



Život v Harmonii



Časopis pre klientov a zamestnancov
zariadenia sociálnych služieb



Harmonia zariadenie sociálnych služieb, Strážske

Ročník 13 číslo 4/2020

Vydáva sa pre vnútornú potrebu



Obsah

Novoročné pranie	3
Úcta k starším	4 - 5
Vedomostný kvíz	6
Krúžok aranžovania	7
Koľko lásky	8–9
Blahoželáme jubilantom	10
Opustili nás	11
Vianočné prípravy	12
Vianočný čas	13
Mikuláš prišiel k nám	14
Geografický krúžok	15
Vianočný zázrak	16-17
Vianočná pošta	18
Čo nás čaká v nasledujúcom štvrtroku	19
Redakčná rada	20



*Nech nový rok splní vaše tajné prania,
nech anjeli vaše cesty chránia.
A problémy nech sa z Vás strasú,
nech stále nájdete tú správnu trasu.
Šťastlivý nový rok 2021 zo srdca praje kolektív
zamestnancov zariadenia*

Harmonia



Október – MESIAC ÚCTY K STARŠÍM



„Staroba sa nás týka. Je prirodzenou súčasťou nášho života.“

Každoročne v mesiaci október si chceme uctiť našich seniorov, ale vzhľadom na epidemiologické opatrenia sa nám všetkým spoločne nepodarilo stretnúť. A preto si Košický samosprávny kraj v zastúpení pána Ing. Trnku pripravil hudobno-dramatický program pre našich prijímateľov sociálnych služieb. Program bol veľmi zaujímavý, ale odlišný, ako po iné roky, nakoľko ho mohli sledovať iba cez okno v interiéri zariadenia. Seniori boli potešení, že si na nich v tejto ťažkej chvíli spomenuli a spríjemnili im chvíle strávené v zariadení. Veľké poďakovanie patrí všetkým účinkujúcim a organizátorom podujatia. Potešili ich aj darčeky na pamiatku.

Bc. Ivana Kolibabová





Vedomostný kvíz

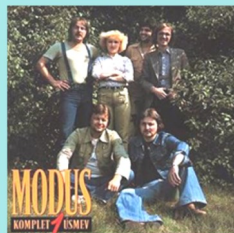
Naše mladé časy

„Otázky a texty na plátne bežia, vydolujte vedomosti, čo v pamäti ležia“

V našom zariadení organizujeme pre seniorov mnohé aktivity, ktoré sú zamerané na posilnenie ich pamäti a vitality. Veľkej obľube sa v poslednej dobe tešia vedomostné kvízy. Dňa 09. 10. 2020 si opäť medzi sebou zmerali svoje vedomosti a spríjemnili si dopoludnie. V zábavno-vedomostnom duchu sa nieslo podujatie „Naše mladé časy“. Jednotlivé otázky sa týkali známych spevákov, speváčok, hercov a herečiek, hudobných skupín a filmov z 80-tych rokov. Všetci súťažiaci boli spokojní so svojimi výkonmi a s úsmevom na tvárach sa vracali do svojich izieb. I takéto spoločné podujatia utužujú priateľské vzťahy medzi klientmi a prispievajú ku skvalitňovaniu života seniorov a tým i sociálnych služieb v zariadení.



Bc. Ivana Kolibábová



Krúžok aranžovania



Prijímatelia v zariadení majú okrem činností v aktivizačných miestnostiach možnosť navštevovať aj rôzne krúžky. Krúžok aranžovania,

krúžok varenia a pečenia, počítačový a pohybový krúžok. Kreatívne činnosti majú prijímatelia veľmi radi a vytvárajú tam rôzne aktivity, podľa aktuálnych tém a období. Jednou z činností, ktorá prijímate-



ľov veľmi zaujala, bola výroba denníčka. Každý prijímateľ dostal zápisník a kreatívny materiál, ktorým si denníček vyzdobil podľa vlastnej fantázie.



Denník si prijímatelia vzali na izbu a zapisovali tam svoje pocity, či želania a stal sa ich blízkym kamarátom.

Beáta Ilčišinová



Koľko lásky



Koľko lásky sa zmestí do krabice od topánok je nádherný projekt, do ktorého sa zariadenie Harmonia zapojilo už druhý rok. Je obdivuhodné, že v týchto ťažkých časoch sa našlo mnoho ľudí, ktorí otvorili srdcia v tomto predvianočnom období, venovali svoj čas, energiu a lásku do pripravovania krabičiek a vyberania drobností. Krabičky plné lásky, adresované prijímateľom, vyčarili veľkú radosť a šťastný úsmev na tvári.



V zariadení Harmonia je mnoho ľudí bez rodiny, ktorí nikdy nepocítili lásku domova, čaro Vianoc, ale aj s pomocou tohto krásneho projektu a veľkou snahou personálu zažívajú v našom zariadení krásne Vianoce, aké nikdy nezažili.

