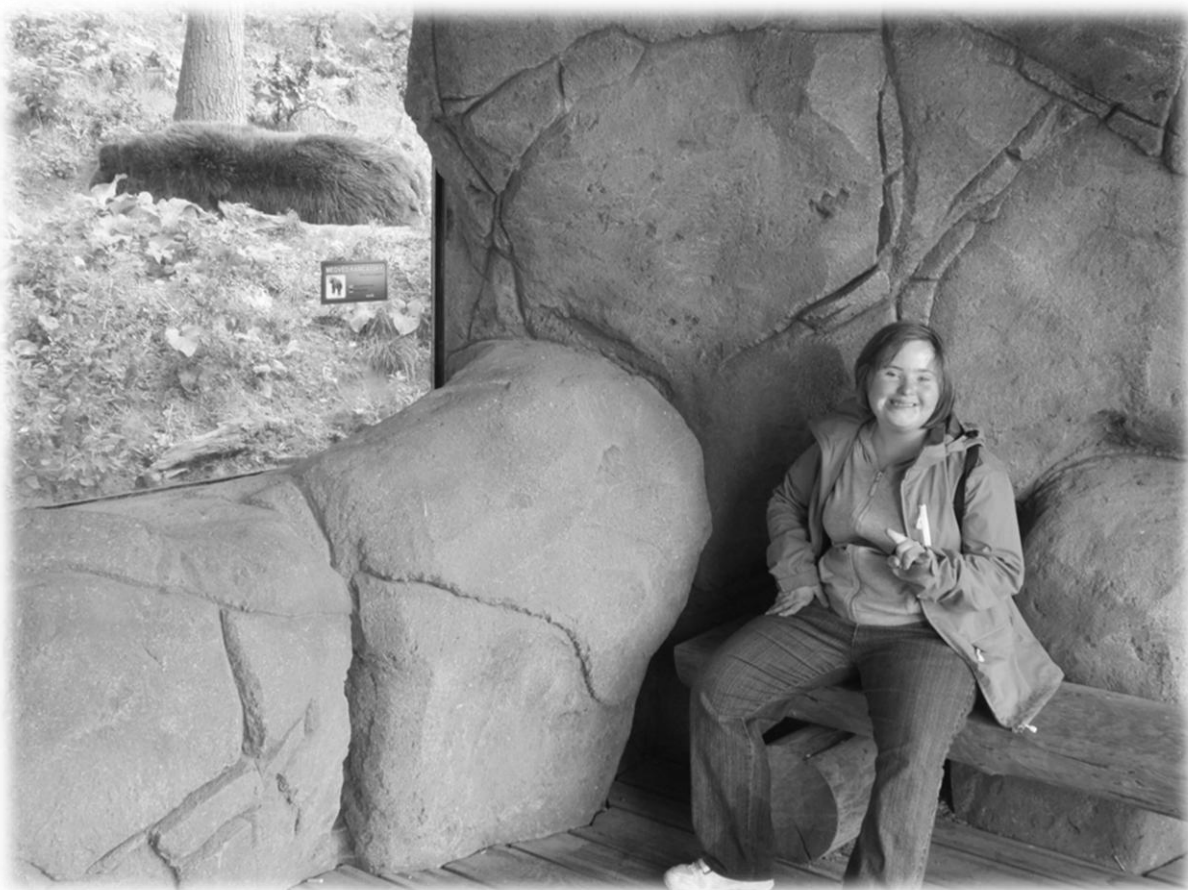




**FOKUS VYSOČINA
BLUDIŠTĚ**

2014/3

Časopis Bludišťák



„Smysl života je radovat se ze života a činit jej pro každou lidskou bytost krásnějším.“

David Ben Gurian

Několik slov na úvod

Nové číslo Bludišťáku, které právě držíte v rukou, Vás pomyslně přeneso o několik týdnů zpátky. Konkrétně do období léta, prázdnin, výletů a letní pohody...

Co se děje v Bludišti, osobní asistenci a sociálně – terapeutické dílně?

Bludiště

Po odchodu vedoucí střediska Chotěboř, Mgr. Markéty Krejčíkové, Dis., se novou vedoucí střediska stala od 1. 6. 2014 Mgr. Dagmar Ondráčková.

V nové práci jí přejeme hodně spokojenosti a úspěchu.

Během letních prázdnin do Bludiště docházelo méně klientů než v běžném roce. Ti, kteří nechodili přes léto do Bludiště, si užívali prázdniny doma.

