

Život v Harmonii

Časopis pre klientov a zamestnancov
zariadenia sociálnych služieb



Harmonia zariadenie sociálnych služieb, Strážske

Ročník 14 číslo 3/2021

Vydáva sa pre vnútornú potrebu

Obsah

Neskorá jeseň	3
Návšteva v Hodkovciach	4-5
Pohybom k zdraviu	6
Nadácia SPP	7
Opekačka v parku	8-9
Oslavy v Hamonii	10-11
Blahoželáme jubilantom	12
Opustili nás	13
Tvorivé dielne s hlinou	14
Rodičovstvo	15
Blumiáda	16 -17
Kežmarok	18-19
Benefičný koncert "Opri sa o mňa"	20-21
Ako pracujeme	22-23
Redakčná rada	24

Neskorá jeseň



Po prstoch sa kradne dáždik tichý. Súka nebo tenké pradivá. Vyzlečená vetrom z dávnej pýchy, ošumela jeseň márnivá. Do kalúž jak vetchý popol leta zosypala listy hrdých krás. O päť vrškov hlavou podopretá, trpezlivo čaká na svoj čas. Hotová tú slávu chvíľou každou oželiť jak ľúbosť nevernú, chríplym hláskom padajúcich dažďov pesničku si

spieva večernú. A na lúke na zhorených trávach zahulákal kaviiek čierny zbor. Sedí hmla jak sliepka popolavá na krdliku učupených hôr. Mokrou dlaňou hladiac pusté brehy, z polospánku riečka hovorí: sniežik, príd'. A plný múdrej nehy zakry stud tej nahej pokory!

Milan Rúfus

Návšteva v Hodkovciach



Dňa 10. 7. 2021 sme prijali pozvanie a navštívili sme DSS Domovina n.o. v Žehre, časti Hodkovce, kde sa organizovalo podujatie „Beh Hodkovským parkom“. Bežcov sme podporili, prezreli sme si kaštieľ s milým a šikovným sprievodcom - prijímateľom sociálnej služby DSS Domovina n.o., pokochali sme sa krásami gotického parku za kaštieľom a nadchli sme sa roz-

manitosťou a veľkosťou celého areálu zariadenia. Prijímateľom nášho zariadenia sa asi najviac páčili zvieratká v kontaktnej ZOO, či kultúrny program, ktorý bol súčasťou celého podujatia.

DSS Domovina n.o. z celého srdca ďakujeme za pozvanie, super pohostenie, milý a priateľský prístup a nádhernú atmosféru. Celý deň bol pre nás všetkých nesmiernym zážitkom aj napriek dlhej a horúcej ceste.

Mgr. Štofejová Mária





Pohybom k zdraviu

Pohyb je neoddeliteľnou súčasťou celoživotnej starostlivosti o svoje zdravie a vytvára priestor pre uvedomenie si potreby súvisiacej so zdravým spôsobom života. V zariadení Harmonia pravidelne s prijímateľmi vykonávame pohybové aktivity, ktorých cieľom je zlepšovať pohybovú výkonnosť

klien-

tov. V letnom období sme aktivizovali klientov hlavne v exteriéri, preferovali sme pobyt na čerstvom vzduchu a na slnku. Pravidelne klienti navštevovali mestské kúpalisko, ihrisko so športovým náradím a náčiním, kde si precvičili svaly pod odborným dohľadom fyzioterapeutky.

Mgr. Lipovská S.



Nadácia SPP opäť pomáhala v Harmonii

Jedným z partnerov ZSS Harmonia je aj Nadácia SPP, ktorá pravidelne, každoročne podporuje želania a potreby našich prijímateľov sociálnych služieb. Opäť sme sa v máji zapojili do nadačnej výzvy OPORA 2021 a predložili sme dva projekty pre prijímateľky sociálnej služby DSS a ZpS. Úspešný bol iba jeden, za ktorý sme aj tak veľmi vďační. Prostredníctvom neho sme mohli p. Alžbete, našej seniorke, pomôcť naplňať jej lásku k rastlinkám. Zo získaných prostriedkov 400,- € sme zakúpili mobilnú záhradku a rôzne druhy bylín a kvetín. Uvedená mobilná záhradka pomôže pestovať bylinky pre zdravie a chuť, okrasné kvetinky pre potešenie očí a duše a hlavne pomôže pestovať a rozvíjať lásku k rastlinám nielen p. Alžbete, ktorá už má tiež určité pohybové obmedzenie, ale aj iným imobilným prijímateľom. Veď koľko bolo záujemcov pri samotnej výsadbe... Každý chcel nejako pomôcť.



