

„PENZIÓN“ Zariadenie sociálnych služieb Topoľčany

Informačné noviny



„Domoviny“



Číslo 3

Dátum vydania: 09.02.2021



Slovo na úvod

Do tretice všetko dobré, takže máte pred sebou tretie vydanie Domovín. Zrejme je ešte skoro hodnotiť do akej miery je tento projekt úspešný. Už teraz však možno konštatovať, že časopis si našiel svojich čitateľov, máme aj aktívnych lúštitel'ov, čiže som v tomto smere optimista. Pokiaľ vydrží zanietenosť redakčného tímu, projekt úspešný bude.

Ako všetci vieme, z úspešných riešitel'ov či už krížovky, osemsmerovky a pod. na zasadnutí výboru obyvateľov vyžrebujeme jedného výhercu, ktorý je pozvaný na kávu s riaditeľom a odmenený aj zaujímavou cenou. Zatiaľ som zabsolvoval dve takéto kávy a boli to veľmi príjemne strávené chvíle. Niektorí môžu namietkať, že kávu si urobím a vypijem aj na izbe. Niektorí si zase povie, že riaditeľom podávaná káva nemá také parametre ako v kaviarni. To sú argumenty zaiste logické, ale káva je len doplnok. Dôležité je to stretnutie a komunikácia. Čo sa týka kvality kávy, snažím sa. Možno nemá takú profesionálnu úroveň, ale je pripravovaná s láskou, takže by nemala zaškodiť. ☺

Okrem riaditeľa sú prítomné aj ďalšie kolegyně, ktoré prichádzajú s oceneným do kontaktu a to Zuzka Bartová, Vierka Petriková, Evka Šupová, takže nikto nemusí mať obavy, že o čom sa bude pri káve rozprávať s riaditeľom medzi štyrmi očami. Ako som už vyššie uviedol, je to skutočne veľmi pekná akcia.

Takže do tretice všetko dobré. Teším sa na tretieho výhercu alebo výherkyňu, na tretie stretnutie pri káve. Vyžrebovaný môže byť síce iba jeden, ale každý, kto pri riešení „ponamáha mozgové závity“, urobí niečo pre svoje zdravie. Tak mozog ako aj svaly, keď sa nepoužívajú, majú tendenciu ochabovať.

Nech sa darí



Ondrej Božik, v.r.



Riaditeľ „PENZIÓNU“ a pani Edita A.

Roztopašné fašiangy

Fašiangové obdobie, známe veľkou veselosťou, nadmerným jedením, pitím, maskami a zábavami, bolo prechodným obdobím medzi zimou a jarou, u našich dávnych predkov už skôr letom. Trvalo od Troch kráľov až do polnoci pred Popolcovou stredou. Pôvod fašiangov siaha do pradávnych, predkresťanských čias. Vtedy naši dávni predkovia uctievali rôznych tajomných bohov. Obetovali im živé zvieratá, najmä hydinu a dobytok, ale tiež medovinu, med, vajička, bujaro sa zabávali, hodovali, jedli mäso, pili, tancovali. S fašiangami súviseli masky, karnevalové sprievody a oslavy. Masky mali zábavný aj magický charakter. Keď ľudia mali na tvárach masky, nikto ich nepoznal, a tak sa mohli zabávať, vystrájať, vyspevovať, robiť hluk a hurhaj. Vtedy sa aj chudobní ľudia mohli správať ako páni a nikto ich nepotrestal. Kedysi dávno fašiangové oslavy so sprievodom masiek organizovali v mestách a mestečkách remeselnícke cechy. Každé remeslo malo vlastný profesionálny spolok – cech, vedúceho majstra a jeho zástupcov. Každý cech mal veľmi prísne pravidlá, pečate na úradné listiny, aj cechové truhlice, do ktorých ich zamykali. Členovia jednotlivých cechov v sprievode maškár prenášali po ulici cechové truhlice, robili rôzne akrobatické a nebezpečné kúsky. Debnári krútili nad hlavami obruče, mlynári behali na chodúľoch. Učňov kúpali v sudoch so studenou vodou, prenášali ich na žrdiach. Na začiatku 20. storočia sa večer a cez noc konali vo veľkých vyzdobených mestských sálach bály a maškarné plesy, aj veselé zábavy rôznych spolkov a športových klubov. Do polnoci pred Popolcovou stredou. O pol noci na stredú sa fašiangy skončili. Všetko stíchlo, dohrala hudba, skončili sa tance a spev. O fašiangoch tiež platilo zopár pranostiek, napríklad: Aký je prvý fašiangový deň, také budú prvé jariny. Aké fašiangy, taká Veľká noc. Suché fašiangy, dobrý rok.

