

Život v Harmonii

Časopis pre klientov a zamestnancov
zariadenia sociálnych služieb



Harmonia zariadenie sociálnych služieb, Strážske

Ročník 13, číslo 3/2020

Vydáva sa pre vnútornú potrebu

Obsah

Jesenná láska	3
Športom k zdraviu	4-5
Harmonia spieva	6-7
Vek je len číslo	8-9
Oslavy menín v Hamonii	10-11
Blahoželáme jubilantom	12
Opustili nás	13
Voňavé dobroty	14
Zasmejme sa	15
Udržiavame kontakty	16
Overte si svoje vedomosti	17
Počítačový krúžok	18
Čo nás čaká v nasledujúcom štvrtroku	19
Redakčná rada	20

Jesenná láska



Láska je strašne bohatá, láska, tá všetko sľúbi,
no ten čo ľúbil, sklamal sa a ten, čo sklamal, ľúbi.
Prach dlhých smutných letných dní na staré lístie padá,
poznala príliš neskoro ako ho mala rada.
Tak každoročne v jeseni svetlá sa tratia z duše
a človek, koník túlavý od srdca k srdcu kluše.
Pre každé chce zomierať, žiť nechce pre nijaké,
chcel by mať jedno pre seba, je mu jedno aké.
Možno, že iba obrázok, možno tónu iba.

No pred cieľom sa zastaví. Komu zas srdce chýba?

Zo všetkých mojich obrázkov
mámivý ošial stúpa.

Bola to láska? Sklamanie?

Aj láska bola hlúpa,
že chcela všetko naraz mať
a všetko naraz stráca.

Koľko ráz v noci májovej
hľadeli do mesiaca.

No máj im málo šťastia dal
a krátke bolo leto,
len jeseň, tá vie o všetkom
a jeseň nepovie to.

Šla zima dolu údolím a niesla odkaz máju.

Túžieval, čakal, dočkal sa. Odišla. Nepozná ju.

Láska je strašne bohatá, láska, tá všetko sľúbi,
no ten čo ľúbil, sklamal sa a ten, čo sklamal, ľúbi.

Prach dlhých smutných letných dní na staré lístie padá,
poznala príliš neskoro ako ho mala rada.

Miroslav Válek



Športom k zdraviu

Hry v exteriéri



Hod do plechoviek

Strel'ba z luku





Slalom pomedzi kužele



Stolný tenis



Harmonia spieva



Dňa 4. 9. 2020 bolo v záhrade zariadenia Harmonia veľmi veselo a spevavo. Prijímateľov sociálnych služieb vylákali vonku nielen teplé slnečné lúče, ale aj veselé tóny melódie. Pripravili sme si pre nich súťaž v spievaní. Záujem o spev bol veľký, spievajúcich bolo dosť. Súťažilo sa v dvoch kolách,

prvé bolo vyradovacie. Spestrením súťaže bolo spievanie do mikrofónu, ktoré všetkých účinkujúcich veľmi zaujalo a pridalo na vážnosti súťaže. Prijímatelia si vybrali piesne k prezentácii sami, pridali sa aj seniori a zasúťažili si. Pekný výkon podali všetci zúčastnení, ale traja najlepší boli odmenení veľkým potleskom a sladkou odmenou. Vo výbornej atmosfére, sprevádzanej teplým slnkom a krásnymi zážitkami sme sa rozlúčili s letom. Súťaž „Harmonia spieva“ sa každému veľmi páčila, dohodli sme sa, že si to čoskoro zopakujeme.

B. Ilčíšinová





Vek je len číslo



Na veku nezáleží, a že vek je len číslo, o tom sme sa presvedčili aj my. V našom zariadení sociálnych služieb sme zorganizovali počas leta niekoľko športových podujatí, na ktorých sa zúčastnili prijímatelia sociálnych služieb od tých najmladších až po tých v zrelom veku. Všetci ukázali, že majú veľkú chuť zapájať sa do rôznych športových disciplín, a že vek v ich prípade nie je žiadna prekážka. Športové dopoludnia sme si spríjemnili spevom, malým pohostením a opekaním. Tieto športové podujatia sa tešia veľkému úspechu. Naplňajú našich prijímateľov radosťou z účasti, nadobúdajú tak pokoj a pohodu.

Bc. Sabová Ivana





Oslavy menín v zariadení



Žena s menom Helena je prehnane jemná a citlivá. Všetko si príliš pripúšťa, je romantická, miluje poéziu, krásu, eleganciu. Ona sa narodila na to, aby bola milovaná a rozmaznávaná. 18. augusta je v kalendári krásne meno Helena. Aj v našom zariadení je veľa senioriek s takým krásnym menom. Pri tejto príležitosti sme sa spolu stretli v spoločenskej miestnosti, kde sme naším oslávenkyniam zablahoželali a potešili ich kytičkou hortenzií. Zaspievali sme si zopár ľudových piesní a ponúkli sa malým pohostením. Aj takouto oslavou sme si spríjemnili naše chvíle v zariadení.

