

„PENZIÓN“ Zariadenie sociálnych služieb Topoľčany



Informačné noviny

„Domoviny“



Číslo **5/2023**

Dátum vydania: 31.05.2023

OBSAH

ÚVODNÉ SLOVO	3
UDALOSTI A VÝROČIA V MESIACI MÁJ	4
PREMIETANIE KOMÉDIE	5
OČI, OČKÁ	6
ZÁBAVNÉ DOPOLUDNIE	7
LETO JE LETO	7
MEDZINÁRODNÝ DEŇ MATIEK SO SKUPINOU KOMFORT BAND ..	8
BÁSEŇ – LEN PRE TEBA MAMIČKA	9
JUBILANTI	10
SVETOVÝ DEŇ HIER	11
ZÁKLADNÉ ĽUDSKÉ PRÁVA A SLOBODY.....	12
OZNAMY	13
REBARBORA A JEJ ÚČINOK NA NAŠE ZDRAVIE	14
HODNOTA ÚSMEVU	15
TROCHU VESELIA	16
SÚŤAŽ – OSEMSMEROVKA A ÚLOHA OMAĽOVÁNKA	17,18
MODLITBA ZA RODINU.....	19
DEŇ MINERÁLOV	20
ČO NÁS ČAKÁ V NASLEDUJÚCOM MESIACI PODĽA LUNÁRNÉHO KALENDÁRA	21
ZÁVEREČNÉ SLOVO	22,23
REDAKČNÝ TÍM	24



ÚVODNÉ SLOVO

Dámy a páni,

máme tu máj, lásky čas. Uctili sme si naše matky, staré, prastaré matky. Máme si ich vážiť a ďakovať im celý rok, ale predsa len Deň matiek je sviatok, kedy je potrebné osobitne si uvedomiť ich prínos pre spoločnosť.

1. mája sme oslávili prácu, „matku pokroku“, ako sa kedysi hovorilo. V našich zemepisných šírkach časť obyvateľstva už prácu vníma akosi prapodivne. Prestávame si ju vážiť. Dobré sa chceme mať všetci, len niektorým nedochádza, že sa treba o to aj pričiniť. Ako inak, vlastnou prácou.

8. mája sme si pripomenuli Deň víťazstva. Rozum zostáva stáť, keď sa dozvedáme, že v niektorých krajinách rúcajú pomníky osloboditeľom, vojakom Červenej armády. V jej radoch bojovali aj Ukrajinci, Lotyši, Estónci, Litovci, čo sú aktuálne spolu s Poliakmi aj najaktívnejší ničitelia pomníkov. Ako sa hovorí, „horí mokré so suchým“. Čo už, iniciatívni aktivisti sú v akcii.

Ja by som však chcel premosťovať možno trochu „uleteným spôsobom“ na prozaickejšiu, konkrétnejšiu a nám bližšiu tému. Po víťazstve nastal v roku 1945 mier. Symbolom mieru je biela holubica. V našich podmienkach holubice a holubov však vnímame skôr negatívne. Sú premnožení a mierne povedané znečisťujú nám životné prostredie. Dalo by sa to povedať aj výstižnejšie a menej distingvovane, ale však všetci vieme, čo pod tým znečistením myslím. Načo používať vulgarizmy. Následne musíme odstraňovať znečistenie, čo zase niečo stojí a zamestnanci by sa mohli venovať aj niečomu zmysluplnejšiemu a menej rizikóvemu.

Čo s tým? Nejaké radikálne a účinné riešenia nie sú považované za humánne. Aj holub má v Európe svoje práva a aktivisti by nás asi povláčili po všetkých možných novinách. Môžeme však začať s prevenciou. V danom prípade, ani nie je treba nič robiť. Skôr je treba niečo nerobiť. A to konkrétne NEKŔMIŤ ich. Stále o tom hovoríme, píšeme a stále tu máme kŕmičov. Je to nepochopiteľné. Samozrejme, že výkrm holubov a následne potkanov je len jedna z príčin, ale prečo ju neodbúrať. Jednoducho zodpovednosť za svoje prostredie má každý z nás. Jednak my vplývame na okolie a okolie na nás. Nedá sa izolovať a žiť v bubline. Ani by to nebolo dobré.