Během letních prázdnin jsme měli v Bludišti volnější režim. Hráli jsme více her, chodili na procházky a na zmrzlinu, jezdili na výlety, sbírali léčivé byliny, grilovali na terase a mnoho dalšího ☺

V Bludišti mimo jiné probíhá také každý čtvrtek fyzioterapie. Jednou za čtrnáct dní polohovací canisterapie (terapie se psy) a jednou měsíčně aktivity se psem, neboli, jak říkáme v Bludišti „hravá“ canisterapie.

O letních prázdninách jsme se také zúčastnili Borovské desítky a pěšího výletu Dobravou. Obě tyto akce spadají do Týdnů pro duševní zdraví 2014. Finanční výtěžek ze vstupného Borovské desítky byl použit na úpravu odpočinkové místnosti (výmalba, nábytek, atd).

Osobní asistence

Osobní asistence v období letních prázdnin fungovala jen částečně. Svozy do Základní školy a Praktické školy Chotěboř z důvodu prázdnin se neuskutečňovaly.

Přímá péče u klientů v domácnosti probíhala beze změny.

O službu osobní asistence je velký zájem. Během letních prázdnin se služba rozšířila o několik nových klientů.

Rádi bychom také zakoupili nový automobil pro osobní asistenci.

Sociálně – terapeutická dílna



Sociálně – terapeutická dílna funguje od 1. 4. 2014 každé pondělí a čtvrtek od 12:00 do 15:00.

Její služby jsou určeny pro klienty Bludiště a pro osoby s mentálním a kombinovaným postižením ve věku od 15 let. Služba je zcela zdarma.

V současné době do sociálně – terapeutické dílny docházejí 4 stálí klienti a jedna nová klientka.

V sociálně – terapeutické dílně klienti vyrábějí sezónní výrobky na prodej na trzích. Dále pletou z papíru, vyrábějí drobné výrobky z keramiky, fimo hmoty, ovčí vlny.

V současné době již sociálně – terapeutická dílna přijímá objednávky na vánoční výrobky (věnce, svícný, apod.).

Ukázky výrobků



Pleteme krabice



Vyrábíme panenky



Pracujeme s FIMO hmotou



Brigády v rámci sociálně – terapeutické dílny

V rámci sociálně – terapeutické dílny se klienti zúčastnili několika brigád. Konkrétně třídní brigády na Frešššš festu. V rámci další brigády se vytrhával sladký lupen z jetelového pole.

Dále jsme byli osloveni od Pečovatelství služby na jednodenní brigádu, abychom vypleli chodník u Pečovatelství služby a osázeli truhlík před hlavním vchodem.

PŘED



PO



Zakázkou od Pivovaru Chotěboř pro sociálně – terapeutickou dílnu byla také výroba propagačních cedulí do různých restauračních zařízení.

Brigáda - Frešššš fest

Frešššš fest se konal ve dnech 22. – 24. 8. v prostorách chotěbořského zámku. Naše práce začala tím, že jsme od pátečního rána stavěli oplocení kolem celého areálu. Stavěli jsme také prodejní stánky.

Během sobotního festivalu jsme zajišťovali sběr odpadků. Ve volných chvílích jsme si mohli poslechnout oblíbené zpěváky nebo kapely.

V neděli jsme se opět vrhli na rozdělování oplocení a úklid celého areálu.

Za odvedenou práci jsme získali finanční odměnu a za ni jsme si každý mohli koupit, co jsme chtěli.

Martin Petříček



Mgr. Dagmar Ondráčková je vedoucí střediska Chotěboř od 1. června 2014. Zajímavý rozhovor pro Vás připravili Magdaléna Němcová, Martin Šimon a Václava Procházková.

Kdyby ses měla v krátkosti představit...?

Jmenuji se Dáša Ondráčková. Bydlím v Oudoleni. Momentálně pracuji ve Fokusu Vysočina jako vedoucí střediska.

Co jsi dělala před tím, než jsi nastoupila do Fokusu Vysočina?

Než jsem nastoupila na tuto pozici, jezdila jsem do Havlíčkova Brodu a pracovala jsem na Okresní správě sociálního zabezpečení.

Jak se Ti ve Fokusu líbí?

Ve Fokusu se mně líbí moc.

Překvapilo Tě něco na této práci?

Překvapilo mě, jak hodně je tahle práce pestrá.

Jak by si zhodnotila dobu, po kterou jsi již tady s námi?