Veríme, že mobilná záhradka bude naplňať potreby byť nápo-mocný aj tým, ktorým to zdravotný stav ináč neumožňuje a bude dlho okrasou nášho malého areálu za budovou zariadenia. Nadácii SPP zo srdca Ďakujeme!!!

Mgr. Štofejová Mária

Opekačka v parku

V mesiaci júl sa nám opäť po dlhej dobe karantény podarilo zorganizovať pre prijímateľov sociálnych služieb zariadenia Harmonia jednu z ich najobľúbenejších akcií – opekačku v mestskom parku v Strážskom. Prijímatelia sa nesmierne

tešili pobytu v prírode, športovým aktivitám, zábave a samotnej opekačke. Okolitá príroda, spoločné stretnutie a pobyt mimo areálu zariadenia pôsobili blahodarne na všetkých zúčastnených a už teraz sa tešia na ďalšiu takúto akciu.

Mgr. Štofejová Mária





Oslavy v zariadení

V letnom období je v kalendári veľa krásnych mien, ktorých nositeľmi sú aj naši klienti v zariadení. Najviac senioriek je s nádherným menom Mária, potom Helena, Anna a mnohé iné. Tieto mená sme spoločne oslávili. Oslávenkyniam sme zablahoželali a posedeli v príjemnom prostredí, pripravenom na oslavu. Pohostili sme sa, zaspievali a zatancovali. Neoslavovali sme iba meninové sviatky, ale aj narodeniny. Krásne okrúhle životné jubileum 80. rokov oslávila v septembri aj naša seniorka pani Mária, pekného jubilea sa dožil i p. Róbert, p. Július, ale aj p. Pavol. Pozvaní hostia popriali oslávencom všetko najlepšie, hlavne pevné zdravie a zaspievali im „Mnohaja Lita“. Nechýbala domáca čokoládová torta so sviečkami



a tak si mohli oslávenci pri sfúknutí sviečok zaželať svoje pranie. Aj takýmto spôsobom sa snažíme našim klientom spríjemniť ich životné udalosti.

Lenka Pirníková



Blahoželáme jubilantom

Júl

Vaňo Rudolf, Horňák Július, Saboslayová Ľubica,
Polyák Zoltán, Slepčík František, Daňo Jozef,
Tompošová Jana



August

Ing. Kormaňoš Dušan, Wagnerová Marta,
Čecková Agnesa, Horváthová Margita, Harvan
Milan, Bréda Július, Ferencová Anna, Pulko Jozef, Ing. Dlugoš Ľubomír

September

Tomovčík Peter, Šogan Róbert, Prezbruchá Alžbeta, Mlynarčík Pavol,
Sovičová Gabriela, Vartovníková Monika, Stanková Mária, Mandela
Michal, Popovič Ján, Brezina František, Anna Vilkovská

Pristáhovali sa k nám:

Štefan Junák, Mária Uitzová, Mária
Dryjová, Štefan Dzura, Jozefína
Vasilčíková, František Slepčík, Boris Čabák,
Mária Džobáková, Helena Lučkaničová,
Zbynek Frankovič, Jozef Kolcun

Odišiel: Michal Čajka



Opustili nás

- ⇒ Štefan Junák
- ⇒ Jozefína Vasilčíková
- ⇒ Gustáv Skuz
- ⇒ Boris Čabák



Tvorivé dielne s hlinou

Ľudové remeslá sprevádzajú ľudstvo od pradávna.