Dámy a páni, aby som nejak pozitívne zakončil. Ako som spomínal v úvode, máme tu máj lásky čas. Majme sa radi aj v júni, aj po celý rok. Majme radi aj svoje životné prostredie a životné prostredie bude mať rado nás.

Nech sa darí

Ondrej Božík, v.r

UDALOSTI A VÝROČIA V MESIACI MÁJ

Máj je mesiacom, keď je už jar v plnom prúde a leto nám klope na dvere. V mesiaci máj si každoročne pripomíname rôzne výročia a udalosti napríklad :

1. máj: je sviatok práce a na Slovensku pamätný deň pristúpenia k Európskej únii

2.máj: v roku 1995 – pápež Ján Pavol II. vydal apoštolský list *Oriente lumen* (pod názvom „Svetlo z východu“) ktorý bol venovaný východnému kresťanstvu

6.mája: v roku 1856 – narodil sa Sigmund Freud, rakúsky neurológ a psychológ, zakladateľ psychoanalýzy (zomrel v roku † 1939)

8.mája: je Deň Červeného kríža a na Slovensku štátny sviatok Deň víťazstva nad fašizmom

11.máj: v roku 2002 – Slovensko zvíťazilo vo finále majstrovstiev sveta v ľadovom hokeji nad Ruskom 4 : 3 a získalo svoju historicky prvú zlatú medailu

12.máj: v roku 1743 – Mária Terézia bola v Prahe korunovaná za českú kráľovnú

18.máj: v roku 905 – narodil sa Konštantín VII., byzantský cisár († 959)

21.máj: v roku 1964 – narodil sa Ivan Bella, slovenský stíhací pilot a prvý občan Slovenskej republiky, ktorý vyletel do kozmického priestoru

25.máj: v roku 1898 – v Prešove vznikol najstarší futbalový klub na Slovensku ETVE Prešov (v súčasnosti ho skôr poznáme pod názvom Tatran Prešov)

28.máj: v roku 1884 – narodil sa Edvard Beneš, 2. prezident ČSR († 1948)

30.máj: v roku 1431 – bola upálená svätá Jana z Arku, francúzska hrdinka a bojovníčka proti Angličanom v storočnej vojne (zomrela v roku *1412)

31.máj: v roku 1918 – bola podpísaná Pittsburská dohoda na základe ktorej vznikla ČSR

Zdroj internet: <https://sk.wikipedia.org/wiki/Wikip%C3%A9dia:V%C3%BDro%C4%8Dia/m%C3%A1j>

Kristína Desatová



PREMIETANIE KOMÉDIE

Nepriaznivý májový deň sme si spríjemnili prvým dielom komédie – Sváko Ragan, v podaní nezabudnuteľného Jozefa Krónera. Je to veselá nadčasová slovenská televízna klasika, ktorá dnes pobavila prítomných divákov. Niektorým klientom táto atmosféra presvedčivo pripomínala malé kino. Bola to výborná príležitosť spoločne sa zasmiať a odreagovať. Tešíme sa nabudúce - na druhý diel...



Bibiana Domanická



OČI, OČKÁ

Každý človek je iný. Niektorí rád číta, maľuje, cvičí, počúva hudbu...., skrátka nevydrží nič nerobiť. Väčšinou sú to ženy. Aj v našom zariadení sa nájde veľa klientok, ktoré nevedia sedieť, aby ruky nepracovali.



Jednou z nich je pani Helenka Š. , ktorá síce nechodí na skupinové aktivity, ale individuálne vo svojej obytnej miestnosti háčkuje. Tejto záľube venuje všetok svoj čas.

Jej háčkované deky, dečky zdobia chodbu, izbu a malé drobnosti venuje aj kamarátkam.