Mgr. Lipovská Silvia





Blahoželáme jubilantom

Október: Bari Peter, Hoľák Marián, Tomek Štefan, Drugda Eduard, Ihnát Michal, Deák Ladislav

November: Gaži Viliam, Maťaš Vladimír, Volincová Mária, Kriegerová Helena, Magyarová Mária, Nemčík Albert, Demčák Jakub, Horváth Viliam, Legemza Andrej, Kešeľ Alexander, Terifaj Ján, Holečko Štefan

December: Gonda Vladimír, Kubizniaková Dana, Jutka Tomáš, Lukáč Peter, Ondovčinová Terézia, Mašlárová Michaela,

Priťahovali sa k nám:

Daňo Jozef

Ing. Holečko Štefan



Opustili nás

Život je pre živých. Smrť je pre mŕtvych. Nech je život ako hudba. A smrť ako nevyslovená poznámka.“ — Langston Hughes

Peter Dorica

Alžbeta Dudášová

Viliam Gaži

Ján Grigel

Milan Fritz

Demián Karčák

Pavel Lechman

Oľga Macejková

Anna Manová

Ing. Andrej Micík

Mária Mižáková

Andrej Mráz

Vincent Papuga

Pavol Slabej

Anna Tomovčíková

Peter Rimár

Milan Vaško





Vianočné prípravy



Vianoce sú najkrajším sviatkom v roku, sú veľkou príležitosťou na radosť a potešenie na nasávanie tej nádhernej a magickej atmosféry.

Aj v zariadení Harmonia sa prijímatelia sociálnych služieb tešili na Vianoce, na čas pokoja, lásky a porozumenia. Pomáhali pri príprave vianočného stromčeka, vyrábali si vianočné ozdoby a tešili sa na blížiacu sa sviatky.





Vianočný čas



Na Vianoce je všetko krásne,
v srdciach ľudí zastal čas.
Vianočná sviečka nevyhasne
kým bude láska v každom
z nás.



Vianočná sviečka nevyhasne na adventnom venci, pokiaľ si budeme prejavovať úctu a dôstojnosť, ktoré by mali vládnuť v tomto období v medziľudských vzťahoch viac ako počas bežného roka. Vianoce nie sú len o darčekom a stole plnom jedla. Sú to sviatky radosti, pokoja, lásky, obdarovania a je to čas požehnaný a vždy niečím jedinečný, výnimočný a neopakovateľný. V tomto čarovnom období nás prekvapili žiaci 1.A triedy bilingválneho Gymnázia sv. Edity Steinovej v Košiciach, ktorí si spolu so svojou triednou učiteľkou Mgr. K. Kapitánovou, pripravili darčeky plné lásky a prekvapení a potešili milými slovami našich prijímateľov sociálnych služieb. Za ich modlitby a krásne darčeky im z celého srdca ďakujeme a prajeme v Novom roku veľa študijných úspechov.

Bc. Ivana Sabová



Mikuláš prišiel k nám

Aj tohto roku nás Mikuláš potešil svojou prítomnosťou a ešte viac darčekom, ktoré rozdával všetkým prijímateľom sociálnych služieb zariadenia. Mikuláš priniesol do domova nielen balíčky, ale najmä krásnu predvianočnú atmosféru. Prijímateľia sociálnych služieb sa na Mikuláša veľmi tešili a pripravili si pre neho básničky a vinše.

Balíček od samotného Mikuláša vyčaril radosť na tvárach a rozžiaril očka šťastím. Nálada bola skvelá a takou bude nepochybne opäť aj o rok.

Mgr. Lipovská Silvia



Geografický krúžok

Prijímatelia sociálnej služby v rámci ponuky záujmovej činnosti majú možnosť navštevovať v zariadení geografický krúžok. Náplňou tohto krúžku je priblížiť prijímateľom sociálnej služby pomocou knižných publikácií a sledovaním dokumentárnych a cestopisných filmov zákutia nielen nášho krásneho Slovenska, ale aj iných štátov v našom susedstve, či ďaleko vo svete. Zameriavame sa na rôzne tradície, odlišnosti kultú-



ry, kultúrne pamiatky, faunu a flóru. Prijímatelia sa na aktivitu vždy tešia, vymieňajú si svoje poznatky a skúsenosti a zároveň s nadšením získavajú nové informácie.