Lenka Pirníková



Mária „milovaná bohom“

September je bohatý na krásne mená, a meno Mária nie je toho výnimkou. Mária má meniny 12. septembra a preto sme si pripravili príjemné posedenie s našimi seniorkami. Oslávenkyniam sme zablahoželali a zaspievali ich obľúbené piesne. Pri dobrej káve a sladkom pudingu sme si posedeli, porozprávali sa a spríjemnili si dopoludnie v zariadení.

Bc. Ivana Kolibábová



Blahoželáme jubilantom

Júl

Vaňo Rudolf, Horňák Július, Saboslayová Ľubica,
Polyák Zoltán, Mráz Andrej, Tompošová Jana



August

Kormanoš Dušan, Ing., Wagnerová Marta, Čečková Agnesa, Horváthová Margita, Harvan Milan, Bréda Július, Ferencová Anna, Pulko Jozef, Tkáčová Helena

September

Tomovčík Peter, Mižáková Mária, Macejková Oľga, Šogan Róbert, Prezbruchá Alžbeta, Mlynarčík Pavol, Sovičová Gabriela, Vartovníková Monika, Karčák Demian, Vaško Milan, Stanková Mária, Mandela Michal, Popovič Ján, Papaga Vincent, Brezina František

Pristáhovali sa k nám:

Brodyová Anna

Fal Ján

Korený Štefan

Manová Anna

Ing. Micík Andrej

Popovič Ján



Opustili nás

Každý z nás musí niečo stratiť
a niečoho sa vzdať,
je lepšie sa nevrátiť
a len spomínať.

J. Seifert

Čopová Jana

Mrázová Zuzana

Sčerba Ladislav

Uramová Hrišová Anna



Voňavé dobroty

Aj v letných mesiacoch sme na krúžku varenia a pečenia venovali kulinárskemu umeniu, kde sme s láskou pripravovali dobroty. Voňavé koláče rozvoniávali po celom zariadení a ich vôňa evokovala vôňu domova. Prijímatelia radi navšte-



vujú tento krúžok, kde sa učia dodržiavať zásady bezpečnosti pri práci, hygienické zásady, udržiavanie čistoty a poriadku, používanie spotrebičov a kuchynského zariadenia. Cieľom krúžku varenia a pečenia je naučiť prijímateľov sociálnej služby postupy a pravidlá pri príprave jednotlivých pokrmov, zásady prípravy teplých a studených jedál. Každá úspešná činnosť ich motivuje, cítia sa byť užitoční, sebestační, čím získavajú väčšiu samostatnosť a utvárajú sociálne kontakty.

Mgr. Lipovská Silvia



Zasmejme sa

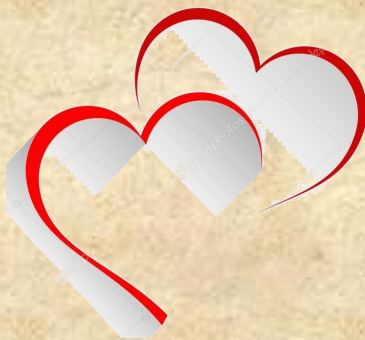


- ⇒ Traja lordi sa v klube rozprávajú o poslednom víkende. Lord Charles hovorí:
"Ja som strávil celý víkend vo svojom letnom sídle s tromi sestrami."
"Ach, to musela byť nuda." ľutujú ho priatelia.
"Ani by som nepovedal. To neboli moje sestry." upresnil lord Charles.
- ⇒ Dedko sa pýta vnuka:
- Chceš nejakú peknú knižku?
Vnuk odpovedá:
- Áno, chcem peknú šekovú knižku
- ⇒ Janko príde domov zo školy a hovorí svojej mame:
- Mami, predstav si, dostal som jednotku.
- Vážne?
- Nie, iba si to predstav!
- ⇒ Deti sa hádajú po vyučovaní na školskom dvore:
- Môžeš sa hanbiť! Tvoja mama je učiteľka a ty sa nedokážeš naučiť vybrané slová!
- No a? Tvoja mama je zubárka, a tvoj najmenší brat nemá v ústach ani jeden zub!
- ⇒ Dve blondínky pracujú na záhrade. Jedna jamu vykopáva, druhá ju zahrabáva.
- Prečo tú jamu jedna vykopávate a druhá zahrabávate?
- Lebo tretia, čo mala sadiť ochorela.