Ich výsledkom sú produkty, s ktorými sa v súčasnosti stretávame prevažne v múzeách, na výstavách, v predajniach s ponukou tradičnej umeleckej výroby, na trhoch a jarmokoch. Aby ľudové remeslá nezostali v zabudnutí, tak aj naši prijímatelia sociálnej služby sa v mesiaci september zapojili do keramického workshopu pre seniorov, kde si za asistencie lektorov vytvorili z keramickej hliny výrobok – svietnik. Pri tvorbe si



keramické krčahy, taniere, misy a iné

veci, ktoré

využívali

vo svojej domácnosti.

Bc. I. Sabová



Rodičovstvo

Rodičovstvo je najťažšie povolanie, ktoré sa nedá vyštudovať.

Táto veta nie je iba taká obyčajná fráza, ale má svoje opodstatnenie. Je to jedna z najnáročnejších a najzodpovednejších úloh v živote človeka. V rámci aktivizačných činností, ktoré pravidelne pripravujeme pre našich seniorov v zariadení Harmonia, sme sa snažili vyvolať spomienky na ich rodičovstvo a výchovu, na to, ako kedysi vychovávali deti oni, načo najradšej spomínajú. Krásnymi a humornými príhodami sa tak mohli vrátiť do čias, ktoré ostali v ich pamäti. Pozornosť sme venovali rodinným fotkám. Ochutnávkou detskej krupice sme ukončili príjemné strávené dopoludnie v našom zariadení.

L. Pirníková



Blumiáda 2021

Medzinárodný 10. ročník Blumiády otvoril svoje brány v prostredí športovo – rekreačného strediska Jahodná v Košiciach 20. júla 2021 pre zariadenia sociálnych služieb z celého Slovenska, Čiech i Maďarska. Športové podujatie pre zdravotne znevýhodnených ľudí, ktoré organizuje zariadenie DOMKO - DSS pod záštitou Košického samosprávneho kraja, patrí už tradične medzi výnimočné podujatia. Krásne prostredie, množstvo súťažných disciplín, bohatý sprievodný program. To



všetko bolo aj tento rok súčasťou desiateho ročníka podujatia Blumiáda, na ktorej sa zúčastnili tiež prijímatelia sociálnych služieb zariadenia HARMONIA. Skvelú príležitosť vzájomne si zasúťažiť, vybláznit sa na diskotéke a karnevale, zajazdiť si na koni, okúpať sa v bazéne, oddýchnuť v saune, navštíviť bábkové predstavenie, podčiarkla príležitosť spoznať množstvo nových ľudí a nájsť si kamarátov. Súťaživosť a športový duch prijímateľov Harmonie sa odzrkadlil na množstve diplomov, ktoré sme si z Blumiády hrdo priniesli. Išlo však hlavne o zábavu a byť spolu po náročnom pandemickom roku. DOMKU zo srdca ďakujeme za pozvanie a pevne veríme v ďalšie spoločné aktivity a budovanie dobrých vzťahov.

Mgr. D. Janoková



Kežmarok

20.8.2021 bolo v našom zariadení rušné ráno. Už zavčasu prijímatelia vstávali na raňajky, pretože nás čakal výlet do Kežmarku pohodlným autobusom. Cesta bola plynulá, bezproblémová a prijímatelia spokojní.



Do cieľa cesty sme došli v predstihu a preto bol čas na malé občerstvenie z našej kuchyne. Zámok v Kežmarku bol veľmi pekný, zanechal nám všetkým krásne prežitia. Rezovali v nás stále myšlienky na históriu, na minulosť. Pomaly sme sa mestom presúvali na obed a s niektorými klientami sme sa dlho rozprávali o živote na zámku v minulosti. Mesto nám ponúklo krásnu architektúru domov, ktorá ladila so zámkom. Pri chutnom obede si klienti trochu oddýchli, občerstvili sa chutnou limonádou. Zavŕšením spoločného obeda bola zmrzlina, ktorú si každý klient vybral zo širokej ponuky sám. Z Kežmarku sme vyrazili ešte kúsok za mesto, kde nás na ranči očakávali pripravené kone na jazdu. A veruže bol o ne veľký záujem. Kone si užili aj nesmelí klienti, či personál, ktorí prekonal vlastný strach a mali z toho napokon veľkú radosť. Na ranči sme mali možnosť vidieť domáce zvieratá, ktoré niektorí klienti videli po prvý krát na živote. Ešte olovrant a nastal čas vyraziť domov. Klienti boli spokojní a plní zážitkov.