(Spracovala Kristína z knihy Zdravia, šťastia vinšujeme – Zora Mintalová Zubercová)

Fašiangy, Turíce,
Veľká noc príde,
kto nemá kožúška,
zima mu bude.

Ja nemám kožúška,
len sa tak trasiem,
dajte mi slaninky
nech sa vypasiem.



Zdroj internet

Fašiangy sú oslavou jedla

Fašiangy sú vyvrcholením obdobia medzi zimou a prichádzajúcim jarným obdobím. Bolo to obdobie plesov, zábav rôznych zvykov a tradícií. Na fašiangy



sa pripravovali rôzne masky, v ktorých najmä na dedinách robili muži pochôdzky po domoch.



V každom regióne Slovenska sa tieto tradície, jedla a zvyky líšia. Hodovanie končí pochovávaním basy. A tak si ešte pred 40-dňovým pôstom užívali dosýta, hlavne pokiaľ ide o jedlo. Potom už nasleduje pôstne obdobie pred Veľkou nocou, kedy sa prečisťuje organizmus a pripravuje sa na jarné obdobie. Tradičným jedlom tohto obdobia sú rôzne druhy vyprážených sladkostí - šišky, pampúšiky, fánka, krapne, božie milosti. Samozrejme nesmie chýbať dobré zabíjačkové pohostenie, ale aj dobrá domáca pálenka. Na charakter fašiangových jedál vplývali aj stredoveké cirkevné nariadenia, zakazujúce v 40-dňovom pôste, ktorý po nich nasledoval, konzumáciu mäsa, masti, vajec, mlieka, syra. Konzumácia tradičných fašiangových jedál pretrváva v dedinskom i mestskom prostredí aj v súčasnosti.

Zuzana M.



Tréning kognitívnych funkcií

Začať s cvičením pamäti nie je nikdy neskoro. Vhodnými cvičeniami môžu seniori udržať v dobrej kondícii tie schopnosti svojho mozgu, ktoré sú ešte zachované a predísť tak ich zhoršeniu. Dňa 14. 01.2020 sme pre obyvateľov pripravili individuálne kognitívne tréningy. Použili sme pracovné zošity z Centra MEMORY, n. o. Vypracovali sme nenáročné úlohy, ako doplňovanie viet, rozdeľovanie slov do príslušných kategórií, správne priradenie pracovného nástroja k povolaniu. Hlavným zmyslom nie je vypracovanie úloh čo najrýchlejšie, najlepšie, ale snaha úlohy vypracovať. Zúčastnení sa touto aktivitou môžu odkloniť od zaužívaného stereotypu, zmysluplne a aktívne tráviť čas.

Kristína D.



Peter Ch.



Tibor M.



Jarmila B.



Běla T.

Pomoc od maltézskych rytierov

Pozvanie na stretnutie s členmi Zvrchovaného rádu sv. Jána z Jeruzalema prijal riaditeľ Mgr. Ondrej Božík. Maltézski rytieri sa angažujú prevažne v oblasti charitatívneho zamerania. Dňa 28.01.2021 venovali rôzne pochutiny pre pracovníkov, ktorí sa počas pretrvávajúceho obdobia pandémie COVID-19 s mimoriadnym pracovným nasadením denne starajú o tých najzraniteľnejších. Touto cestou im ďakujeme, za obetavú dobročinnú aktivitu, ktorej cieľom je pomôcť zamestnancom zvládnuť náročné obdobie.

Kristína D.



