jsou voleny s ohledem na rozličná fyzická omezení našich klientů. Zvládnou je tedy skoro všichni.



Pozvolné protahování, lehké uvolňování a šetrné posilování svalů se lépe daří, pokud při józe panuje dobrá nálada. K ní může přispět za hezkého počasí i cvičení na čerstvém vzduchu. Pod nohama trávník, nad hlavou nebe bez mráčku. Ideální kombinace.

ZAHRADNÍ TERAPIE

V prvních měsících jara byla otevřena terapeutická zahrada. Je to poměrně velký travnatý prostor, po obvodu jsou vysazeny kvetoucí keře a roste zde několik mladých jabloní. V jejím středu jsou umístěny vysoké truhlíky, které nám umožňují sázet, okopávat nebo zalévat, aniž by se klienti museli ohýbat nebo si klekat.

Zahradničení je dlouhodobá činnost, a tak jsme společně nejdříve plánovali, co budeme pěstovat. Při tom klienti vzpomínali, co sami v minulosti se svými rodinami pěstovali, co se jim dařilo, jak úrodu zpracovávali, nebo jaké příhody a situace občas zažívali.

V krátkém čase jsme postupně vysadili sazenice jahod a salátových okurek, vyseli hrášek a kopr a k velké radosti všech jsme osadili tři truhlíky květinami. Starali jsme se, aby nic neuschlo. Klienty těší pozorovat, jak všechno pěkně roste. A hlavně – všichni se těšíme na bohatou úrodu.

Dostatečný počet laviček a stínící plachty vytvořily z terapeutické zahrady příjemný prostor. Pokud nám v tom nebrání počasí, věnujeme se tu kromě zahradničení mnoha dalším aktivitám.



VAŘÍME PRO RADOST

Klienti často vzpomínají na jednoduchá lidová jídla, která jedli v minulosti a říkají, že by bylo prima, kdyby je kuchyň uvařila. Protože to není v současné době možné, rozhodly jsme se, že si nějaké tradiční jídlo uvaříme v naší pěkné terapeutické kuchyni.



Samotnému vaření předcházelo vzpomínání na jídla, která vařily klientky pro své rodiny, nebo která vařily jejich maminky a babičky. Bylo jich docela dost.

Chvíli jsme vybíraly, klientky obhajovaly své volby a nakonec se shodly na bramborových plackách. Společně jsme dávaly dohromady seznam surovin, diskutovaly jsme o tom, jakou mouku použít, zda vařené brambory nastroumat nebo je stačí rozmačkat, zda je budeme péci na oleji nebo na sádle a co do nich přidáme.

Nakonec se všichni shodly na použití uvařených nastrovaných brambor, na kombinaci hladké a hrubé mouky a na přidání rozmačkaných škvarků. Péci se bude na vepřovém sádle.



Při loupání a strouhání vařených brambor, jejich následném spojování s ostatními surovinami a konečném tvarování placek, klientky rozebíraly své postupy. Každý byl trochu jiný, ale nakonec se na jednom ujednotily a podle toho se vařilo.

Když jsme začaly placky smažit, linula se vůně po celé chodbě. Všem kuchařinkám placky i náležitě chutnaly. Pro příště si jen pořídíme vhodnější pánev, aby se nám lépe smažilo.

VENKU JE HEZKY

Jarní počasí láká k procházkám po zahradě. Touto činností se venku zabýváme nejčastěji. Někteří klienti se sami vydávají po upravené, pískem vysypané cestičce, kterou lemují několik laviček, jiní se raději procházejí v doprovodu.

Venku se ale dají provozovat i jiné rozličné aktivity. Je možno hrát kuželky, vzpomínat při dobré kávě na mládí a na dětství (častým tématem bývají školní léta, dovolené, koníčky nebo třeba české filmy), oblíbené jsou také soutěže o ceny. Venku je možné též skvěle procvičovat paměť nebo hrát společenské hry.

Velkou radost nám udělaly nově zbudované smyslové chodníčky. Jsou tři a jejich povrch je složen z písku, velkých oblázků a směsice kůry, mechu a šišek. Vedle stimulace chodidel a procvičování rovnováhy je ve smyslové zahradě zapojován i sluch, a to díky cinkající zvonkohře, se kterou si vesele pohrává vítr.



SLAVÍME NAROZENINY

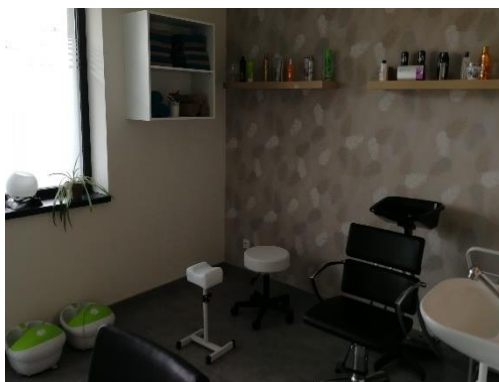


V uplynulém období oslavili
svá významná životní jubilea
tito naši klienti:

- ❖ pan Oleg Kobranov
- ❖ pan Jan Starosta
- ❖ paní Eva Jánská
- ❖ paní Anna Čermáková
- ❖ paní Marta Zajícová
- ❖ pan Doc. Ing. Bohumil Kubát
- ❖ pan Václav Aubrecht
- ❖ paní Věra Dvořáková
- ❖ paní Marie Munserová
- ❖ paní PhDr. Renée Shaki
- ❖ paní Danuše Tomková



OBNOVENÍ SLUŽEB



Většina obyvatel našeho domova přivítala obnovení služeb kadeřnice a pedikérky. Vždyť již bylo načase. Dámám se stýskalo po hezky upravených účesech, pány již začaly obtěžovat přerostlé kadeře.

Mnohem závažnějším problémem ale byla v uplynulém období absence pedikúry. Péče o nohy je velmi důležitá, a proto je moc dobře, že se již od června může paní pedikérka profesionálně postarat o estetický vzhled a hlavně zdraví nohou našich klientů.



Alzheimercentrum Černošice o.p.s.

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.

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

Mgr. Jarmila Siverová, Ph.D.
tel.: +420 778 428 282
reditelka.cernosice@alzheimercentrum.cz

Vrchní sestra

Mgr. Veronika Tupá
tel.: +420 778 494 051
vrchni.cernosice@alzheimercentrum.cz

Staniční sestra

Linda Paříková
tel.: +420 775 893 839
stanicni.cernosice@alzheimercentrum.cz

Sociální pracovník

Bc. Hana Bělohávková
tel.: +420 775 893 803
socialni.cernosice@alzheimercentrum.cz

Administrativní pracovník

Ivana Švecová
tel.: +420 775 893 818
admin.cernosice@alzheimercentrum.cz

Alzheimercentrum Černošice z.ú.

www.alzheimercentrum.cz
tel.: +420 775 893 818
cernosice@alzheimercentrum.cz