Ručným prácam sa venuje od mladosti a ako sama hovorí: „Aj keď z toho bolia ruky, oči, táto práca ma naplňuje a teším sa z toho, keď mnou uháčkovaná drobnosť urobí niekomu radosť.“

Pani Helenke Š. prajeme zdravé ruky a oči. Aby sa jej nepletli očka a čo najdlhšie sa mohla venovať svojej záľube.

Anna Šipková

ZÁBAVNÉ DOPOLUDNIE



Hranie spoločenských hier patrí medzi obľúbené činnosti mnohých klientov. V piatok 12.mája 2023 sme si v rámci skupinovej sociálnej rehabilitácie zahrali spoločenské hry. V jednom tíme sa sústredili kartoví hráči, ktorí obľubujú „Žolíka“ a v druhom tíme sympatizanti hry „Človeče nehnevaj sa!“. V pozadí bolo počuť veselú hudbu, ktorá uvoľnila napätie sústredených hráčov... Niektorí kreatívni klienti nechali voľný priebeh svojej fantázie a s nadšením medzi nami kreslili. Zábava bola v plnom prúde a nakoniec všetko dobre dopadlo, pretože si všetci odniesli dobrú náladu...



Bibiana Domanická

LETO JE LETO

Konečne sme sa dočkali slnečných dní a tak si užívame teplé počasie aj v našom zariadení. Doobedňajšie aktivity sme presunuli von. Naši klienti sa svojim obľúbeným aktivitám venujú na čerstvom vzduchu, alebo si len vychutnávajú slnečné lúče, debatujú a odpočívajú.



Zuzana Molnárová

MEDZINÁRODNÝ DEŇ MATIEK SO SKUPINOU KOMFORT BAND



Program dnešného dopoludnia bol bohatý - pripomenuli sme si sviatok, ktorý patrí všetkým mamám a blahoželali sme klientom, ktorí oslávili svoje okrúhle životné jubileá v prvom polroku. Patrílo k tomu posedenie s riaditeľom pri dobrej káve a čerstvých sušienkach, a tak sa nám podarilo spojiť príjemné s užitočným. O veselý hudobný program sa postarala obľúbená skupina Komfort band, ktorá priniesla dobrú náladu a chuť si zaspievať..



Bibiana Domanická

BÁSEŇ - LEN PRE TEBA MAMIČKA

*MOJA MILÁ MAMIČKA, VŽDY MI PADNE SLZIČKA,
KEĎ MYŠLIENKY MA NAPADNÚ, ŽE TY SI TAM A JA TU.
SOM VEĽMI RADA, AKO SI MA VYCHOVALA,
KOLKO VEĽA LÁSKY SI MI ZA TIE ROKY DALA.*

*AKO SI VŽDY PRI MNE BOLA, VO VŠETKOM MI POMÁHALA.
KEĎ SOM BOLA MALÁ - BOĽÁČKY MI POFÚKALA,
SLZIČKY MI UTIERALA...
KOLKO TRPEZLIVOSTI SI MALA, KEĎ SOM VYSTRÁJALA,
NIKDY SI SA NEHNEVALA, KEĎ SOM ZLOSTILA.*

*ČASTO NA TEBA MYSLÍM A VEĽMI SI ŤA VÁŽIM.
ZA TO AKÁ SI MAMIČKA, TI PATRÍ TáTO BÁSNIČKA.
TO, ŽE ŤA LÚBIM, DÁVNO VIEŠ
A TO, ŽE NEPRESTANEM, TO TI POVIEM TIEŽ.
KAŽDÝ ROK K TVOJMU SVIATKU, TI PÍŠEM BÁSEŇ KRÁTKU,
ABY SI VEDELA, ŽE SOM S LÁSKOU NA TEBA MYSLELA.*

(Neznámy autor)



Bibiana Domanická

JUBILANTI



Dňa 24.5.2023 zavítali do nášho zariadenia primátorka mesta Topoľčany JUDr. Alexandra Gieciová s viceprimátorom Jurajom Želiskom, aby si uctili a zablahoželali našim jubilantkám, ktoré v prvom polroku 2023 dovърšili významné životné jubileum.