Riaditeľ „PENZIÓNU“ a darcovia

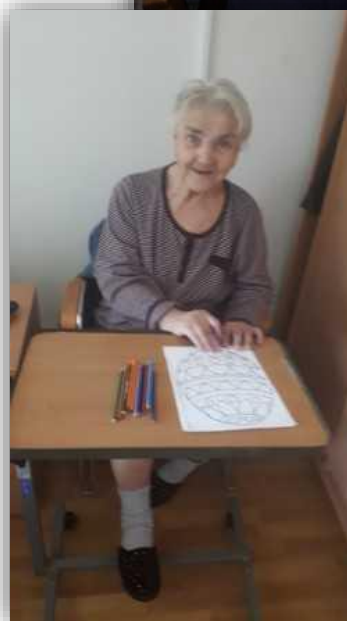


Úseková sestra a opatrovatelky „PENZIÓNU“

Prvky arteterapie ako obľúbená aktivita

Sú to záujmové aktívne činnosti, konkrétne - vyfarbovanie alebo vymalovanie rôznych obrázkov a antistresových omalovániek. Je to vlastné originálne umenie, ktoré ponúka možnosť sa individuálne prejaviť. Tvorba týchto jedinečných „výtvorov“ je pre mnohých spôsobom sebavyjadrenia a komunikácie. Ďalším prínosom je tréning motoriky rúk, aktivizácia zmyslov a koncentrácie. V podobe pestrého a zmysluplného trávenia dňa je súčasťou individuálneho plánovania niektorých klientov.

Bibiana D.

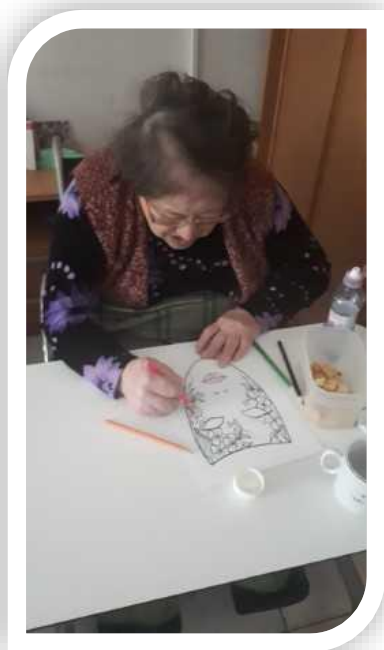


Fašiangová tvorba našich kreatívnych klientov

nepotrebuje komentár...



Mária B.



Ludmila Š.

Fašiangy 2021 v „PENZIÓNE“

Fašiangy sú obdobím radosti, hojnosti a veselosti, opradené mnohými zvykmi a tradíciami. V utorok dopoludnia 02.02.2021 sme si v malých skupinkách pripomenuli oslavu sviatku dobrého jedla a zábavy. Aktívne obyvateľky pripravili obľúbené anjelské krídla - tradične sladké fánky. Neodmysliteľnou súčasťou fašiangov sú farebné masky, ktoré na spestrenie podujatia, vyrobili obyvatelia z papiera. Uvoľnenú atmosféru spríjemňovala hudba. Práním, aby nás povznesená nálada sprevádzala po celý rok, sme sa rozlúčili.

Kristína D.



Štefánia Š.



Mária P.



*Spoločné pečenie
tradičných
fašiangových fánok*

Aktivita s drevenou kockou

V rámci individuálnych aktivít sme sa venovali precvičovaniu horných končatín. Zamerali sme sa na zmyslovú a motorickú orientáciu obyvateľov. Ako pomôcku sme si zvolili drevenú didaktickú kocku. Prostredníctvom vkladania drevených geometrických tvarov do kompatibilných výrezov, si mohli zúčastnení precvičiť jemnú motoriku. Zmysluplné trávenie pondelkového dopoludnia, prinieslo prítomným radosť z úspešného zvládnutia úlohy.

Adriana S.



Hedviga B.



Emília R.



Katarína Š.

Deň svätého Blažeja

(3. február)

Učitelia v minulých storočiach dostávali za svoju prácu peniaze aj **naturálie** (rôzne potraviny, obilie, i drevo na kúrenie). To všetko mali uvedené v písomnej zmluve. Peňazí však dostali málo a potraviny si museli v určité dni vyzbierať od rodičov svojich žiakov. Jeden z tých dní bol deň svätého Blažeja. Vtedy sa konala **blažejácia** – slávnosť spojená s koledovaním, čiže s chodením školákov po domoch, vinšovaním a vyberaním odmeny pre učiteľov. Na deň svätého Blažeja chodili po mestách a mestečkách učitelia spolu so šikovnými žiakmi, ktorí nosili kapsy a koše. Kedysi dávno sa vzdelávali len synovia z bohatých rodín. Niektorí sa učili doma a mali **preceptora** (domáceho učiteľa), alebo navštevovali cirkevné školy. Od 18. storočia chodili na obchôdzku po domoch už len študenti a žiaci. Učiteľ na nich čakal v škole alebo v dome, kde býval. Aj v polovici 19. storočia pán učiteľ alebo **rektor** (pomocný dedinský učiteľ, ktorý v kostole hrával na orgáne), vybral päť najlepších žiakov. Štyria z nich museli byť navyše i silní, aby sa vládali brodiť po vysokom snehu a nosiť veľké kapsy a koše. Ľudové pranostiky na deň svätého

