

Sociální služby Šebetov, příspěvková organizace

Ročník 1./ č.4

NÁŠ ZPRAVODAJ



LISTOPAD - PROSINEC



Slovo paní ředitelky



Vážení a milí,

před námi je další již 4. číslo nově vydaného NAŠEHO ZPRAVODAJE. Zpravodaj nezapomíná na naše jubilanty, ať již z řad zaměstnanců či našich uživatelů. Vždy shrnuje všechny námi pořádané kulturní a jiné akce nebo akce, kterých se zúčastňujeme vně zařízení.

Velmi oceňuji příspěvek našich pracovních terapeutů p. Michala Grigy a p. Mgr. Šárky Dokoupilové. Jsou to činnosti, kterými výrazně zpestřujeme život v našem zařízení.

A protože většina z nás se zcela jistě těší na svátky vánoční, naše redakce nám zprostředkovala recepty na výborné moučníky, které nám všem tak chutnaly v naší cukrárně Paní Láry-Fáry.

A co je u nás nového? V těchto dnech končí rekonstrukce „krčku“. Já osobně jsem velmi ráda, že se to podařilo realizovat. Krček bude jednak pěkně opravený, ale navíc také zateplený a vybavený topnými tělesy, takže až přijdou mrazy, nebudeme při průchodu krčkem z jedné budovy do druhé již zmrzat.

Dále ještě provádíme sanaci mokrých zdí v přízemí zámku. Po tom všem se začneme těšit na náš vánoční jarmark ve vánočně vyzdobených prostorách našeho zařízení a na celou tu krásnou vánoční atmosféru.

A zároveň mi dovolu,te, abych Vám všem popřála krásný a klidný adventní čas prožitý s klidem a pokorou v nás.



Vaše ředitelka

**Blahopřejeme našim uživatelům, kteří oslaví
v měsíci listopadu a prosinci
významné jubileum:**



65 let

**paní Marie Ochránová
paní Miloslava Odehnalová**

60 let

paní Marie Vojtěchová

50 let

paní Alena Tomášková

a také blahopřejeme ke kulatému jubileu našim zaměstnancům :

paní Lence Krejčířové

a

panu Miloslavu Krchňákovi



**Z oslav narozenin
paní Turečkové, paní Voděsilové a paní Rakušánové**





Taneční odpoledne s našimi přáteli z Paprsku z Olšan

Všichni jsme se těšili a nebylo to nadarmo!

5. listopadu zastavil před Kulturním domem v Šebetově autobus a za jeho skly jsme mohli popatřit na tolik očekávané tváře našich kamarádů z Olšan. Tancovačka!

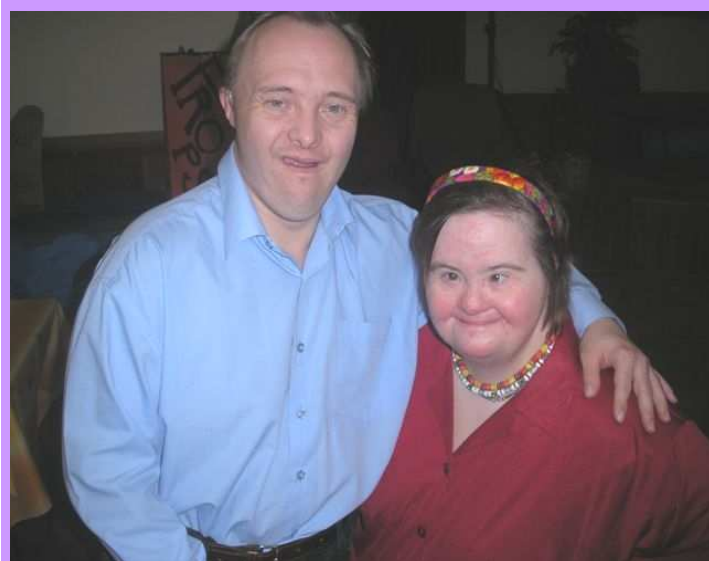
Pan kapelmajster Reibl naladil svůj orchestrionální aparát a hrál ty písně, co nám sedí do noty. Vzhůru na parket. Protancovat střevíce a pak ještě jedny. Vyměnit si dárky a pozdravy. Konečně si po dlouhé době zase poklábosit s kamarády z jiného zařízení.

A k tomu na zub: brambůrky, kávačka, zákusečky a řízečky. Pěkně s tím do žaludku a žádné dneska strachy z nadváhy – však se to během večera ještě třikrát vytrandá!

