Zpravodaj

Číslo 1/2020

MĚSTSKÝ ÚSTAV SOCIÁLNÍCH SLUŽEB MĚSTA PLZNĚ

NÁVŠTĚVA VÝSTAVY „TAJEMSTVÍ KRUHU“

Začátkem prosince loňského roku mi naše milá uživatelka paní Trčková oznámila, že v Galerii města Plzeň bude otevřena zatím největší výstava její dcery, předčasně zesnulé, uznávané malířky a grafičky Šárky Trčkové. Nikdy nepatřila mezi módní umělce. Její práce - olejomalby, grafické listy i akvarely nezřídka zobrazují běžné každodenní výjevy.

Domluvila jsem se tedy s paní Trčkovou, že jestli bude zájem z řad uživatelů o zhlédnutí výstavy, návštěvu galerie uskutečníme. Zájem byl a tak jsme se v pátek 24. ledna na výstavu vypravili. Bylo to pro nás opět nové poznání a emoce. Paní Trčková nám svým vyprávěním přiblížila život její dcery a vznik některých děl. Dojmy z výstavy jsme pak shrnuli při kávě v nedaleké kavárně Paříž.

Daša Čábalová, vedoucí útvaru Terapeutické služby, DZR „Čtyřlístek“

Muzikoterapie

V pátek 24. ledna se uskutečnilo další muzikální sezení na jídelně našeho Domova. Sesedli jsme se do kruhu, každý měl v ruce některý z nástrojů, který mu byl sympatický.

Po úvodním přivítání postupně každý na svůj nástroj zahrál, případně zvolil rytmus a ostatní se se svými nástroji připojili. Následovalo vytleskávání křestních jmen zúčastněných, poslání tlesknutí po kruhu. Po takovém rozehřátí jsme vybrali melodii lidové písničky, předehráli, kdo uhodne její název. Pak jsme ji společně přezpívali za doprovodu nástrojů. Nechyběl buben, tamburína, rumbakoule, ozvučná dřívka, různá chřestítka aj.

Tento druh terapie je pro uživatele velmi emotivní a podněcující, proto ho budeme i nadále zařazovat do programu našich pravidelných aktivit.

Dana Macháčková,
terapie „Sněženka“

Poděkování za „sladký dárek“

Bezprostředně před Štědrým dnem nás navštívil majitel firmy Dobrý kornout s.r.o., pan Mgr. Oliver Kostka a obdaroval nás fantastickou čokoládovou „figurkou“ v podobě Santy. Tento obdivuhodný pamlsek vážil 3500 g a zdobil nám náš Domov po celé Vánoce až do poloviny ledna. Samotné mlsání výborné belgické čokolády (která měřila místy 3 cm) nám zabralo 3 odpoledne.

Mnohokrát děkujeme!!! *Uživatelé DOZP „Nováček“*

CANISTERAPIE

V úterý 21. ledna náš Domov, poprvé v novém roce, opět navštívili naši čtyřnozí kamarádi. Potěšit se s nimi uživatelé mohli jak na skupinovém sezení na jídelně, tak i v soukromí svých pokojíčků.

Na skupinové terapii měli všichni přítomní možnost si pejsky pohladit, učesat jim srst speciálním kartáčem, házet jim míček na aportování. O zábavu a veselé kousky psů nebyla nouze. Ale uživatelé si rovněž mohli nechat příjemně namasírovat a prohřát např. zápěstí, loket nebo koleno jazykem pejsků a za to je odměnit pamlskem.

Milovníci kočiček si též přišli na své, mohli si kočičku pochovat na klíně a potěšit se s ní. Imobilní uživatele navštívili naši čtyřnozí mazlíčci přímo v jejich lůžku. I zde má terapie zvířaty velký přínos, u někoho pomáhá v navazování komunikace a v neposlední řadě kontakt dlaní s jemnou srstí psů a kočiček působí příjemné prohřátí, uvolnění a relaxaci. A proto se s našimi mazlíčky budeme setkávat pravidelně a za měsíc je opět rádi přivítáme.