Udržiavame kontakty

Súčasná situácia, ktorú prežívame v súvislosti so šírením nákazy COVID-19, je veľmi náročná pre všetkých. Obzvlášť náročná je pre prijímateľov sociálnych služieb, ktorí musia akceptovať rôzne opatrenia pre zachovanie ich zdravia a života. Za účelom udržiavania kontaktov prijímateľov s rodinou a blízkymi zariadenie sociálnych služieb Harmonia pristúpilo k zakúpeniu notebooku a možnosti bezplatného telefonického spojenia sa s najbližšími prostredníctvom hlasového alebo video hovoru cez aplikácie Skype a Messenger.

Štofejová M.



Overte si svoje vedomosti!



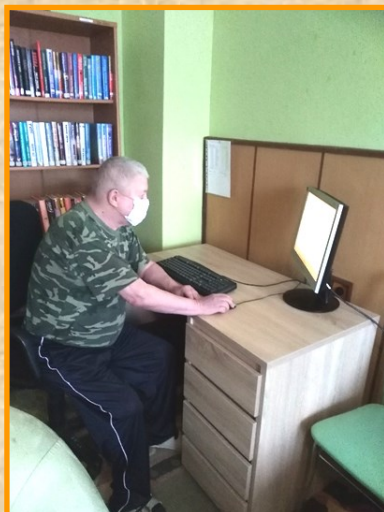
Kvízy sa tešia u nás v DSS veľkej obľube. Nie len preto, že preveria informácie, ktoré už naši prijímatelia sociálnej služby ovládajú, ale zároveň nám umožnia zábavným spôsobom ich naučiť nové veci. V mesiaci september sme naše kvízy zamerali na tému „Spoznaj Slovensko“.

I keď niektoré otázky boli trošku náročnejšie, naši prijímatelia ich zvládli nad očakávania. Pre veľký záujem a účasť sa im budeme venovať aj naďalej.

Bc. Sabová Ivana



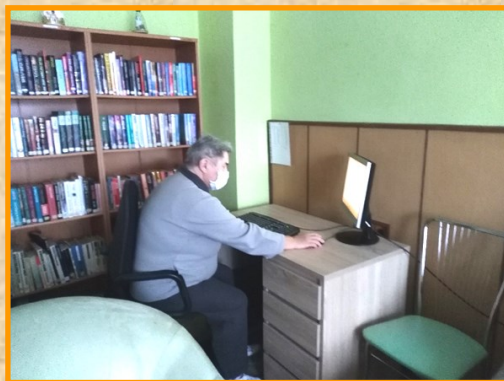
Počítačový krúžok



„Mýliť sa je ľudské, ale pokaziť niečo tak, aby to už nešlo napraviť, to dokáže iba počítač.“ — Murphyho zákon

V tejto ťažkej situácii, ktorá nastala prepuknutím pandémie COVID 19, sme boli odkázaní na kontakt s rodinou len prostredníctvom modernej techniky. Naši seniori sa začali učiť pracovať s počítačom. Všetci mali len minimálne, alebo vôbec žiadne vedomosti o tejto činnosti. Začali sme teda úplne od začiatku. Zoznámili sme sa s počítačom a ako funguje. Postupne sme sa začali zoznamovať s dostupnými programami. Ako prvý bol textový editor WORD. Začali sme teda písať a využívať všetko, čo nám tento program

ponúka a to už začalo byť zaujímavejšie. Seniori sa tak naučili napísať a poslať elektronický list svojim príbuzným. Naďalej budeme pokračovať v zdokonaľovaní našich seniorov.



Bc. Ivana Kolibábová

Čo nás čaká v nasledujúcom štvrtroku: október– december 2020

október - vystúpenia venované Mesiacu úcty k starším

- ⇒ voľnočasové aktivity – predčítanie literatúry, spoločenské hry,
- ⇒ zábavná alebo vedomostná súťaž
- ⇒ kultúrna činnosť, premietanie videofilmov
- ⇒ pravidelné rozcvičky s fyzioterapeutom

november - voľnočasové aktivity, relaxačné techniky, čítanie literatúry, spoločenské hry, zábavno – náučné súťaže

- ⇒ športové aktivity
- ⇒ besiedky s prijímateľmi sociálnej služby, spojené s občerstvením
- ⇒ pravidelné rozcvičky pod vedením fyzioterapeuta, vychádzky do prírody
- ⇒ Katarínska zábava

december - voľnočasové aktivity, kultúrna činnosť, premietanie videofilmov

- ⇒ konzultačné stretnutia s príbuznými prijímateľov sociálnej služby
- ⇒ počúvanie vianočných kolied
- ⇒ vianočná výstava
- ⇒ príprava na vianočné sviatky
- ⇒ Silvestrovská zábava

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