Oslávenkyniam Eve K. a Otilii G. k 80 narodeninám, Alžbete Š. k 90. narodeninám a Gizele P. k 95 narodeninám popriali veľa zdravia, šťastia a elánu do ďalších rokov a odovzdali im milý darček, ktorý im bude tento deň pripomínať. K slávnostnej atmosfére prispelo aj vystúpenie Rudolfa Chovanca, ktorý spevom a hrou na harmoniku potešil všetkých prítomných.



Zuzana Molnárová



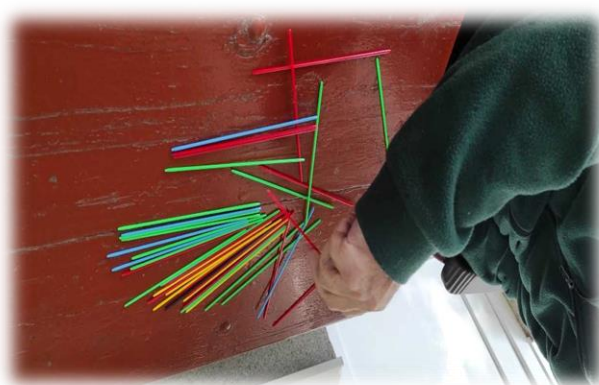
SVETOVÝ DEŇ HIER



V mesiaci máj je 28. deň vyhlásený za Svetový deň hier. Počas neho by sa mali ľudia celý deň iba hrať. Prvý krát sa konal už v roku 1999. Pri tejto príležitosti, sme sa s klientmi venovali tejto milej činnosti.



Zahrali sme si nielen novodobé hry, ale aj staršie ako napríklad mikádo, domino, kocky a mnohé iné.



Hana Hubová



ZÁKLADNÉ ĽUDSKÉ PRÁVA A SLOBODY

V posledný májový deň sa v našom zariadení konala prednáška na tému : Ľudské práva a slobody. Klienti sa dozvedeli, že medzi základné ľudské práva patrí napríklad právo na život, osobnú slobodu a bezpečnosť, slobodu prejavu či svedomia, právo zhromažďovania a iné. Prednášajúci Michal Horváth a Tomáš Földes zo Slovenského národného strediska pre ľudské práva ozvláštnili prednášku príkladmi zo života, aby klientom problematiku ľudských práv priblížili tak zvane „ľudsky“. Pri príjemnom posedení pri káve sa tiež mohli dopytovať na rôzne otázky ohľadom ľudských práv, ktoré ich zaujímali.



Martin Hajnovič

OZNAMY



V apríli oslávili naši klienti narodeniny a meniny:

Narodeniny: Edita A., Pavol C., Ing. Ján C., Eva G., Anna K., Mária M., Valéria S., Pavol S., Anna S., Emília Š., Alžbeta Š., Marta Š.

Meniny: Irena, Juraj, Jaroslava

Vitajte medzi nami

V mesiaci apríl prišli do nášho zariadenia:

Alžbeta Š, Hildegarda Š.



Smútočné a spomienkové oznamy

V apríli nás navždy opustili: Emília R., Anna K., Mária A., Bernardína Č.

Výherca z predchádzajúceho čísla

Srdečne gratulujeme pani Ďurkovičovej A.

za správne

vylúštenú osemsmerovku v mesiaci Máj
2023.



Hana Hubová

REBARBORA A JEJ ÚČINOK NA NAŠE ZDRAVIE



Rebarbora pochádza z Ázie. Dužinaté listové stonky dlho neboli v našich zemepisných šírkach docenené. Tradovalo sa, že ju jedia iba najchudobnejšie vrstvy. Až v posledných rokoch sa ukázalo, že rebarbora patrí k najzdravším druhom zeleniny, aké u nás rastú.

Z rebarbory používame v kuchyni dužinaté listové stonky. Zbierajú sa od polovice apríla do polovice júna. Najchutnejšie sú mladé listové stonky. Neskorší zber nie je vhodný, nakoľko už obsahuje veľa kyseliny šťaveľovej, ktorá dráždi žalúdok. Nikdy sa nezberia viac ako tretina listov, aby sa rastlina príliš nevysilila.