Dana Macháčková, terapie „Sněženka“

Muzikoterapie v DZR „Čtyřlístek“

V úterý 21. ledna se uskutečnilo první letošní setkání s Duem VANN - Václav Žákovec a Anna Volínová. Byl to první koncert, z letošních plánovaných pravidelných koncertů, v rámci muzikoterapie.

O hudební setkání je mezi našimi klienty stále veliký zájem a tak účast byla opět hojná. Zaposlouchali jsme se do nádherných tónů tanga, valčíku i polky, ale hlavně tolik oblíbených melodií. Hudba člověka provází celým životem. Zahání smutek a bol, potěší. Do zpěvu se zapojil celý sál. Společně strávený čas příjemně utekl a my se těšíme na další brzké shledání při písničkách s těmito umělci.

Bc. Eva Skalová, pracovník v sociálních službách pro základní výchovnou nepedagogickou činnost, DZR „Čtyřlístek“

Silvestrovské posezení

Konec roku byl u nás v Domově veselý. Sešli jsme se připomenout si, co se v uplynulém roce povedlo, co se nestihlo udělat a co bychom chtěli v příštím roce uskutečnit, kam se podívat.

Oddělení terapie připravilo bohaté občerstvení. Děvčata uvařila ovocný punč, udělala jednohubky a chlebíčky. Při veselé muzice se soutěžilo, tancovalo, zpívalo a juchalo. Dopoledne uteklo jako voda a bylo tady loučení. Všichni jsme si navzájem přáli do nového roku hlavně hodně zdraví, spokojenost a ať se ještě dlouho společně můžeme setkávat.

Daša Čábalová, vedoucí útvaru Terapeutické služby, DZR „Čtyřlístek“

Novoroční procházka v rytmu „Nordik walking“

Deset párů walkingových holí, které naši uživatelé dostali pod stromeček od firmy Hannah, nám umožnilo vyzkoušet něco nového. Nordik walking neboli severskou chůzi.

Je to aktivita, která vychází z nejpřirozenějšího pohybu člověka - chůze. Hole nám pomáhají se napřímit a zároveň od nás žádají aktivitu. To vše venku, na čerstvém vzduchu. Chuť do něčeho nového, park i hole jsme měli.

Druhého ledna nám i počasí přálo. Nic nám nebránilo vyrazit. Nezapomněli jsme na rozcvičení a protažení celého těla. Pohyb na čerstvém vzduchu nám přinesl zdravou barvu ve tváři a dobrou náladu. Nová aktivita se setkala se zájmem a rozhodně ji budeme zařazovat do svých týdenních programů.

Radoslava Zahradníková,
pracovník v sociálních službách
pro základní výchovnou
nepedagogickou činnost,
DZR „Čtyřlístek“

BURZA OBLEČENÍ

Ve středu 23. ledna jsme uspořádali v oddělení terapie tradiční burzu oděvů. Do burzy jsme připravili oblečení, které jsme dostali od uživatelů, a velikou mírou přispěl i personál.

„Zboží“ se sešlo hodně a byl o něj veliký zájem. Už před samotným otevřením zájemci byli připraveni na „lov“. Bylo možné si doplnit šatník o oblečení na všechny roční sezóny.

Burza probíhala od rána do odpoledne a uživatelé se i několikrát vraceli. Zkoušelo a „nakupovalo se“ ve velkém.

Akce splnila účel a určitě uspokojila většinu návštěvníků. Dárcům děkujeme za darované oblečení.

Daša Čábalová, vedoucí
útvaru Terapeutické služby,
DZR „Čtyřlístek“

ZIMNÍ MINIKRAJINA

Vánoční výzdoba je již v celém našem Domově odstraněna, a aby vánočně naparáděné jídelní stoly nezely prázdnotou, rozhodli jsme se vytvořit na stoly v jídelně novou zimní dekoraci. Naše představa byla vytvořit miniaturu zasněžené zimní krajiny, která by se nám vešla do skleněných dekorativních misek.