Blažeja boli o zime a snehu: ***Na svätého Blažeja ešte trvá veja.*** Ľudia sa však už začali tešiť, že slnečné lúče pomaly zohrievajú krajinu, a aj furmani, ktorí na vozoch ťahaných koňmi prevážali tovar, by už mali ísť na cesty : ***Svätý Blažej, hrdlo zohrej. Na svätého Blažeja kamienok sa ohrieva. Na svätého Blažeja má ísť furman do dvora.***

Svätý Blažej sa stal patrónom ušných, nosových a krčných lekárov, ľudí trpiacich na choroby hrdla, obchodníkov s vlnou, krajčírov, obuvníkov, klobučníkov, tkáčov, garbiarov, pekárov, mlynárov, výrobcov mydla a vosku, nočných strážcov i domácich zvierat.

(Spracovala Kristína z knihy *Zdravia, šťastia vinšujeme* – Zora Mintalová Zubercová)



Ranná modlitba



Večný Otče! S úctou svojho srdca a duše, kľáčiac pri tvojich nohách, obetujem Ti skrze Srdce Ježiša a Panny Márie, všetky moje modlitby, radosti, trápenia, prácu, odpočinok, vydarené i nevydarené skutky, a aj tie najnepatrnejšie činy dnešného dňa, spojené s Piatimi ranami nášho Pána Ježiša Krista, ako aj s ranami bičovania, úderov, trňovej koruny a nesenie Kríža i svätou drahocennou Božskou Krvou. Hneď

z rána sa zasväcujem Nepoškvrnenému Srdcu Panny Márie a zaumieňujem si všetko konať v zjednotení s najčistejšími úmyslami, s ktorými na tejto zemi konali svoje skutky Pán Ježiš a Panna Mária, keď po nej kráčali. Celý tento deň, všetkých ľudí i všetko to, čo sa v ňom odohrá a čo si mi v ňom už od večnosti pripravil, duchovne ponáram do všetkých kalichov tvojej presvätej krvi, ktoré sa dnes dvíhajú na oltár sveta. Zároveň si teraz túžim vykonať duchovné sväté prijímanie. Hoci ťa nemôžem v tejto chvíli prijať vo sviatosti oltárnej, zostúp do môjho srdca aspoň duchovne, aby mi celý tento deň – ako obeta prinášaná na tvoju slávu – bol akoby jednoliatou svätou omšou. Prijmi, láskavý Bože, tento môj dobrý úmysel a udeľ mi svoje sväté požehnanie s takým účinkom milosti, aby som sa nedopustil ťažkého hriechu a načerpal tak všetky odpustky, ktoré si mi na dnes pripravil. Amen.

Spracovala: Zuzana M.

OZNAMY

„Oslávenci“, ktorí v mesiaci január oslávili narodeniny a meniny

Narodeniny: *Ludmila T., Marta K., Tibor M., Mária G.,*

Meniny: *Antónia, Emil*



Oslávencom prajeme všetko najlepšie

Tibor M.

Vítame nových obyvateľov

V mesiaci január prišli do nášho zariadenia:

Helena K., Mária B., Emil F.



Smútočné a spomienkové oznamy:

V mesiaci január nás opustili:

Školastika Š., Anna Z.



...zo života



SVET SA MENÍ KVÔLI
TVOJMU PRÍKLADU,
NIE NÁZORU.



*Keď sa t'a tvoji starí rodičia
stokrát opýtajú na tú istú vec,
stokrát im odpovedz.
Aj oni ti opakovali jedno slovo stokrát,
keď t'a učili rozprávať.*



Novinár sa opýtal páru:

„Ako je to možné, že vám to spolu vydržalo 65 rokov?“

Žena odpovedala:

*„Vyrástli sme v dobe, v ktorej keď sa niečo pokazilo,
tak sme to dali do poriadku a nie to zahodili.“*

Zdroj obrázkov: internet

Na zamyslenie: Zemiaky, vajíčka a kávové zrná

Jedného dňa sa dcéra sťažovala svojmu otcovi, že má mizerný život a nevie ako sa má so všetkými problémami vysporiadať. Sťažovala sa, že je už unavená sa stále s niekým hádať a bojovať. Ako náhle vyrieši jeden problém, druhý už je na ceste.