Rebarbora sa konzumuje tepelne upravená. Treba ju povariť s cukrom, škoricou a vanilkou. Následne sa používa na buchty, koláče, do šalátov. Robia sa z nej marmelády alebo zaváraniny.

Rebarbora a jej účinky

- rebarbora obsahuje veľa vitamínov A a B, minerálov, vlákninu.
- detoxikuje črevá,
- pomáha proti depresii,
- zlepšuje krvný obeh, má protirakovinové vlastnosti,
- je prospešná pre oči, zlepšuje zdravie mozgu, kostí,
- oneskoruje príznaky starnutia, potláča príznaky perimenopauzy.

Kto má však problémy so žalúdočnou kyselinou, mal by rebarboru konzumovať opatrne.

Zdroj : internet

Zuzana Molnárová

HODNOTA ÚSMEVU

Úsmev nič nestojí a prináša mnoho.



**Obohacuje toho, kto ho prijme bez toho, že by ochudobňoval toho,
kto ho dáva.**

Trvá chvíľku, ale spomienka naň je niekedy večná.

**Nikto nie je taký bohatý, aby sa bez neho obišiel. A nikto nie je taký
chudobný, aby ho nemohol darovať.**

*V únave prináša odpočinok, v znechutení a smútku je potechou a pre
každú bolesť je prirodzeným liekom.*

**Nemožno ho ani kúpiť, ani požičať, ani ukradnúť, pretože má
hodnotu chvíle, v ktorej sa dáva.**



*A keby si stretol niekoho, kto nemá pre teba úsmev, aj keď naň čakáš,
buď veľkorysý a obdaruj ho svojim úsmevom ty. Pretože nikto tak úsmev
nepotrebuje ako ten, kto ho nemá pre iných.*



Zdroj : internet, neznámy autor

Zuzana Bartová

TROCHU VESELIA

-VTIPY KTORÉ VÁM ZDVIHNÚ NÁLADU- KAŽDÝ DEŇ



Učiteľka dá Jankovi poznámku:
"váš syn nič nevie."

Otec dopíše: "preto chodí do
školy..."

Viete, ako sa volá človek, ktorý
má jemné ruky?

Rukojemník!

V reštaurácii: - Pán vrchný, čo to
pláva v tej mojej polievke? - Ako
sa tak pozerám, tak nič... - No
vidíte! A mali tam byť rezance!

- Mama, kde som sa narodila?
- pýta sa dcéra.
- V nemocnici.
- A čo mi bolo?

Blondínka sa prechádza po moste, zastavila sa pri nej Tatrovka a šofér
sa jej pýta: "Slečna, neviete kde je tu brod?"

.."Hneď tu podo mnou."

"Ďakujem", povedal šofér a nasmeroval veľké nákladné auto smerom,
ktorý mu ukázala. Auto za chvíľu zmizlo pod vodou.

Blondínka sa na to pozerá celá vyjavená a hovorí: "Ako je to možné,
veď pred chvíľou tadiaľto prešli kačičky".

Predám deväťzväzkový náučný
slovník. Značka: Moja žena vie
všetko lepšie.



„Kúpanie zakázané. Porušenie
tohto nariadenia sa trestá pokutou
sto eur. V zime 50% zľava.

Kristína Desatová

SÚŤAŽ – OSEMSMEROVKA A ÚLOHA OMAĽOVÁNKA

Ponúkame Vám tréning pamäti prostredníctvom osemsmerovky. Zároveň máte možnosť vyfarbenia omaľovánky. V prípade Vášho záujmu, správne doplnená osemsmerovka alebo vymaľovaný obrázok bude zaradený do žrebovania o vecnú cenu a posedenie pri káve s riaditeľom. Odovzdajte sociálnym pracovníkom do konca júna 2023.



