

# Szent Borbála

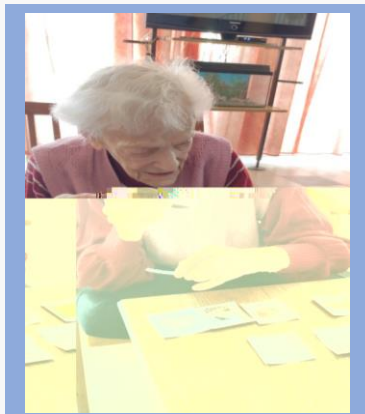
Hírek időseink mindennapjairól

2024 április

„Itt a tavasz, tudod-e? Leheletét érzed-e?  
Virágszájjal rád nevet virágszagú kikelet.”

**Programokban** gazdag volt az idei április hónapunk is. Nem hiába tartja a mondás, hogy „bolondos április”, volt részünk tavaszi lágy szellőben, nyári melegben, aztán télies fagyos hidegben újra előkerültek a nagykabátok. De a kedvünk továbbra sem vált fagyossá!

**Kihasználtunk** minden pillanatot és az udvaron sütkéreztünk, tornáztunk, virágokat ültettünk. Aztán a zord időben bent folytattuk a tevékenykedést. Mikro tanulási programunk következő része: a tánc jótékony hatásairól szólt. A memóriafejlesztő foglalkozások főként az asszociációs játékok, szókeresők, képalakítások, a hibamentes tanulás keretében zajlottak.



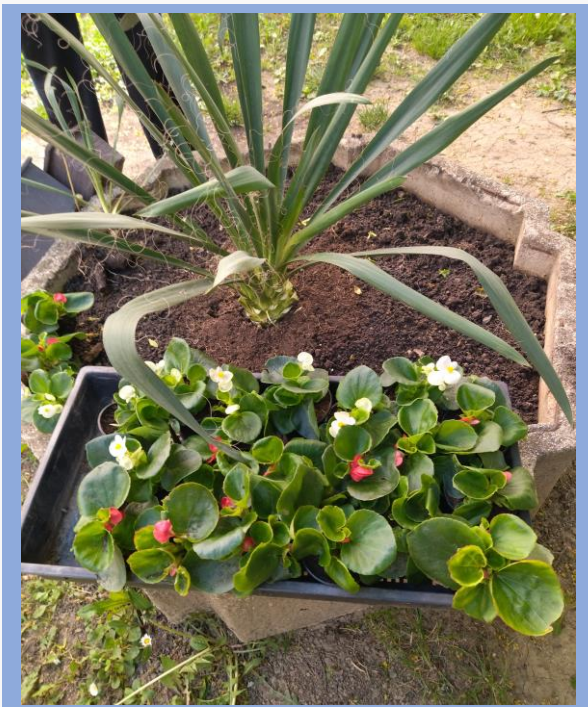
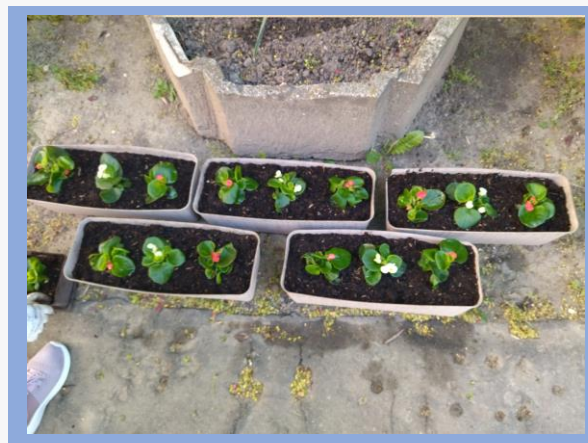
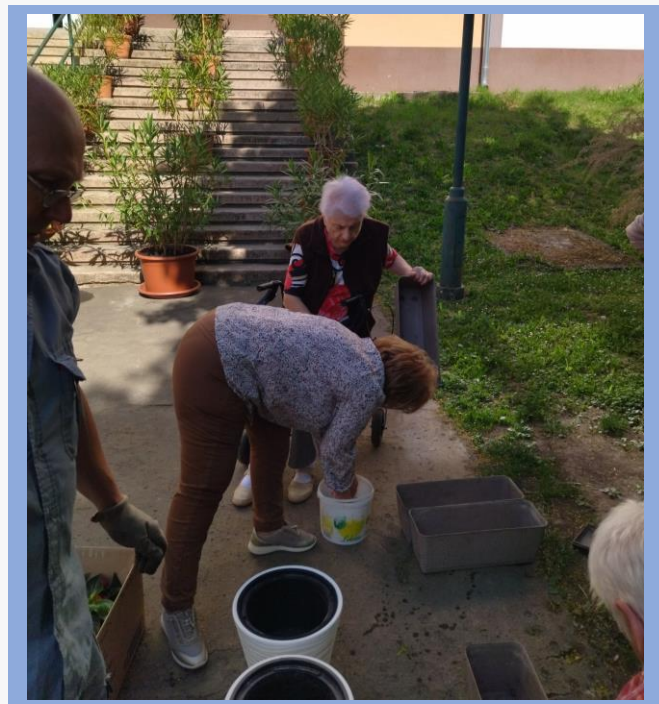
**A Költészet napján** megemlékeztünk József Attiláról és munkásságáról. A népviselet napján tájak, stílusok, viseletek kerültek a középpontba. Szent György napon a néphagyományainkat felidéztük és ezzel párhuzamosan : Korda György neves előadóművész életével ismerkedtünk, zenei munkásságából szemelgettünk.