K našemu tvoření jsme použili přírodniny ze zahrady našeho Domova, jako jsou větvičky různých jehličnanů a šípků, šišky, mech, kamínky a kůra. Dále jsme použili šnečí ulity, jemné papírové vločky a z nařezaných drobných klacíků jsme provázkem svázali malé otýpky. Na hotovém aranžmá jsme vytvořili iluzi zasněžené krajiny bílou akrylovou barvou. Během ručních prací jsme si tak mohli připomenout, že zima stále ještě trvá. Za okny to sice tak nevypadá, neboť počasí je velmi nestálé a sníh je spíše jen vzácností. Myslím, že společné dílo se nám podařilo a nyní je hezkou ozdobou naší jídelny.

Šárka Bartošková, pracovník v sociálních službách
pro základní výchovnou nepedagogickou činnost, DZR „Petrklíč“

Novoroční pečení

Společné pečení vždy provází očekávání, zda se hotový výrobek povede a bude všem, kteří ochutnají, opravdu chutnat. Po vánočním pečení cukroví jsme měli chuť na šťavnatý koláč, který by se takřka rozplýval na jazyku.

Náš recept obsahoval nejen dostatek jablek, ale i tvaroh smíchaný s jogurtem, citronovou kůru a další samé dobré pochutiny. Pekli jsme postupně ve dvou skupinách dva velké plechy. Za všechny zúčastněné mohu říci, že se nám koláč povedl. Všem moc chutnalo a rozhodně nezbyl ani malý kousek. Během společného pečení vládla pohodová atmosféra, a pokud měl někdo obavy z nejistého výsledku, mohl se sám na závěr přesvědčit, že vše dobře dopadlo.

Šárka Bartošková, pracovník v sociálních službách
pro základní výchovnou nepedagogickou činnost, DZR „Petrklíč“

DO NOVÉHO ROKU S PÍSNIČKOU

Přání, abychom do tohoto roku vstoupili co nejlépe, se nám splnilo během koncertu pěveckého souboru Jamáček. Vystoupení se uskutečnilo 20. ledna 2020 v jídelně našeho Domova.

Účinkující zazpívali pásmo známých písniček jako jsou *Nezacházej slunce, Ku Praze je cesta dlouhá, Včera neděle byla, Po starých zámeckých schodech* a mnohé další písničky. Všechny písničky se nám moc líbily.

Pěvecký soubor své vystoupení okořenil zhudebněnou baladou *Oldřich a Božena*. Zpívaný text této balady byl doprovázen umělecky ztvárněnými obrazy, které podtrhávaly dějovou linku celého příběhu. Originální kresby pocházejí od studentů z Fakulty designu a umění Ladislava Sutnara, která je součástí Západočeské univerzity. Oldřich a Božena je opera českého skladatele Ilji Hurníka, ztvárněná podle pověsti o českém knížeti Oldřichovi a jeho ženě Boženě. Představení této balady mělo tak velký úspěch, že si naši posluchači vyžádali zopakování tohoto příběhu na závěr koncertu.

Soubor Jamáček vede paní Mirka Kudrnová, které děkujeme za připravený program a všem účinkujícím děkujeme za skvělý hudební zážitek a příjemně strávený společný čas.

Šárka Bartošková, pracovník v sociálních službách pro základní výchovnou nepedagogickou činnost, DZR „Petrklíč“

ZPRAVODAJ MÚSS PLZEŇ
Vydavatel: Městský ústav sociálních služeb města Plzně, příspěvková organizace, Klatovská třída 777/90, Plzeň 3 – Jižní Předměstí, 301 00 Plzeň, IČ: 00075345
povoleno Ministerstvem kultury České republiky ze dne 19.6.2006, registrační číslo: MK ČR E 16846