Alena Danková



Vianočný zázrak

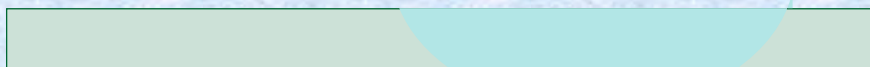


Zariadenie sociálnych služieb Harmonia sa už po druhýkrát zapojilo do úžasného projektu **Vianočný zázrak**, ktorého cieľom je vianočné obdarovanie osamelých seniorov a klientov v zariadeniach sociálnych služieb. Motiváciou organizátorov pre založenie projektu bolo sprostredkovanie radosti starším ľuďom, na ktorých sa zabúda, sú častokrát opustení a Vianoce sú pre nich skôr traumatickým ako radostným časom. Na základe krátkej zverejnenej prezentácie túžob a želaní našich osamelých seniorov a klientov sa ozvali ľudia s veľkým srdcom, ktorí klientom menovite pos-

lali ich vysnívané darčeky. Obrovské prekvapenie, nevyslovené šťastie a slzy dojatia, ktoré sa zračili na ich tvárach pri rozbaľovaní darčiekov, boli odmenou všetkým dobrým ľuďom, ktorí v časoch vianočných nemyslia iba na seba a svojich blízkych, ale nahradia prázdne miesto v osamelých srdciach. Všetky darované veci, ale hlavne pocit, že niekto na nich myslí a chce ich obdarovať, vykúzlili vianočnú atmosféru aj pre našich klientov, obzvlášť v tak ťažkých karanténnych časoch.

Mgr. Štofejová Mária







Vianočná pošta

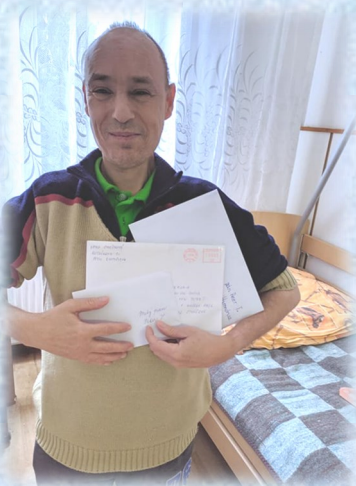


Vianoce sú pre ľudí v domove sociálnych služieb a v zariadení pre seniorov plné očakávaní. Väčšina z nich ostáva na vianoce v zariadení, preto sa snažíme prostredníctvom nádhornej výzdoby, vône z ihličia a aj prostredníctvom projektov spríjemniť im sviatky. Projekt **Vianočná pošta** sa stal v zariadení Harmonia už tradíciou a v týchto ťažkých časoch sociálnej izolácie priniesol kúsok šťastia a spríjemnenie života v zariadení. Nádherné vianočné pohľadnice,

poniektoré vlastnoručne vyrobené, priblížili vianočný čas ľuďom bez rodiny a ich prania a milé slová vyčarili úsmev a niekedy i slzy šťastia. Ľudia v zariadeniach nepotrebujú množstvo darov, ale potre-

bujú lásku, porozumenie a pocit, že ich má niekto rád, že na nich niekto myslí. Tieto maličkosti nás inšpirujú, o čom skutočne Vianoce majú byť. O láske, podpore a pomoci druhým, ľuďom, ktorí nie sú tak šťastní ako my. Dojíma ma vidieť prijímateľov, ktorí si neustále prezierajú pohľadnice a na noc ich uložia pod vankúš a snívajú o ľuďoch, ktorí im venovali kúsok šťastia. Ďakujeme všetkým, ktorí sa zapojili do tohto projektu a potešili ľudí v zariadení.

Mgr. Lipovská Silvia



Čo nás čaká v nasledujúcom štvrťroku: január– marec 2021

Január: voľnočasové aktivity - premietanie videofilmov, muzikoterapia, spoločenské hry

- kultúrna činnosť, vychádzky do zimnej prírody
- pravidelné rozcvičky pod vedením fyzioterapeuta
- Snoezelen – využitie multisenzoricko - relaxačnej miestnosti
- záujmová činnosť (čitateľský, počítačový, krúžok spoločenských hier, krúžok varenia a pečenia, spevácky, paličkovania, tréning pamäti

Február: Fašiangová zábava – príprava masiek, karneval

- voľnočasové aktivity – kreatívne činnosti, relax. terapie, spoločenské hry
- Valentínska oslava, estetizácia interiéru zariadenia
- dramaterapia—nácvik divadelného predstavenia
- pravidelné rozcvičky pod vedením fyzioterapeuta
- pravidelné bohoslužby (3 – krát týždenne)
- poznávací výlet s prijímateľmi sociálnej služby, vychádzky do prírody
- krúžková činnosť

Marec: MDŽ – výroba darčiekov pre ženy, posedenie a kultúrny program

- „Deň s Andersenom“ v spolupráci s mestskou knižnicou v Strážskom
- mesiac knihy – posedenie v knižnici, beseda, biblioterapia
- voľnočasové aktivity - predčítanie literatúry, spoločenské hry, muzikoterapia
- športové aktivity
- pravidelné bohoslužby
- kultúrna činnosť, premietanie videofilmov
- konzultačné stretnutia s príbuznými prijímateľov sociálnej služby
- vedomostná súťaž pre prijímateľov sociálnych služieb
- dramaterapia - nácvik programu na festival dramatickej tvorivosti Most úsmevov
- tvorivé dielne v CVČ Dúha
- pravidelné rozcvičky s fyzioterapeutom

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

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

Zodpovedná: Mgr. Dzurjašková Viera

Nepredajné: pre vnútornú potrebu zariadenia