**Nagyon kedvelt** foglalkozás a ritmikai érzékünk fejlesztése. Az eleinte kissé bátortalan foglalkozások, amikor még a ritmus tapsolás, kopogás, dobogás, a ritmus felidézése nem kis nehézségbe ütközött, mostanra már bátor, sok vidámsággal, kacagással és nem kis hangzavarral járó foglalkozássá nőtte ki magát.



# Szent Borbála

**Itt a jó idő,** és mi is egyre többször vagyunk kint a levegőn. A hideg után jólesik kimozdulni a hátból, sétálni az udvaron, jókat beszélgetni a többiekkel. Vagy csak csendben ücsörögni a padon és süttetni az arcunkat. Egyre több lakó bújik ki a szobából is, és jön ki a levegőre.



**Kinn léteinket** különböző programokkal igyekszünk színesebbé tenni. Így például a Költészet Napján kedvenc verseiket olvasták fel egymásnak az idősek. Lakóink egy kisebb csoportja lelkesen, igen nagy szorgalommal végzik az udvar rendezését, ültetik és ápolják a virágokat, saját és társaik nagy örömére.

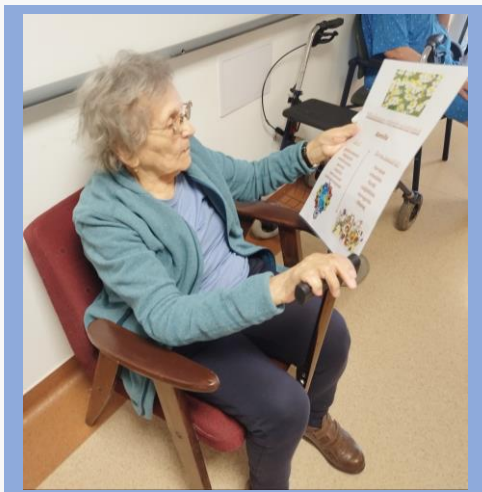


# Szent Barbála

**Szokták mondani**, hogy a mozgás megfiatalít. S, hogy ez igaz a legnemesebb korosztályra is, azt mi sem bizonyítja jobban, mint tornáink, mozgásterápiáink népszerűsége.

**Szerencsére** elmondhatjuk, hogy mindenki megtalálhatja magának a legmegfelelőbb formáját házukban. Legyen szó egy napi átmozgató tornáról, vagy egy pörgősebb aerobicroól.

**Napi átmozgató** tornáinkkal a nagymozgások gyakorlását végezzük, végigvéve minden nagyobb ízületünket. Így a mozgástartományok beszűkülését igyekszünk megakadályozni. A tornák végén pedig mindig megtornáztatjuk a agyunkat is. Legyen szó egy egyszerű szóláncjátékról, asszociációs játékról vagy egy mikrotanulási programról.



**Zenés aerobic** tornánk is nagyon kedvelt mozgásforma. Itt nemcsak a mozgásterápia, de a zeneterápia is képbe kerül. Hiszen akadnak olyanok is akiket a kedvelt dallamok csábítanak le az aulába. Legtöbbször színes polifoam rudakat is segítségül hívunk a tornához, amikkel még jobban át tudjuk mozgatni a kívánt területeket.

# Szent Borbála

## Boldogság idős korban

**Folytatódott** a Boldogság idős korban című előadásorozatunk. A második részben arra világítottunk rá egy meghatározó, didaktikus történet kapcsán, hogy miért is jó optimistának lenni.