„Pane Reibl, nějakou od Gotta, Káji přece, neumíte?“

„To se ví, mladá paní, už to tam sázím! Do kola!“

Michal Griga



DRAMATERAPIE

aneb

POJĎTE SI HRÁT



Tak tímto snadno odvoditelným názvem označujeme naše pravidelná setkání jak v tělocvičně, tak v létě v prostorách zámeckého parku.

Třebaže má dramatická činnost v našem zařízení už poměrně silnou tradici, v oblasti dramaterapie jsme na pouhém počátku. Co to vlastně je?

Dramaterapie,“ říká nám definice, „je záměrné použití dramatických a divadelních postupů pro dosažení terapeutického cíle - symptomatické úlevy, duševní i fyzické integrace a osobního růstu“.

Brrr, zní to vnešeně a vědátorsky a dá se pod tím představit leccos. Náš divadelní kroužek je zatím více „drama“ nežli terapeutický, ale i to hodláme časem změnit. Zatím využíváme tušené dramaterapeutické postupy k tomu, aby se z našeho kroužku stala dobrá parta. Dobrý kolektiv, který se uznává a toleruje navzájem. Seznamujeme se tak nejenom sami se sebou, ale i s okolím, které zahrnuje i naše sousedy z vedlejšího pokoje, náš milý ošetřující personál i věci, které potkáváme v tělocvičně.

Máš problém? Slož o něm písničku! Máš zlost? Zahrej nám ji!

Celý tvůj známý svět je tvojí inspirací, jevištěm i hledištěm. Jedinou hranicí je tvoje fantazie. Jediné, co potřebuješ, je hodit všechno za hlavu, zapomenout na své strachy a obavy a napojit se na tu tajemnou magickou sílu, která v tobě dřímá. A dřímá opravdu ve všech, to mi věř. Magická moc dokáže změnit tebe a skrz tebe i tvůj vnější svět.

Divadlu zdar!

Michal Griga

**KDO MÁ ZÁJEM ZAPOJIT SE DO DIVADELNÍHO KROUŽKU NEBO SE CHCE JEN TAK PODÍVAT, JAK SE DĚLÁ DIVADLO – JSTE VÍTÁNI!
PŘIHLASTE SE PŘÍMO U MICHALA GRIGY NEBO U SVÉHO KLÍČOVÉHO PRACOVNÍKA.**



**Foto z premiéry divadelní hříčky *KDOPAK TO MNOUK?*
*RECITAČNÍ A HUDEBNÍ TERAPIE***



Smyslem recitační a hudební terapie je odbourávat pasivní formy trávení volného času, navodit radostnější náladu a snahu po vlastním uplatnění tvůrčích nápadů.

K tomu by měla napomáhat i nově zřízená knihovna, která obsahuje tituly všech žánrů a zatím se setkala s dobrým ohlasem u některých klientů i zaměstnanců. Klienti mají možnost si posedět v příjemném prostředí, besedovat o přečtených knihách či nechat si z některé předčítat. To platí i o výběru poezie pro náš recitační kroužek. Recitujeme především básně českých autorů, opět podle náročnosti klientů. Máme zde i dvě klientky, které aktivně tvoří vlastní básně a dokonce je uveřejnily v minulém čísle časopisu.

Každý měsíc též organizujeme rozhlasové blahopřání pro klienty, kteří zrovna oslavují narozeniny.

Velkou pomůckou je i DVD s animovanými říkadly Josefa Lady, které slouží k rozvoji paměti, nemluvě o vizuálním dojmu, který v nás zajisté zanechá poetické kouzlo jeho obrázků. Říkadla či písně klienti rádi a často doprovázejí hrou na Orffovy rytmické nástroje.

Oblíbený je i výrazový tanec, kdy buďto ztvárňujeme pohybem a pantomimou obsah písní či říkadel, nebo nacvičujeme větší taneční celky na motivy skladeb různých

žánrů. Klienti jsou rozděleni do skupin podle svých pohybových možností. Pro každou skupinu se něco najde.

V našem zařízení existuje i docela úspěšně fungující pěvecký sbor. Podle zaměření klientů pořádáme hudební soutěže, kulturní vystoupení k různým příležitostem, ať už místní či někde hostujeme. Nedávno měli klienti možnost prezentovat své recitační, pěvecká i divadelní aktivity na festivalu v Rájci- Jestřebí, v různých okolních zařízeních nebo v rámci Dnů otevřených dveří v měsíci září.



Každé úterý také probíhají pro zájemce duchovní setkání, kde si s radostí zazpíváme písně s náboženskou tematikou, doplněné pohybovým vyjádřením. Při této příležitosti jsme pozváni na společné zpívání se členy baptistické církve do Brna.

