

Život v Harmonii

Časopis pre klientov a zamestnancov
zariadenia sociálnych služieb



Harmonia zariadenie sociálnych služieb, Strážske

Ročník 16 číslo 3/2023

Vydáva sa pre vnútornú potrebu

KSK KOŠICKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ

Obsah

Jeseň života	3
Súťaž v petangu	4 - 5
Výlet vláčikom	6 - 7
Športové dopoludnie v parku	8 - 9
Tancuj srdcom	10- 11
Blahoželáme jubilantom	12
Opustili nás	13
Virtuálna realita	14
Humenský jarmok	15
Priateľská návšteva	16
Odpustová slávnosť	17
Lumeňácky kotlík	18 - 19
Brekovský hrad	20 - 21
Pietny akt kladenia vencov a súťaž v aranžovaní kytíc	22
50. výročie založenia Lidwina Strážske	23
Oslavy v Harmonii	24 - 25
Pečieme dobroty	26 - 27
Redakčná rada	28

Jeseň života

Jozef Pacek: Jeseň života

Keď jeseň lístie sfarbí dozlata
a hmľisté ráno o jasný pohľad z okna ma pripraví,
keď šat svoj zhodí lipa košatá,
to leto horúce jeseň krásna i chladná nahradí.

Kolko už jarí, liet, jesení, zím
prežil som vo svete, čo stvoril Boh lásky a milosti,
tie roky života prežil som s Ním,
dnes vďačný som za všetko: za časy biedy i hojnosti.

Vrásky aj šediny zdobia mi tvár.
Života jeseň už stáva sa súčasťou môjho bytia...
I tú však prijímam sťa Boží dar,
veď Božie oči jak vtedy, i teraz viem, že ma vidia.

Iba o jedno v modlitbe žiadam:
Nezavrni ma v čase staroby, môj Pane, neopušť!
Tvoju len vôľu plním a hľadám,
za život čos' pozhnal, zaspievam chválospev zo svojich úst.

Súťaž v petangu

Dňa 11. 07. 2023 sa naši prijímatelia sociálnych služieb, zúčastnili na 4. ročníku petangovej súťaže. Športové podujatie bolo organizované DSS Domko Košice. Strávili svoj čas s priateľmi a nasmela pri tom chýbať zábava a chutné občerstvenie. Z obsadeného 3. miesta mali naši prijímatelia obrovskú radosť. Na ich tvárach zažiaril krásny úsmev z pekného umiestnenia. Tešíme sa na ďalší ročník petangovej súťaže a ďakujeme za krásne strávený deň. I.S.





Výlet vláčikom

V prázdninovom období, 25.07.2023 sme sa vybrali turistickým vláčikom spoznávať krásy Zemplínskej šíravy. Nastúpili sme na stanici v Strážskom, kde sme zdravili kývaním všetkých obyvateľov a tešili sa na zážitky, ktoré nás čakajú. Cestu sme si užívali sledovaním krajiny a vášnivými rozhovormi. Naša zastávka bola v stredu Lúč – Lodenica, kde sme pozorova-

li slovenské more a krásu prírody. Ako to už býva zvykom, navštívili sme aj reštauráciu, kde sme sa pohostili hranolkami, dobrou kávou a lahodným nápojom. Cesta späť bola zaujímavá, plná zážitkov a kladných emócií.

S.L.





Športové dopoludnie v parku



Dňa 13.07.2023 sme pre prijímateľov sociálnych služieb pripravili športové dopoludnie v parku, spojené s opekačkou. Účastníci akcie si zmerali svoju šikovnosť a vytrvalosť. Súťažiaci mali možnosť vybrať si z ponúknutých disciplín: kop do bránky,

slalom s lyžičkou, šikovné prsty, hod do basketbalového koša, petang a iné. Po absolvovaní disciplín si prijímatelia pochutili na opečených špekáčikoch a potom nasledovala diskotéka. Aj napriek búrke, ktorá nás na konci podujatia zastihla, bola akcia nesmierne vydarená.

S.L.





Tancuj srdcom

Už štvrtýkrát sa prijímatelia sociálnych služieb z dvanástich zariadení sociálnych služieb v zriaďovateľskej pôsobnosti Košického samosprávneho kraja stretli na tanečno-pohybovej súťaži pod názvom „TANCUJ SRD-COM“ s finančnou podporou MK SR. Súťaž sa konala dňa 22.9.2023

v Rožňave. Hlavným organizátorom súťaže bolo zariadenie JASANIMA - DSS Rožňava. Cieľom tejto kultúrnej akcie bolo podporiť rozvoj schopností a zručností prijímateľov sociálnych služieb v oblasti hybnosti a tiež prispieť k aktívnemu využitiu voľného času, rozvoju koordinácie pohybu v súlade s hudbou, jej tempom, rytmom, melódiou a dynamikou a pomôcť nadviazať nové priateľstvá. Všetci zúčastnení prijímatelia boli hneď víťazmi tejto súťaže, lebo pocity radosti a výnimočnosti, ktoré zapojili do svojich tanečných vystúpení, boli zo srdca. Aj naše zariadenie reprezentovali prijímatelia DSS p. Michaela a p. Alexander, ktorí predviedli



náročnú choreografiu a zmysuplné poďakovanie svojim tancom. Za nezabudnuteľný zážitok a nové priateľstvá ďakujeme všetkým, ktorí organizovali túto tanečno-pohybovú súťaž. A tešíme sa na ďalšiu spoluprácu. I.K.