Meno a priezvisko :

SÚŤAŽ – OSEMSMEROVKA

Neboj sa toho čo kričí, pretože:

A	J	E	A	K	N	Á	T	O	M	S	Y	S	E	Í
H	K	B	T	Á	S	E	R	D	A	B	Ľ	E	D	O
A	N	I	L	E	Š	A	R	T	E	F	A	K	T	N
C	K	O	T	A	L	P	O	D	E	N	Á	R	U	Č
I	Ž	L	Z	A	T	Y	K	A	Č	L	Á	Z	Ó	P
N	V	Ó	T	T	M	V	L	Č	I	C	A	S	O	N
E	Z	G	A	E	O	A	T	S	I	N	E	T	Ž	R
D	Ť	Ž	L	F	G	O	R	I	L	A	O	O	E	P
O	A	O	Á	A	Z	K	M	G	N	P	P	P	R	Á
L	H	Š	R	T	B	U	O	R	A	J	S	K	I	H
A	T	O	H	Š	R	P	O	H	A	A	K	Y	A	A
T	O	J	E	T	T	O	K	L	E	I	T	E	V	S
R	O	I	N	E	S	L	P	I	I	C	Š	N	N	I
H	K	E	L	B	O	A	D	E	Z	É	N	O	I	Č
O	C	E	I	D	A	R	Á	N	R	E	Č	Á	K	F

ADRESÁT, ARTEFAKT, BARÓN, BIOLÓG, CENTRUM, ČIAPKA, DEĽBA, DEZÉN, FINTA, GORILA, GRAMATIKA, HASIČ, HLIEN, KÁČER, KOŠIAR, KUPOLA, LODENICA, NÁLOŽ, NÁRADIE, NÁRUČ, NEDOPLATOK, OBLEK, POTOPA, RAŠELINA, REPORTÁŽ, SENIOR, SILÁK, SMOTÁNKA, STOPKY, SVETIELKO, SYSEĽ, ŠTAFETA, TALÁR, TENISTA, VLČICA, VZŤAH, ZATYKAČ, ŽERIAVNIK

Meno a priezvisko :

Zuzana Molnárová

MODLITBA ZA RODINU

Svätý Jozef, buď nám otcom v srdci svojom vždy milostnom.

Daj miestečko prosbám našim, ochraňuj nás časom každým,

vypros milosť domu nášmu, stálu svornosť v dobu každú,

by sme v láske a pokoji Bohu vždycky verní boli,

by nás tu vždy cnosť zdobila, k nebu viedla každá chvíľa,

to je dnes tu prosba naša, čo sa k tebe vrúcne vznáša.

Medzi nami tu ostávaj, vtedy bude vždy u nás raj.

Kľúče domu k tebe dáme, stoj pri nášho domu bráne,

ochraňuj vždy starostlivo, čo by duši poškodilo,

skrývaj našich milých i nás v srdci Pána po každý čas,

nech žijeme v kraji zemskom, jak ty v dome Nazaretskom,

by sme ťa večne chválili a s tebou v nebi prebývali.

Amen.



Zuzana Molnárová

Deň minerálov

V mesiaci máj vyhlásila Európska asociácia priemyselných minerálov v roku 2007 “Európsky deň minerálov”. Cieľom je zvýšenie povedomia o zásadnej úlohe minerálov v našich životoch. Sú nevyhnutné v rôznych odvetviach a sú súčasťou prírody. Niektoré minerály majú liečivé vlastnosti, či už na očistné procesy od negatívnej energie alebo zlepšenie niektorých životných oblastí osoby, ktorá sa nachádza v energetickom poli minerálu. Každý minerál má svoje energetické pole s určitými vlastnosťami. Pokiaľ ho nosíme na tele vo forme náramku alebo náhrdelníku, tak sa naše energetické pole dostáva do priameho kontaktu s Aurou minerálu. Minerál má svoju energiu danú od prírody, preto nás pozitívne ovplyvňuje. Medzi najznámejšie patrí:



krištál - posilňuje energiu, čistí a harmonizuje. Rozjasňuje myseľ, upokojuje. Pôsobí na všetky neduhy



ružení - je nazývaný tiež minerálom lásky. Pomáha prejavovať city a vnímavosť. Podporuje fantáziu, inšpiráciu a tvorivosť. Neutralizuje vplyv nezdravého prostredia na organizmus. Chráni pred nočnými morami a podporuje pokojný spánok

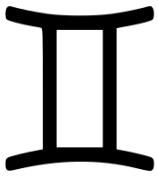


ametyst - je mimoriadne silný minerál s obrovskou ochrannou silou. Zaháňa negatívne emócie, stres a nespavosť. Pomáha so sústredenosťou a prijatím nových myšlienok. Zmierňuje bolesti hlavy a napätie.