Mojí snahou je zapojit ty, kteří jsou na tom lépe, aby svoje osvojené dovednosti uplatnili při práci na odděleních, jejichž klienti nejsou sami schopni zábavu či kulturní akce vyhledávat, a zprostředkovali jim nějaký příjemný zážitek. Tito „pomocníci“ (hlavně z řad Z 3, Z 4 či P 3) se velmi osvědčili. Dovedou navodit radostnou náladu, ať již zpěvem za doprovodu klavíru či flétny, které máme k dispozici, ale roztančí ostatní třeba při rytmu oblíbené dechovky, předčítají jim z knížek nebo s nimi doprovázejí hudbu rytmickými nástroji.

Své aktivity se snažím doplnit poslechem hudby (výběr podle náročnosti klientů) s besedou o hudebních skladatelích či dílech, v čemž rovněž nacházím oporu a pomoc u některých klientů.

Všechny tyto činnosti, které provádíme při skupinové práci, se snažím uskutečňovat i individuální práci s potřebnějšími klienty. Zde je pro mne obrovskou pomocí případná konzultace s pracovníky soc. péče či jinými kolegy, kteří znají klienty mnohem déle a vědí, jak kteří na co reagují a jak k nim přistupovat.

Jsem zde poměrně krátkou dobu, ale neustále znovu a znovu mě překvapují mnohé skryté schopnosti a dovednosti mnohých klientů, o nichž jsem předtím neměla ani tušení.

Mgr. Šárka Dokoupilová



**KNIHOVNA
V NAŠEM ZARÍZENÍ
JE OTEVŘENA:**

Ve společenském areálu - spojovací prostor mezi odd Z 3 a Z 4.



DEN:	HODINA:
PONDĚLÍ	10.15 – 11.30
ČTVRTEK	14.30 – 15.30

MŮŽETE SI STĚŽOVAT!

Určitě jste už zahlédli na chodbě nebo na pracovně tuto tabuli.



Vzpomínáte?

A víte vůbec k čemu tam je, proč visí na všech odděleních?



Zkuste si ji pozorněji prohlédnout, zjistíte **ŽE**,

- ❖ není správné, když vám někdo ubližuje
- ❖ není správné, když vám někdo bere věci
- ❖ není správné, když je na vás někdo hrubý
- ❖ není správné, když máte z něčeho nebo z někoho strach
- ❖ není správné, když jste na svůj problém sami
- ❖ není správné, když chcete něco změnit a nikdo vás neposlouchá

NAOPAK !!

- ❖ je správné si to nenechat líbit
- ❖ je správné se bránit
- ❖ je správné požádat o pomoc
- ❖ je správné požadovat, aby se takové věci nestávaly
- ❖ **JE SPRÁVNÉ SI STĚŽOVAT**



Něčemu jste neporozuměli, je něco, co potřebujete ještě vysvětlit ?
Pokud tomu tak je – neváhejte se obrátit na svého klíčového pracovníka, pracovního terapeuta, vedoucí oddělení nebo sociální pracovníky.

Dagmar Dyčková

Vánoce, vánoce přicházejí



A s nimi i období přípravy vánočního cukroví. A protože máme v našem zařízení zručné „cukrářky“, které se osvědčily při přípravě moučníků a zákusků na Dnech otevřených dveří, po kterých se jen zaprášilo, poprosili jsme je, aby nám prozradily alespoň některé své osvědčené recepty.

Zde jsou od paní Alenky Kutilové:

MEDOVNÍK

Suroviny:

3 vejce
200 g krupicového cukru
1 Hera
3 lžíce tmavého medu
1 lžička jedlé sody

Krém:

1 slazené kondenzované mléko
300 g másla

Postup: V nádobě nad párou necháme rozpustit Heru, přidáme vejce a šleháme. Postupně přidáváme med, cukr, mouku a jedlou sodu.

Směs šleháme asi 10 minut, dokud těsto nemá zlatavou barvu. Potom těsto rozdělíme na 3 díly. Každý díl rozetřeme na plech na pečicí papír a pečeme v troubě rozehřáté na 170 stupňů. Po upečení ořízneme okraje, které si schováme na závěr.

Krém: Do změkklého másla zašleháme kondenzované mléko

Příprava řezů: Upečené pláty těsta potřeme krémem, kterým potřeme i povrch. Celý medovník posypeme pomletými ořechy a drobký těsta z oříznutých okrajů.

ŘEZY DIPLOMAT

Suroviny + postup:

4 žloutky
25 dkg moučkového cukru
- třeme s 12 lžícemi horké vody.