Blahoželáme jubilantom

Júl

Vaňo Rudolf, Vašková Mária, Holejová Pavlína, Horňák Július, Saboslayová Ľubica, Polyák Zoltán, Perextová Anna, Tompošová Jana, Bratinková Anna

August

Ing. Kormaňoš Dušan, Gažiová Kristína, Wagnerová Marta, Harvan Milan, Bréda Július, Ferencová Anna, Pulko Jozef, Vaško Fratišek, Sorokáčová Bernardína

September

Šogan Róbert, Šmiga Anton, Prezbruchá Alžbeta, Sovičová Gabriela, Vartovníková Monika, Stanková Mária, Popovič Ján, Brezina František, Matová Alica



Navždy nás opustili

⇒ Anna Gajdoščíková

⇒ Anna Vilkovská



Virtuálna realita

Virtuálna realita je prostriedok na udržiavanie mentálnych funkcií a zdokonaľovanie alebo dokonca rozvíjanie motorických schopností, napríklad schopnosť udržiavať rovnováhu, či stabilizovať chôdzu. V zariadení Harmonia sme sa prvýkrát stretli s virtuálnou realitou dňa 10.08.2023, vďaka pracovníčke



projektu Vireas, ktorá predviedla používanie virtuálnej reality. Seniori si mohli vyskúšať virtuálne okuliare a presunúť sa na miesta, ktoré kedysi navštívili. Ponúkaním rôznych aktivít sa snažíme o skvalitnenie sociálnych služieb a sociálnej práce so seniormi. S.L.



Humenský jarmok



kvetmi, hračkami, no najviac sa nám páčila ulička remesiel, kde sa predstavi-

V dňoch 8. a 9. septembra 2023 sa konal v Humennom už XXXII. ročník jarmoku. Aj my sme sa ho s našimi prijímateľkami zúčastnili a zažili sme jeho atmosféru. Cestovali sme autobusovým spojom, kde si prijímateľky samé zakúpili cestovné lístky. V meste sme prešli všetky stánky, ktoré ponúkali rôzny sortiment s oblečením,

li remeselníci z celého Slovenska. Prialo nám aj počasie, bolo krásne slnečno, tak o to krajšie nakupovanie a prechádzka po humenskom námestí to bola. V čase obeda sme si pochutnali na pizzí a doplnili sme si aj pitný režim. Najviac nám chutila zmrzlina, ktorá nás príjemne ochladila. V poobedňajších

hodinách sme sa autobusom vrátili späť do zariadenia. Bol to krásne prežitý deň plný zážitkov.

L.P.



Priateľské stretnutie

Dňa 03.08.2023 sme prijali pozvanie od DSS Lidwina Strážske na spoločne strávené športové popoludnie pri hraní kolkov. V príjemnom prostredí a v dobrej nálade sme si zašportovali. Ďakujeme za pozvanie a príjemne strávené popoludnie. I.S.



Odpustová slávnosť



Tak, ako každý rok, aj tohto roku sa v našom zariadení Harmonia konala odpustová slávnosť k sviatku Narodenia

Panny Márie. Odpustovú slávnosť celebroidali gréckokatolícki páni farári spolu s rímskokatolíckymi. Odpust je príležitosťou k hlbšiemu obráteniu sa k Bohu, k načerpaniu duchovných síl, vyproseniu milostí, k prijatiu sviatosti zmierenia a Eucharistie.

J.K.



Lumeňácky kotlík

Už druhýkrát sme sa zúčastnili súťaže vo varení kotlíkového guláša

v zariadení Lu-
men Trebišov.
Nachystali sme
si potrebné su-
roviny a pripra-
vili všetko preto,
aby sme zabo-
dovali.



Všetci sme sa
tešili na príjem-
nú atmosféru.
Po úvodnom
privítaní sme sa
premiestnili na
svoje stanovište,
ktoré sme si vy-

losovali a rýchlo sme začali čistiť a krájať zeleninu, mäso a zakladať oheň. My sme si na prezentáciu nášho zariadenia Harmonia vytvorili retro stánok. Počas varenia guláša sme si pochutili na dobrej klobáse, zákusoch a kávičke. Atrakciou na podujatí bol mestský vláčik, ktorý nás previezol po nádhernom mestskom parku. Popoludní nás sprevádzala živá ľudová hudba, slniečko na nás pripekalo a blížil sa čas hodnotenia. Porota hodnotila nielen chuť guláša, ale aj priebeh varenia, imidž súťažiacich a servírovanie guláša. Celkom na záver bolo vyhodnotenie, kde sme získali 3. miesto. Spokojní a šťastní sme sa vrátili domov.