**Reflexió gyanánt** közösen fogalmaztuk meg az előadás végén, hogy az idős korban számos betegséget, gyengeséget hozhat, ez pedig hajlomossá teheti az embert a csüggedésre és a reményvesztettségre, ahogyan balesete tette a történetünkben szereplő Norbit is. Nem vagyok én már jó semmire... Nem kellek én már senkinek... stb. Ehhez hasonló érzések kerekedhetnek felül bennünk.



**Az optimizmus** gyakorlása pont ezen a lehangoló, negatív szemléleten tud átlendíteni, reményt adni a folytatáshoz. Célokat, melyek motiválnak és erősítik önbecsülésünket, gazdagítják társas kapcsolatainkat, kiegyensúlyozott, örömteli, boldog napokkal ajándékozva meg idős korban is.

### Hogyan válhatnék magam is optimistává?

- Miként vehetném észre az élet apró örömeit itt az idősotthonban?
- Vajon megfelelő módon ápolom társas kapcsolataimat?
- Eleget törődöm e testi és lelki egészségemmel?
- Vannak e céljaim, melyeket szeretnék elérni?

**Ezen kérdésekre** kerestük közösen a válaszokat. Izgatottan várjuk a következő előadást, mely az emberi kapcsolataink fontosságát taglalja majd.



# Szent Borbála

**Az április** hamar elszaladt, észre sem vettük és már májusban vagyunk. Költöztek be új lakók is.

**A felső szinten** mikrotanulás keretében a demenciáról és az egészséges táplálkozásról tartottam előadást, nagy volt az érdeklődés, sokat szóltak hozzá.



**Az alsó szinten** sem maradt el a képzőfejlesztő foglalkozás, mozgatható bábun a képen látott alak megformálását készítették el, jól látható a képen az ügyes kéz munkája. Memóriánkat is megdolgoztattuk., kártyákat illesztettek össze, illetve élettelen és élő képeket párosítottak.

**Volt közös** programunk a klubtagokkal., jó hangulatban telt el.

# Szent Borbála

## BÉRES JÓZSEF BÉRES CSEPP

„Soha egyetlen embertársam életéről nem akartam , nem akarok, és nem is tudnék lemondani . Más a dolgom a világban”

- Ma Béres Józsefről és a Béres csepp keletkezéséről fogunk beszélni:
- Béres József életéről
- Hogyan és miért találta fel a Béres cseppet
- Milyen körülményes volt a szabadalma



## KÖTÖDÉS KIALAKÍTÁSA

- Maguk számára is fontos az egészség?
- Szeretnék megismerni Béres József történetét?

## RÁHANGOLÓDÁS

- Hogyan lesz egy agrármérnökből feltalálós, tudós ?
- Hogyan lehet egy készítmény ötven év után is ugyanolyan jelentős ,közismert ,mint a születése idején?

video

video



## KEZDETEK

- Kisvárdán született
- 13 évesen abbahagyja az iskolát és egy gyógyszerárban kezd el dolgozni
- Körzeti orvos kertjében kezdett el dolgozni
- Folytatta tanulmányait

## MUNKÁSÁGÁNAK KEZDETE

- Agrármérnöként kezdett el dolgozni ahol a növények vírusos megbetegedését tanulmányozta
- Talaj és növényanalízisre kérték fel
- Elkészített az állatokon majd az embereken kísérletezgetni



## BÉRES CSEPP KIALAKULÁSA

- A betegségek és a nyomelemek kapcsolatát vizsgálta
- Rákos megbetegedéseket vizsgálta ,testvérénél rákot diagnosztizáltak
- 1972-ben egy álom megvalósult



## BÉRES CSEPP SZABADALMA

- Kuruzslás miatt feljelentették
- Titokban segített az embereknek
- Az akkori Állam nem ismerte el
- 1978-tól Hivatalosan kaphatóak lettek a Cseppek
- Világhírűvé vált



# Szent Borbála

## A CSEPP CSALÁDI KEZEKBE JUTÁSA



- Herbáriától való vissza vásárlás
- Alapítvány (Törzskönyvesztet és)
- Részvény Társaság alakítása(1991)
- 1990 Az orvos Tudomány kezdti elismerni

## MINDEN JÓ, HA JÓ VÉGE

video

- 1993 óta a Cég a Béres Család kezében van
- 2000-ben Gyógyszerré minősítették
- 2013-ban felkerült a Hungarikumok listájára
- 2006-ban békésen távozott, gyermekei viszik tovább munkásságát



## ÖSSZEGZÉS

## VÉLEMÉNYKÉRÉS

- Mit gondolnak Béres Józsefről?
- Mi gondolnak a Béres-Csepről?
- A kitartásról?

## KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!

- Videó