Jej otec, ktorý pracoval ako šéfkuchár, jej navrhol, aby šla s ním ráno do práce. Dcéra nechápavo súhlasila a tak prišla ráno k otcovi. Otec naplnil tri veľké hrnce vodou a každý z nich dal variť. Keď voda v každom hrnci začala vriieť, do prvého hodil zemiaky, do druhého vajíčka a do posledného kávové zrná. Niekoľko minút ich nechal variť s tým, že počas varenia s dcérou neprehovoril ani slovo. Tá začínala byť nedočkavá a nervózne čakala, čo sa bude diať.

Po 20 minútach otec vypol variče. Z prvého hrnca vytiahol zemiaky a umiestnil ich do misky. Z druhého hrnca vytiahol vajíčka, ktoré dal taktiež do misky. Z posledného hrnca nabral šálku kávy. V tom sa otočil na dcéru a spýtal sa jej: „Dcéra moja, čo vidíš?“ Ona mu na to odpovedala: „Zemiaky, vajíčka a kávu“.

„Pozri sa bližšie a chyt' si zemiaky.“ Povedal otec. Dcéra zobrala zemiaky do rúk a zistila, že boli mäkké. Potom jej otec navrhol, aby zobrala do rúk vajíčka a skúsila ich rozbiť. Tak aj urobila. Rozbila vajíčka, očistila ich od škrupiny a v ruke jej zostalo natvrdo uvarené vajíčko. Nakoniec jej otec navrhol, aby si odpila z kávy. Bohatá aróma a chuť kávy jej vyčarovala úsmev na tvári.

Dcéra nechápala, čo jej tým chcel otec naznačiť a tak sa ho spýtala: „Otec, čo to má znamenať?“

V tom jej otec začal vysvetľovať: „Zemiaky, vajíčka aj kávové zrná čelili rovnakej nepriazni osudu – vriacej vode. A každé z nich reagovalo rozdielnym spôsobom. Zemiaky boli silné, tvrdé a nemilosrdné, ale vriaca voda ich premenila na mäkké a slabé. Vajíčko bolo veľmi krehké a jeho jemnúčku vonkajšia škrupinka chránila jeho vnútro až dotedy, dokiaľ sa nevystavilo nepriazne vriacej vody. Vriaca voda premenila jeho vnútro na tvrdé, silné a odolné. Kávové zrná boli výnimočné a jedinečné. Po tom ako boli vystavené nepriazni vriacej vody, zmenili vodu a vytvorili niečo úplne nové.“

Na to sa otec spýtal dcéry: „Ktoré si ty?“ Keď nepriazeň osudu klope na tvoje dvere, ako zareaguješ? Ako zemiaky, vajíčka či kávové zrná?“

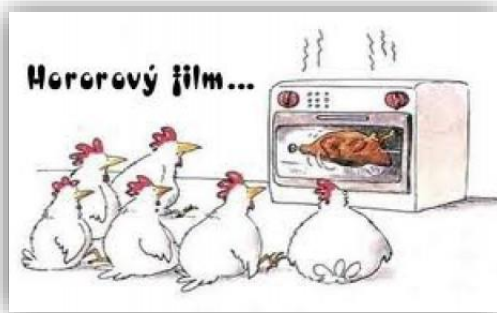
Dcéra moja, v živote sa dejú okolo nás rôzne veci. Prežívame zlé, ale aj dobré udalosti no len na jednej veci skutočne záleží. Na tom, ako tieto udalosti zmenia naše myšlienky a naše vnútro. Či zmäkneme ako zemiak, či nás posilnia ako vajíčko, alebo či my zmeníme ich a vytvoríme z nich niečo nové.



Autor tohto príbehu je neznámy. Zo stránky eduworld pripravila Bibiana D.

Zdroj: <https://eduworld.sk/cd/nl/957/na-zamyslenie-zemiaky-vajicka-a-kavove-zrna>

...zasmějme sa



Zdroj
obrázokov:
internet

O S E M S M E R O V K A

Čo je pre jedného,(tajnička má 15 písmen).