Přidáme:

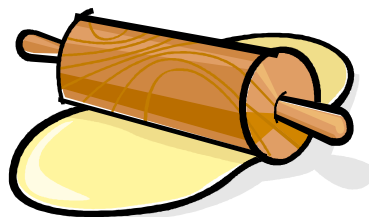
12 dkg mletých ořechů
15 dkg polohrubé mouky
½ prášku do pečiva
a sníh ze 4 bílků.

Upečeme a potřeme marmeládou.

Piškoty namočíme do vaječného koňaku a poklademe na korpus potřený marmeládou a necháme ztuhnout.

Krém:

1 máslo
½ slazeného kondenzovaného mléka (Salko)
Ušleháme, natřeme na piškoty a hustě posypeme pomletými či posekanými ořechy a nastrouhanou „margotkou“.



A od paní Ilonky Dosedlové:



BRAMBŮRKY

Suroviny:

150 g sušeného mléka
200 g moučkového cukru
120 v másla
1 bílek
1 lžička mandlové tresti
1 balíček piškotů
marmeláda nebo krém na spojení piškotů
rum

Postup: Ze sušeného mléka, moučkového cukru, másla, bílku a tresti uděláme těsto. Tuto vzniklou marcipánovou hmotu vyválíme na tenký plát. Piškoty slepíme marmeládou a pokapeme rumem a obalíme marcipánovou hmotou a tvoříme brambůrky.

Můžeme obalit v kakau nebo čokoládě a vložíme do papírových košíčků.

PUNČOVÉ ŘEZY

Suroviny na 1 plát těsta:



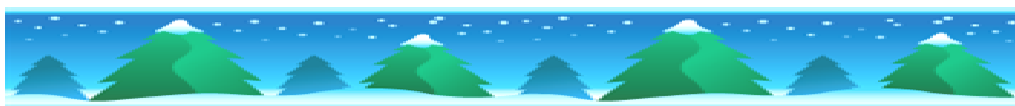
15 dkg krupicového cukru
4 vejce
5 dkg hladké mouky
2 lžíce horké vody

Punc

Uvaříme čaj, přidáme cukr, rum, citron nebo citronku a sirup. Dobře zamícháme a necháme vychladnout.

Postup: Vejce ušleháme s cukrem v hustou pěnu, přidáme postupně 2 lžíce horké vody a opět šleháme. Potom lehce vmícháme mouku. Těsto nalijeme na plech vyložený pečícím papírem a upečeme ve středně vyhřáté troubě. Takto upečeme ještě další 2 pláty. Jeden obarvíme potravinářským barvivem (červeným). Dohromady musíme mít upečené 3 pláty – 2 světlé a 1 červený. Jeden světlý plát potřeme rybízovou marmeládou. Přiložíme červený plát, který pokropíme punčem a potřeme marmeládou a nahoru dáme poslední světlý plát, který polejeme citrónovou polevou.

*Kdo se pustí do pečení, těm přejeme hodně zdaru a v příštím čísle se můžete dozvědět, jak připravit například:
štafetky, kornoutky, trubičky, zimní čaj,....*



Všem našim čtenářům přejeme adventní čas bez stresů a spěchu a vánoční dny plné pohody a dobré nálady.

Vaše redakce



CO NÁS ČEKÁ V LISTOPADU A PROSINCI

LISTOPAD

- **5.11. Taneční odpoledne** – v Kulturním domě v Šebetově s našimi přáteli z Paprsku Olšany
- **6.11. Zahájení pravidelného plavání** v lázních Boskovice
- **14.11. Koncert harmonikářů** v Olešnici na Moravě
- **18.11. Přátelské posezení u kávy** s přáteli z Paprsku Velké Opatovice
- **26.11. Zájezd divadelního kroužku** do DD Blansko

..... v průběhu celého listopadu probíhá výtvarná soutěž

PROSINEC

- **12. -13.12, Vánoční prodejní jarmark**
- **16.12. Vystoupení Národohospodářské školy Boskovic**
- **18.12. Zakočnění pracovního roku na pracovnách**
- **24.12. Štědrý den** – oslava na jednotlivých odděleních spolu se zaměstnanci
- **25.12. Mše sv. – 1.svátek vánoční** – zájezd do kostela sv. Jakuba do Boskovic
- **31.12. Silvestr** – oslava v zařízení

A na co se můžeme těšit po Novém roce:

Místo tradičního Mikulášského večírku bude v lednu naše zařízení pořádat **KLOBOUKOVÝ PLES**. Chystejte proto nejen společenské šaty, ale i kloboučky, cylindry, buřinky, slamáky – a to jak uživatelé, tak i zaměstnanci!