Jako dobu, kdy jsem se naučila spoustu věcí, které jsem dřív neznala. Spoustu věcí mě inspirovalo. Spoustu věcí jsem pochopila. Líbí se mi, jak jste šikovní, co všechno dokážete a jak s Vámi holky pracují. Takže já ji hodnotím velmi kladně, i když je to náročné, tak ale je to pro mě moc příjemné.

Jak by si popsala své začátky (první týden) v Bludišti?

Popsala bych to, jako totální zmatek. Spoustu informací a nedokázala jsem si představit, že to budu schopná pojmout.

Co se Ti na téhle práci líbí?

Mně se líbí to, jak je takhle práce kreativní, je v podstatě každý den jiná. Vymýšlejí se nové věci, přizpůsobujeme se situacím. Úžasné.

Změnila by si něco v Bludišti?

Vzhledem k tomu, že zkušeností ještě tolik nemám a pořád poznávám, jak to tady funguje, tak by se mně v tuhle chvíli nechtělo do žádných změn pouštět.

Zvykla sis už na nové prostředí?

Myslím si, že už jsem si zvykla. Ale ono to bylo zvykání příjemné, takže si myslím, že bylo velice rychlé.

Jaké jsou Tvé koníčky?

Ráda sportuji. Ráda se věnuji dětem a svému psovi.

Jaké máš ráda jídlo?

Já mám ráda spoustu jídel a nemám úplně žádné oblíbené. Mám ale ráda sladká jídla jako jsou borůvkové knedlíky, šišky s mákem. Ale někdy dostanu chuť i na maso 😊

Máš doma nějaké zvíře?

Máme doma jednoho psa a je to labradorka. Pak máme ještě dvě morčata.

Posloucháš ráda muziku? Jakou?

Nemám úplně vyhraněný styl, ale jinak mám ráda rock, pop i vážnou hudbu, ale musí mi to trochu ladit. Příliš neposlouchám dechovku a jazz. Mám ráda třeba i lidovky.

Máš ráda nějaké sladkosti?

Mám a je to vanilková zmrzlina a šlehačku. Ale příliš nemusím čokoládu.

Co by sis nejvíc přála v práci, aby se Ti splnilo?

Já bych si přála, abychom tady byli všichni spolu rádi, protože se nám pak bude dobře pracovat a budeme spokojení.

„Nejkrásnější na světě nejsou věci, ale chvíle, okamžiky, vteřiny..“

Karel Čapek

Jak jsme si mákli, aneb předělávali jsme odpočinkovou místnost

Již delší dobu jsme měli naplánované, že by bylo potřeba vymalovat, vyměnit nábytek a doplňky v odpočinkové místnosti. Stále se to však odkládalo. Nakonec tyto úpravy doslova odstartovala sportovní akce „Borovská desítka“.

Z Borovské desítky putovalo získané startovné právě Bludišti. Částka se dále navýšila o příspěvek za překonání traťového rekordu v hlavní kategorii. Organizátorům za získanou finanční částku vřele děkujeme.

Úprava odpočinkové místnosti očima Vendulky

Odpočinková místnost se z původní žluté a oranžové barvy vymalovala na limetkově zelenou a jedna ze stěn na bílou barvu.

Většina původního nábytku se obměnila za novější a také dveřím se dává modernější vzhled.

Během všech prací jsme pomáhali. Já jsem umývala podlahu a uklízela.

Mně se to tady teď moc líbí. Změna je krásná ☺

Václava Procházková

Cíl našeho výletu –ZOO v Brně

Na 12. 8. 2014 jsme měli naplánovaný výlet do zoologické zahrady v Brně. Počasí nám tento den zpočátku příliš nepřálo, ale odpoledne se umoudřilo a dokonce i svítilo sluníčko.



využili vláček, díky kterému jsme nemuseli šlapat ten největší kopec v zoo. Pak už jsme se vydali poznávat jednotlivá zvířata. Mě se nejvíc líbili lední medvědi a vlci. Zoo jsme procházeli celé dopoledne a část odpoledne.

Tento den jsme se všichni sešli v 6:50 na nádraží v Chotěboři. Po chvilce čekání jsme v 7:00 odjeli do Havlíčkova Brodu. V Havlíčkově Brodě jsme přestoupili na vlak do Brna. Po příjezdu na hlavní nádraží jsme se vydali na tramvaj a jeli jsme do zoologické zahrady. Hned po příchodu jsme

Opice očima klienta



Poté jsme se přesunuli k hlavnímu nádraží a odtud jsme šli pěšky do nákupního centra Vaňkovka. Ve Vaňkovce jsme si dali oběd a měli jsme i krátký rozchod.