B. Ilčíšinová



Benefičný koncert "Opri sa o mňa"



Dňa 05.09.2021 sme boli pozvaní na 10. ročník benefičného koncertu pre osoby s mentálnym postihnutím "Opri sa o mňa".

Organizátorom podujatia bolo Občianske združenie Milana Štefánika v Prešove, ktorým srdečne ďakujeme za pozvanie, pohostenie, skvelú a tvorivú atmosféru. Lukáš Adamec, Gladiátor, Kandráčovci a moderátor Richard Vráblec, im patrí veľká vďaka za krásny program. Tešíme sa na ďalšie spoločné stretnutia.

A. Danková





Ako pracujeme

ZSS Harmonia je od r. 2021 súčasťou národného projektu „Deinštitucionalizácia zariadení sociálnych služieb – Podpora transformačných tímov“. Jeho podstatou je príprava prijímateľov sociálnych služieb a zamestnancov do komunitného prostredia nielen prostredníctvom vzdelávania, ale aj samotnou praktickou prípravou a nácvikmi.

Jedným z úspešných krokov je zamestnávanie prijímateľov sociálnej služby DSS. S týmto nástrojom už pracujeme v zariadení Harmonia v podstate od r. 2012. Odvtedy sme zamestnali spolu šiestich prijímateľov formou absolventskej praxe, dobrovoľníckej praxe alebo aktivačných činností, vykonávaných formou menších obecných služieb. Mnohí z týchto prijímateľov už nie sú v našom zariadení, ale našou snahou je podnecovať stále ďalších prijímateľov k týmto krokom, čo sa nám aj pomaly darí.

1.7.2021 ÚPSVaR Michalovce uzavrel dohodu so zariadením sociálnych služieb Harmonia ako organizátorom aktivačnej činnosti formou dobrovoľníckej činnosti, v rámci ktorej zariadenie zamestnalo jednu prijímateľku sociálnej služby DSS Michaelu, ako pomocnú silu v kuchyni. Miška si prácu veľmi chváli a cíti sa nesmierne hrdá. Jej dlhodobá túžba pomáhať v zariadení a zároveň si privyrobiť nejaké peniaze k svojmu veľmi nízkemu príjmu, sa jej splnila.

Od 1.8.2021 pracuje ako pomocná sila na vrátnici p. František, prijímateľ sociálnej služby DSS, taktiež formou dobrovoľníckej činnosti. S prácou je spokojný, podporuje jeho sebavedomie, pocit užitočnosti a vyplní vhodne jeho voľný čas. Prostredníctvom nácvikov zvládol základné potrebné úkony od vybavovania telefonických hovorov, návštev, cez komunikáciu s ľuďmi.

Vladimír, prijímateľ sociálnej služby DSS už od r. 2012 opakovane vykonával v ZSS Harmonia absolventskú a dobrovoľnícku prax, neskôr aj aktívne činnosti. Rokmi nácvikov a individuálnej práce sme s Vladimírom dosiahli množstvo drobných úspechov. Dokáže už úplne samostatne cestovať hromadnou dopravou, komunikovať s úradom práce, keďže je vedený v evidencii uchádzačov o zamestnanie a absolvoval úspešne opatrovateľský kurz. V zariadení Harmonia vykonával rôzne činnosti – pomocného údržbára, pomocného opatrovateľa, vrátnika, či upratovacie práce v interiéri, ale aj v okolí budovy a záhrade zariadenia. Momentálne od 1.8.2021 v rámci dohody medzi ÚPSVaR Michalovce a Mestom Strážske vykonáva aktívne činnosti formou menších obecných služieb priamo v meste Strážske.

Naším cieľom je postupne učiť prijímateľov sociálnej služby DSS podľa ich možností a schopností základným pracovným zručnostiam a návykom nielen v rámci aktivizačných činností v zariadení, ale možno aj mimo neho.

Mgr. Štofejová Mária



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

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

Zodpovedná: Mgr. Dzurjašková Viera

Nepredajné: pre vnútornú potrebu zariadenia