

Alzheimercentrum

Zpravodaj

2023 ČERVENEC–ZÁŘÍ



Zlosyň

ALZHEIMER[®]
CENTRUM

SLOVO ŘEDITELKY

Vážené rodiny,

opět se setkáváme u Zpravodaje. Tentokrát si pro Vás naše aktivizační pracovnice připravily shrnutí akcí, které se u nás konaly v průběhu letních měsíců.

V tomto čísle najdete také recepty na náš oblíbený krtkův dort a na levandulovou limonádu, kterou jsme letos zkoušeli poprvé a měla velký úspěch.

Najdete zde také spoustu fotografií z RETRO zahradní slavnosti. Podle nás se letos opravdu vyvedla, a to nejen díky krásnému slunečnému počasí, ale hlavně díky Vaší hojné účasti a vytvoření příjemné atmosféry.

Děkuji našim zaměstnancům, že se zapojili do soutěže o nejchutnější retro dezert, kterou vyhrála naše staniční sestra Veronika Kynclová se svými mini zákusky. Dále bych chtěla pochválit nápadité retro kostýmy, kterými podtrhli atmosféru celého dne.

Doufáme, že jste si tento den s Vašimi blízkými užili a těšíme se na další setkání v příštím roce. Už teď přemýšlíme, jaké bude asi téma....

Za celý kolektiv zaměstnanců Vám přeji krásné podzimní dny.

Mgr. Ladislava Vlachová

Ředitelka

PS: Další fotky ze Zahradní slavnosti najdete na našem FB – Alzheimercentrum Zlosyň

ČERVENEC

Vítáme Vás u našeho dalšího zpravodaje za měsíc červenec, srpen a září.

Červenec i srpen, oba letní prázdninové měsíce, vnímáme především jako měsíce dovolených a odpočinku. Děti mají prázdniny, dospělí dovolené a společně si mohou užívat volného času společně.



CO VŠECHNO NÁM HUDBA DÁVÁ?



Zázračný prostředek, který nás dělá chytřejšími, veselejšími, citlivějšími... A že je i po ruce? Samozřejmě! Je to hudba. Od hormonů štěstí, až po fascinaci tóny písně.

To všechno nám předávají děti z dětské skupiny Včeličky. Příjemně strávené dopoledne zakončené lidovými písněmi, které si společně zazpíváme. Lidové písně nás doprovázejí už od útlého věku.

ČERVENCOVÉ NAROZENINY



Vychutnejte si slavnostní momenty z naší narozeninové oslavy klientů, kteří se narodili v červenci.

Oslava byla příjemněna veselou hudbou a zpěvem. Nesměl chybět narozeninový dort, chlebíčky, domácí levandulová limonáda, svátečně prostřený stůl a hlavně dobrá nálada. Tento měsíc byl oblíbený krtekův dort.





DOMÁCÍ KRŤKŮV DORT



Korpus:

100 ml oleje
100 g moučkového cukru
2 vejce
1 lžice rumu
180 g polohrubé mouky
2 vrchovaté lžice kakaa
1 prášek do pečiva
125 ml mléka

Náplň:

3 banány
2 smetany ke šlehání (500 ml)
2 ztužovače šlehačky
40 g moučkového cukru
70-80 g čokolády na vaření

Postup přípravy:

Olej, cukr a žloutky ušleháme, po chvíli přidáme rum a zamícháme. Přidáme mouku smíchanou s kakaem a práškem do pečiva, mléko, a nakonec lehce vmícháme sníh z bílků.

Jak vyšlehat bílky na sníh

Vlijeme do vymazané, kokosem vysypané dortové formy a pečeme při teplotě přibližně 180 °C 30 minut. Po upečení necháme vychladnout.

Po obvodu vychladlého korpusu vytvoříme kruh zhruba 1,5 cm a vnitřek vydlabeme do tvaru mísy, dno musí zůstat neporušené!!!

Na náplň smísíme cukr, ztužovače a nahrubo nastrouhanou čokoládu, nasypeme do téměř ušlehané šlehačky a došleháme.

Videonávod: Jak na dokonalou šlehačku

Banány podélně rozkrojíme a vložíme do vydlabaného korpusu, na ně navrstvíme šlehačku a vytvoříme kopeček. Na kopeček namačkáme rozdrobený vnitřek korpusu.

Zdroj: <https://www.toprecepty.cz/recept/8360-domaci-krtkuv-dort/>

ÚSMĚV, PROSÍM...