A.T.



Poznávací výlet - Brekovský hrad

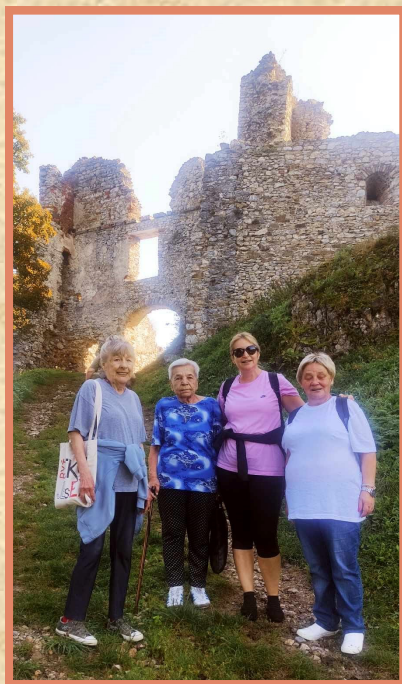
Zrúcanina hradu Brekov stojí na kopci pri ceste medzi mestami Humenné a Strážske. Hrad bol v roku 1963 vyhlásený za kultúrnu pamiatku. Od roku 2009 prebieha rekonštrukcia a záchrana



na hradu Občianskym združením na záchranu Brekovského hradu, ktoré je od roku 2009 členom záujmového združenia Zachráňme hrady. Dňa 26.9.2023 bol krásny jesenný a teplý deň a tak sme sa vybrali s prijímateľmi soc. služby na Brekovský hrad. Po náročnom výstupe a obhliadke hradu sme si pochutili na opečených špekáčikoch a cibuli. Tento výlet sa nám vydaril, spestrili sme si ho spevom a dobrou náladou. Tešíme sa opäť na budúce.

A.D.





Pietny akt kladenia vencov a súťaž vo viazaní kytíc

" Hrdinami sa nenarodíme, ale vždy sa nimi môžeme stať!"



Dňa 28.8.2023 sa pri príležitosti 79. výročia SNP konal pietny akt kladenia vencov k pamätníku J. Begéniho na námestí v Strážskom. Naši seniori sa zúčastnili súťaže vo viazaní kytíc, kde získali 3. miesto. Vytvorenú kyticu veno-

vali padlým vojakom. Spomienkový program bol spestrený aj krásnou poéziou, ktorú odrecitovala p. Grmolcová a spevácka skupina Rozmarín si uctila tento akt piesňami, ktoré venovali Slovenskému národnému povstaniu. V mene našich seniorov ďakujeme organizátorovi Mestu Strážske za pozvanie a tešíme sa na ďalšiu spoluprácu.

I .K.



50. výročie založenia DSS Lidwina

Prijali sme pozvanie na oslavy 50-tého výročia založenia Lidwina - DSS Strážske, kde sme spolu s priateľmi oslávili ich jubileum. Pobavil nás výborný program, ochutnali sme guláš a iné rôzne dobroty. V príjemnej atmosfére sme strávili krásny deň s priateľmi. Ďakujeme za pozvanie.



Oslavy v Harmonii

Každé výročie sa patrí osláviť, preto aj my v Harmonii sa snažíme prijímateľom vytvoriť rodinnú atmosféru a osláviť ich narodeniny či meniny. Našou snahou je zabezpečiť im kvalitný a plnohodnotný život, zohľadňujúc potreby jednotlivca.

Rodina je pre každého človeka základ, preto v spolupráci s rodinnými príslušníkmi vytvárame hodnoty, aké by mali doma. Oslavy spríjemnia chvíle v zariadení, zlepšia kvalitu života a zmysluplne vyplnia čas.

S.L.





Pečieme dobroty

V mesiaci júl sme si s prijímateľmi soc. služby v rámci krúžku pečenia a varenia urobili súťaž v pečení cuketového koláča, kde súperili medzi sebou dve družstvá: muži a ženy, kto napečie chutnejší koláč. V mesiaci august sme si pochutnali na sviežich zeleninových šalátoch, kde sme pri príprave použili domáce suroviny. Prijímatelia mali možnosť ochutnať rôzne druhy šalátov.

A.T.



Langoše

Vôňa, ktorej sa nedalo odolať, sa šírila v zariadení Harmonia pri pečení langošov. Všetci prijímatelia sa veľmi tešili a nemohli sa dočkať, kedy sa upečie ten ich. Ozdobili si ho ingredienciami podľa vlastného želania. Krúžok varenia a pečenia má neskutočný úspech, preto ho budeme aj naďalej prevádzkovať. S.L.



Na časopise **Život v Harmonii** sa podieľali:

Redakčná rada: Mgr. Lipovská Silvia, Mgr. Štofejová Mária

Zodpovedná: Mgr. Dzurjašková Viera

Nepredajné: pre vnútornú potrebu zariadenia

