

ZHODNOCENÍ CÍLU SLUŽBY ZA ROK 2025

DENNÍ STACIONÁŘ BŘEŽANY

Ze stanovených cílů jsme splnily všechny, které jsme si v rámci stacionářů společně stanovili.

- 1) Bylinky a příroda v našem životě*
- 2) Vztah lidí ke zdravému životnímu stylu*
- 3) Pokračovali jsme v projektu třídění odpadu a šetření energiemi*
- 4) Pěstování plodin v návaznosti na ochranu přírody a stravování našich předků*
- 5) Zahrádka – zelenina našich předků*
- 6) Zpracování vypěstovaných plodin*

1) Bylinky a příroda v našem životě

Zopakovali jsme si vědomosti o bylinkách z předešlého roku. Osázeli jsme si truhlíky bazalkou, pažitkou, rýmovníkem, petržel a až do sklizně jsme o ně pečovali a použili jsme je při receptech studené kuchyně (pomazánky, saláty). Vyrobili jsme si maceraci za tepla bylinkovou mast z lékařské vazelíny, naučili jsme se míchat bylinkový čaj. V čajovně ve Voňavém krámu jsme se seznámili s výrobou čaje a přivoněli k čajům na pultě při našem výběru. Pan majitel nám poutavě zodpověděl naše dotazy.

Naučili jsme se vyrobit ptačí zob v loji, který jsme pak na procházkách po okolí Břežan rozvěsili na stromy. Také jsme poznávali stromy a rostliny v zámeckém parku a u rybníka. Navštívili jsme také solnou jeskyni, abychom se osobně seznámili s příznivými vlivy tohoto prostředí na psychiku a zdraví.

Za přírodou jsme také vyrazili do Gránického údolí a na naučné stezce s Mlokem jsme dozvěděli zajímavosti o drobných živočiších, rostlinách a stromech, které v údolí můžeme vidět. V získávání vědomostí jsme pokračovali také v brněnské Papilonii (Motýlí dům), kde jsme viděli názorný vývoj motýla a krmení motýlů. Nadchla nás jejich nádhera a prostředí Papilonie.

2) Vztah lidí ke zdravému životnímu stylu

Pokračujeme se zásadami zdravého životního stylu, vyhledávání vhodných receptů na zpracování dýně, fíků, cukety, rajčata, bazalka, pažitka aj. Zaměřili jsme se na pravidelný pohyb a orientaci v neznámém prostředí, kterou jsme si procvičovali na našich společných výletech. V létě jsme navštěvovali zámecký bazén. Trénovali jsme stolní tenis v zámku, bocciu na hřišti, v DS na rotopedu a rehabilitačním míči, v zámeckém parku jízdu na kole a tříkolce. Náš trénink se zúročil v cyklistických závodech pořádaných kolegyněmi ze zámku, kdy jsme obsadili druhé a třetí místo. Dva naši uživatelé se úspěšně účastnili sportovních her v Zubří, jeden pak Mikulášského turnaje v ping pongu.

Uživatelé během roku v rámci psychohygieny několikrát navštívili snoezelen, relaxovali při hudbě na hodinách muziko i ve stacionáři. Za tímto účelem jsme také navštívili muzikoterapii v Macešce ve Znojmě. Ve stacionáři jsme vedli společné a individuální rozhovory o asertivitě v komunikaci, pozitivním myšlení, vyjadřování emocí, životosprávě a přirozeném pohybu.

3) Třídění odpadu a šetření energiemi

Třídění odpadu si s uživateli opakujeme každý pracovní den, jednou týdně odnášíme směsný, plastový a papírový odpad do určených kontejnerů, podle potřeby odnášíme bio odpad. Také pokračujeme v nácviku šetření energiemi, kdy společně kontrolujeme regulaci používané vody a elektřiny a také se snažíme správně větrat naše společné prostory.

4) Pěstování plodin v návaznosti na ochranu přírody a stravování našich předků.

Během zimních měsíců jsme si pomocí internetu a literatury vyhledali různé druhy plodin, které by bylo možno pěstovat na našem vyvýšeném záhonu. Při prohlížení časopisů jsme se soustředili na dané téma a nástěnku jsme vytvářeli z vystříhaných obrázků, článků, nebo námi vytvořených obrázkových receptů. Později jsme některé z receptů vyzkoušeli. Navštívili jsme staročeskou výstavu ve Znojmě a také knihovnu v Hrušovanech, kde nám paní knihovnice připravila přednášku na téma moderní i historické stravy. Někteří z uživatelů si dali do cíle tvoření kuchařky ať té obrázkové, nebo psané.

5) Zahrádka – využití záhonu k pěstování zeleniny našich předků.

S klienty jsme se pokusili vypěstovat zeleninu, kterou konzumovali již naši předci, ale také tu klasickou na kterou jsme zvyklí. Z těch méně známých zelenin jsme ochutnali vodnici, topinambur, mangold a již tradičně se urodily rajčata, okurky, mrkev a paprika. Loni se moc nedařilo jahodám, ale o to více bylo malin. Z bylinek jsme měli úspěch s naťovou petrželkou, pažitkou a již tradičně také s bazalkou. Letošní novinkou na naší zahrádce byla rebarbora, která se od roku 2024 krásně rozrostla a tak jsme mohli vyzkoušet některé starodávne recepty právě s touto dobrotou.

6) Zpracování vypěstovaných plodin a darovaných surovin.

Protože jsme se zhlédli v ochraně přírody, naučili jsme se recyklovat některé materiály přetvářením ve smysluplné věci. Zrovna tak se snažíme zpracovat ovoce a zeleninu, které vypěstujeme, nebo dostaneme darem. Protože v loňském roce začal plodit malý ovocný sad založený zde na zámku, mohli jsme využít úrodu ovoce na ovocné koláče pečené do stacíkovského baru. Také jsme moštovali darovaná jablka a vařili marmeládu z třešní a višní. Vyzkoušeli jsme si cvičně vypěstovat pár brambor, ale větší množství jsme dostali ke zpracování. O bramborách a topinamburech jsme si zjistili trochu více informací a vyzkoušeli spoustu receptů. Zajímal nás rozdíl mezi těmito dvěma plodinami a také jejich historie. V loňském roce byla velká úroda drobných jablíček, proto jsme některé darované jablka nasušili na naše staročeské vánoční hodování. A právě v předvánočním čase jsme našim uživatelům mohli ukázat, jak se veškerá zpracovaná úroda používá ke zpestření zimní slavnostní tabule.

Zpracovala: Nagyová Pavla, Podaná Bohumila

Dne: 2. 1. 2026