Každý máme jedinečný úsměv. Úsměv nám dává mnohem víc, než umí pouhá slova. Úsměv také zvyšuje imunitu, snižuje tlak, omlazuje, prodlužuje život... atd. Úsměv sluší každému.



Proč se tedy neusmívat častěji?



PŘÍJEMNÉ LETNÍ OSVĚŽENÍ



Vyzkoušejte si s námi příjemný letní drink z levandule:

1,25l vody

lžiči levandulových květů

20dkg cukru (nebo méně podle chuti)

200ml citronové šťávy (šťáva z asi 4 větších citronů, ale můžete dát méně)

Postup:

Ve 250ml vody svaříme levandulové květy a cukr (necháme přijít k varu a asi dvě až tři minuty povaříme na mírném plameni). Pak přecedíme přes sítko a nalijeme do džbánu, kam přidáme (po zchlazení) zbytek vody a citronovou šťávu. Poté dáme vychladit, ozdobíme a podáváme.

zdroj: <https://prima-receptar.cz/domaci-levandulova-limonada/>



SPRNOVÉ NAROZENINY



Naším sprnovým oslavencům
přejeme hodně štěstí, zdraví a lásky :)







LEVANDULOVÝ PYTLÍČEK DO SKŘÍNĚ



Z přebytku levandule jsme vytvořili levandulové pytlíčky do skříně. Stačil pouze organzový pytlíček a nasbírané usušené levandulové květy.



Naplněný levandulový pytlíček pak můžete vložit pod polštář, kdy levandule uklidňuje a pomáhá usnout nebo k provonění vašeho prádla, skříně či auta.



LÉČEBNÉ ÚČINKY LEVANDULE



Proti stresu - Levandule je účinným přírodním antidepresivem zmírňujícím projevy úzkosti a stresu. Účinná relaxace v podobě levandulové koupele je další příjemné řešení, jak zahnat stres.

Proti nespavosti - Na poruchy spánku je levandulová vůně to pravé přírodní řešení. Snadněji navozuje spánek a podporuje jeho kvality.

Při bolestech zad - Levandule uvolňuje nejen ducha, ale i tělo.



Při potížích s trávením - Levandule podporuje činnost trávicího ústrojí a tvorbu žluči, působí proti nadýmání. Levandulový čaj nebo sušená levandule ve formě koření přimíchaného do pokrmu je vhodná varianta pro zmírnění potíží s trávením.

Při zranění - Levandule má také dezinfekční účinky. Použít ji můžete ve formě levandulového oleje k očištění hojících se ran.

Zdroj: <https://www.levandulezmoravy.cz/o-levanduli/>

ZÁŘÍ



V září začíná období podzimní sklizně a školní rok. Kromě ovoce a brambor dozrává také vinná réva a chmel. Proto se v lidové tradici českých zemí odehrávají v tomto měsíci tzv. sklizňové slavnosti – vinobraní, dočesná nebo pro jižní Čechy typická konopická.



Září, na léto jde stáří.

Zdroj:

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Z%C3%A1%C5%99%C3%AD>

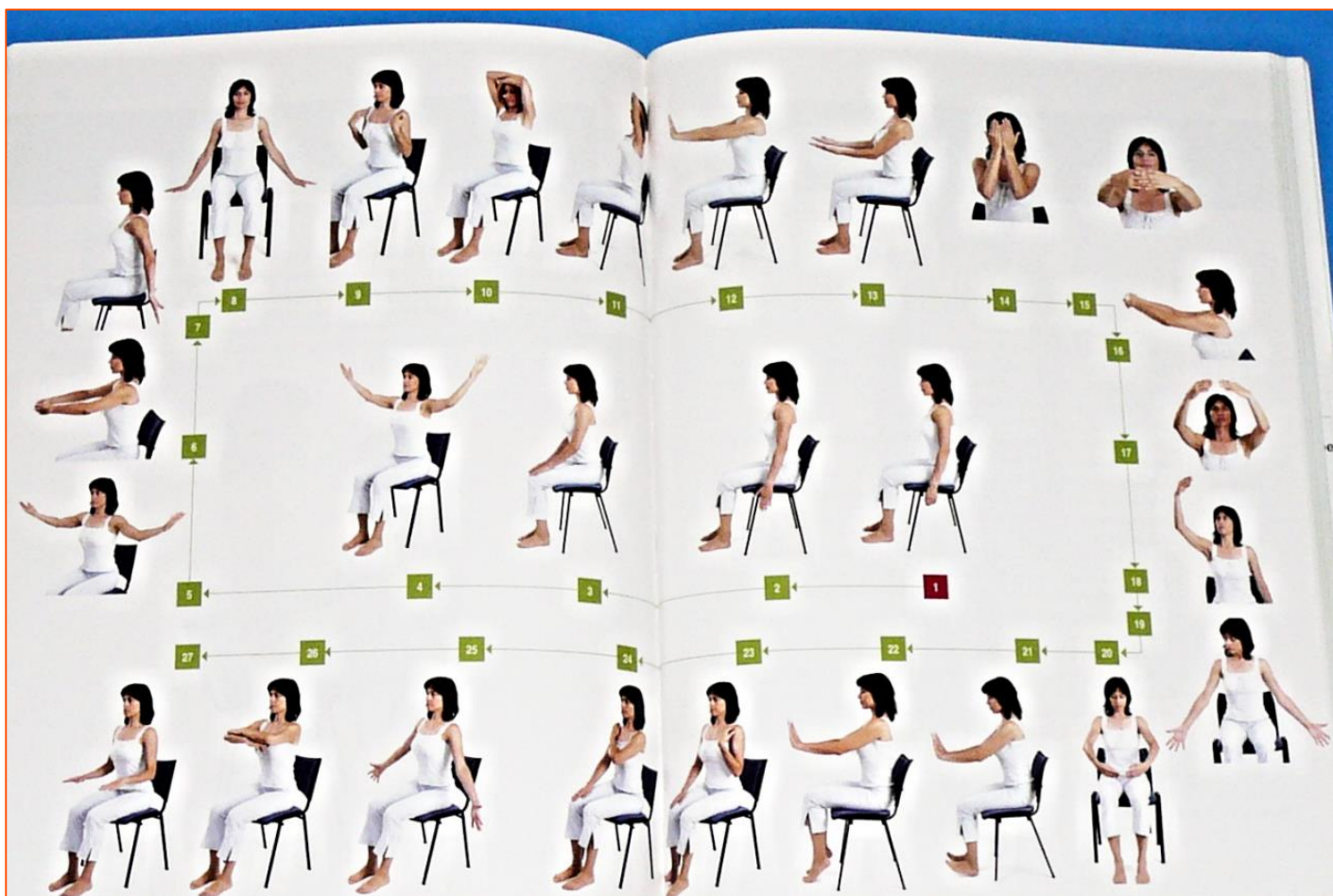


AKTIVIZACE



CVIČENÍ NA ŽIDLI

Chcete zvýšit svou koncentraci? Chcete si udělat zábavný jogging svému mozku? Zkuste si s námi zacvičit na židli, klidně i v kanceláři...



Zdroj: <https://www.antikvariat-bohumin.cz/cz/knihy/sport-a-hry/kondicni-cviceni/48579-jak-si-formovat-a-posilovat-postavu-na-zidli.html>

PŘÍPRAVY NA ZAHRADNÍ SLAVNOST



NAROZENINY KLINETŮ ZA MĚSÍC ZÁŘÍ



Září je měsíc hojnosti, měsíc druhé sklizně. Při té druhé přichází na řadu ovoce, víno, a také textilní plodiny jako je len a konopí.

Pro naše předky to znamenalo konec celoročního úsilí, které chtěli náležitě oslavit. V oblastech s velkými ovocnými sady se konala slavnost dočesná, s vinicemi vinobraní.

zdroj: <https://casopisroots.cz/lidove-zvyky-a-obyceje-na-mesic-zari/>



TRADIČNÍ ZAHRADNÍ SLAVNOST 2023



A máme tu po roce opět naši tradiční zahradní slavnost tentokrát v RETRO stylu. Letošní rok jsme měli opravdu štěstí na krásné počasí. Celou akci provázela příjemná atmosféra

Vám všem děkujeme za návštěvu a doufáme, že jste si slavnost užili stejně jako my.















MNOHO KRÁSŇNÝCH ŽIVOTNÝCH CHVIL MINIMÁLNĚ DO DALŠÍHO SETKÁNÍ!

3				8				6
	1				6		2	
		4	7			5		
	4			1		9		
6			2		4			1
		3		6			5	
		8			3	6		
	2		4				1	
5				2				7

zdroj: <https://cz.pinterest.com/pin/591941944801377664/>



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

Alzheimercentrum Zlosyň, z.ú.

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