K	O	K	R	Š	P	A	N	I	E	L	A	G
A	K	Š	U	T	E	L	I	O	A	N	V	N
D	N	I	P	E	O	N	D	A	T	R	A	I
E	L	A	P	O	T	S	J	O	S	N	R	T
R	S	P	R	E	K	L	A	D	E	E	O	E
N	V	P	R	Í	S	L	O	V	I	E	P	K
Í	R	N	R	R	P	T	A	O	F	T	K	R
C	E	E	O	I	R	A	E	D	K	A	O	A
T	T	Ú	T	A	T	Š	T	R	Ň	P	B	M
V	E	A	V	Ž	P	O	R	O	T	A	Y	D
O	N	A	O	E	R	Á	K	I	B	A	L	Š
É	O	H	R	E	V	O	L	Ú	C	I	A	O

Legenda:

ESPRIT, ESTER, ETAPA, FIESTA, INTERNET, KADERNÍCTVO, KOBYLA, KOKRŠPANIEL, KONTO, KOŇAK, LETUŠKA, MARKETING, ODVOD, ONDATRA, ORAVA, OTRAVA, OTVOR, POKLADŇA, POROTA, PREKLAD, REVOLÚCIA, SLNKO, STOPA, ŠLABIKÁRE, ŠTATÚT, TAPÍR, VRETENO

TAJNIČKA:

Zdroj: Víkend s krížovkou č. 12/2021

Súťaž

všetky správne vyplnené osemsmerovky budú zaradené do žrebovania o vecnú cenu a posedenie pri káve s pánom riaditeľom. V prípade Vášho záujmu, osemsmerovky môžete odovzdať sociálnym pracovníkom do 19.02.2021.

Slovo na záver



V niekoľkých nasledujúcich vydaniach našich informačných novín „Domoviny“, si na tomto mieste predstavíme oddelenia, ktoré tvoria pracovné tímy zamestnancov, ktorí sa podieľajú na starostlivosti o Vás, o Vaše pohodlie, o uspokojovanie Vašich potrieb a záľub. Cieľom tejto starostlivosti je, aby ste sa v Penzióne cítili bezpečne a spokojne.

Zuzana B.

„Opatrovateľské oddelenie“

Pozostáva z 1 opatrovateľa a 35 opatrovateliek. Opatrovateľský tím pracuje v trojzmennej prevádzke, čiže v rannej, odpoľudňajšej a nočnej zmene. Realizuje opatrovateľský proces podľa Moniky Krohwinkel a vedie príslušnú dokumentáciu. V rámci svojich kompetencií sa spolupodieľa na procese upratovania, prania, stravovania, bývania, na individuálnom plánovaní a plní ďalšie úlohy vyplývajúce z procesov, smerníc a príkazov riaditeľa. Zjednodušene povedané, vykonáva činnosti, ktoré klient pre svoj zdravotný stav nedokáže zvládnuť sám, resp. v plnom rozsahu, ako je pomoc pri rannej či večernej toalete (umývanie, kúpanie, česanie, obliekanie, obúvanie), podávanie stravy, krájanie, kŕmenie, dokrmovanie, varenie čaju a kávy, pitný režim, sprevádzanie na odborné vyšetrenia a aktivity, vetranie obytných miestností, vysádzanie, polohovanie, prevliekanie posteľnej bielizne, zber znečistenej osobnej bielizne klientov do práčovne a roznos čistej osobnej bielizne z práčovne klientom, upratovanie skriň, čistenie elektrospotrebičov...

Opatrovateľské oddelenie riadi vedúca, ktorou je úseková sestra Eva Šupová. V sociálnych službách pracuje 38 rokov. Nedá mi nespomenúť, že v minulom mesiaci sa dožila významného životného jubilea, preto jej v mene nás všetkých patria nasledujúce slová:

Vrásky znamenajú, že si sa smiala.

*Šedivé vlasy, že si sa starala o druhých
a jazvy, že si naozaj žila.*

Nehanbi sa za to, že starneš.

Si stále krásna.

Si žena s príbehom napísaným do tváre.

(neznámy autor)



Informačné noviny „Domoviny“

Por. č. 3/2021, vychádza 09.02.2021, mesačník

Adresa redakcie:

Informačné noviny „Domoviny“
„PENZIÓN“ ZSS

Čsl. Armády 1870, 955 01 Topoľčany

Šéfredaktorka: Mgr. Zuzana Bartová – vedúca sociálneho oddelenia

Redakčný tím: sociálni pracovníci: Mgr. Bibiana Domanická, Mgr. Zuzana Molnárová, Mgr. Kristína Desatová, Mgr. Ivana Filová, Mgr. Martin Hajnovič, Mgr. Hana Hubová, inštruktor sociálnej rehabilitácie: Anna Šipková.