O půl 5 jsme jeli vlakem do Havlíčkova Brodu. V Havlíčkově Brodě jsme přestoupili na vlak do Chotěboře. Do Chotěboře jsme dorazili o půl 7.

Výlet se nám všem moc líbil a užili jsme si ho.

Simona Čermáková

Poznávali jsme Doubravu

V rámci Týdnů pro duševní zdraví se na začátku září uskutečnil výlet na Doubravu.

Tento den se počasí vydařilo a bylo krásně. Ráno jsme se vydali vlakem do Bílku. Potom jsme šli od zastávky po cestě na Doubravu. Došli jsme do lesa, kde jsme viděli růst hodně hub. Neodolali jsme a začali je sbírat.

Cestou zpátky jsme se zastavili na Geofondu, kde jsme si udělali občerstvovací přestávku. I cestou z Geofondu jsme našli opět houby.

I přesto, že původně naplánovaný výlet na Doubravu úplně nevyšel, tak jsme všichni byli nadšení z množství nasbíraných hub a skvělého zážitku.

Jiří Med

Dobropiknik

V pátek 5. 9. 2014 jsme se zúčastnili v geoparku místního gymnázia DOBROPIKNIKU.

Tuto akci pořádala Dobrá společnost a oslovila nás, že by nám ráda věnovala získaný výtěžek z dobrovolného vstupného.

V rámci akce byly připraveny různé sladké i slané pochutiny a nápoje. Studentky gymnázia si připravily i komentovanou prohlídku geoparku, zdejší přírodní zahrady a proběhl i didgeridoo koncert Aleše Doležálka. Pro děti byl nachystaný i výtvarný workshop.

Vedoucí střediska Chotěboř a vedoucí Bludiště přiblížili veřejnosti služby Fokusu Vysočina, střediska Chotěboř.

Zúčastnili se také někteří klienti Bludiště.

Moc děkujeme neziskové organizaci Dobrá společnost, že jsme se mohli podílet na této zajímavé akci. Všichni pořadatelé byli moc milí lidé se smyslem pro humor a dobrou náladou. Penízky, které pro nás Dobrá společnost vybrala na vstupném dobrovolném, využijeme na vybavení plánované odpočinkové místnosti.

Děkujeme tedy organizátorům a všem zúčastněným. Bylo to moc fajn!

Z Alenčiny kuchařky...



Alena je klientka Bludiště a velmi ráda píše různé recepty. Recepty si pamatuje a píše je takřikajíc z hlavy. Všechny napsané recepty máme uložené a již se pravidelně objevují v Bludišťáku.

Gulášová polévka

Osmahneme cibuli, přidáme hladkou mouku a zalijeme vývarem. Povaříme asi 20 minut, pak přidáme na kostičky uvařené brambory. Přidáme osmahnutý, na kostičky nakrájený salám. Dochutíme česnekem, majoránkou, solí a pepřem.

Dukátové buchtičky se šodó

Uděláme kvásek (droždí, mléko, mouka, cukr), necháme vykynout, pak uděláme těsto (kvásek, mléko, vejce, mouka, trochu soli), necháme vykynout. Z vykynutého těsta tvoříme buchtičky a dáváme je do vymaštěného pekáče a pomazeme je rozpuštěným máslem a dáme péct do trouby. Šodó se připraví tak, že do vroucího mléka dáme vanilkový pudink a cukr a mícháme, dokud to nezhoustne. Pak do toho přidáme žloutek a podáváme.

KONEC...

Za redakci

Dagmar Ondráčková, Olga Janoušková, Adriana Veselská, Gabriela Procházková, Erika Mrkvičková, Soňa Chalupová, Ivana Pleskačová

Členové redakce

Petra Losenická, Jan Pátek, Václava Procházková, Martin Petříček, Martin Šimon, Jiří Med, Jiří Vaněk, Radek Vobejda, Simona Čermáková, Ilona Málková, Helena Pleskačová, Alena Šimandlová, Milan Bába, Martin Kopecký, Magdaléna Němcová, Svatoslava Klementová, Břetislav Čapek

Kontakt

Fokus Vysočina
Kosmonautů 262
583 01 Chotěboř

www.fokusvysocina.cz

Tel: 777 151 499 (vedoucí střediska)
773 497 498 (vedoucí Bludiště)