Zdroj: internet

Hana Hubová

ČO NÁS ČAKÁ V NASLEDUJÚCOM MESIACI JÚN PODĽA LUNÁRNÉHO KALENDÁRA



Jún začína v znamení Blížencov a končí v znamení Raka. Jún je mesiac komunikácie, zvedavosti, učenia sa. Je vhodný na cestovanie, písanie, hovorenie a zdieľanie názorov. Je to mesiac prispôsobivosti, zmeny a rozmanitosti.

4. jún – spln v znamení Strelca – deň pre rozširovanie obzorov, hľadanie zmyslu dobrodružstva.



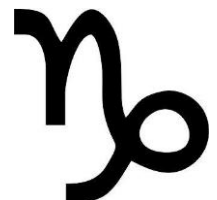
10. jún – posledná štvrt' mesiaca v znamení Rýb – deň pre meditáciu, relaxáciu, snívanie a intuíciu, vyhýbanie sa konfliktom a stresu, pomáhanie druhým alebo navštevovanie umenia a hudby.

15. jún – v druhej polovici júna nás čaká športový deň. V priestoroch kultúrneho domu v Čel'adinciach, sa bude konať, ôsmy ročník Žochárko-trogárskej seniorskej súťaže. Deň pozitívneho myslenia, športového zápolenia a dobrej zábavy.



18.jún – nov v znamení Panny – deň pre plánovanie, upratovanie a zlepšovanie efektivity, starostlivosť o zdravie.

26.jún – prvá štvrt' v znamení Kozorožca – deň pre ambície, ciele, disciplínu a zodpovednosť, prácu a kariéru, rešpekt a autoritu, trpezlivosť a vytrvalosť.



Zdroj : internet

Zuzana Molnárová

ZÁVEREČNÉ SLOVO

Rozhodla som sa, že májové číslo Domovín zakončím krásnymi, múdrymi slovami nemenovanej ženy, ktorá posledné roky svojho života strávila v nemocnici. Odkaz jej slov je aktuálny nielen pre nemocničný personál ale aj pre všetkých pracovníkov v pomáhajúcich profesiách. Nepodceňujme silu svojich skutkov, pretože aj jedným malým gestom môžeme zmeniť niekoho život, či už k lepšiemu alebo horšiemu. Vo svojej práci využívajme okrem odbornosti empatiu, čo znamená, vcítiť sa do situácie iného človeka, avšak neznamená, ľutovať ho. Lútosťou mu nepomôžeme. Súciťme. Súciť znamená zdieľať utrpenie druhého a prejavíme ním, čo cítime, keď vnímame to, čo cítia iní.

Mladé dievča je stále vo mne...

***Počúvajte, sestrička, keď sa na mňa pozeráte,
povedzte, koho pred sebou vidíte?***

***Ach áno, len úbohú starenku
s divnými očami, napoly šialenú...,
odpoveď nedá vám, jedlo jej padá,
nevníma, keď sa po nej niečo žiada.***

***O svete nevie, len pridáva prácu,
stráca topánky, ponožky, svetre... i krásu.
Niekedý je svojhlavá, inokedy sa vie správať,
je treba ju kŕmiť, obliekať i do postele dávať.***

Toto vidíte? Toto si myslíte?

***Sestrička, veď o mne vôbec nič neviete!
Budem vám rozprávať, kým všetkým som bola,
skôr ako som sa bezmocná, až sem k vám dostala.***

***Miláčikom rodičov, dievčatom s vrkočmi,
sladký život žila som s bratmi a sestrami.
Šesť nášťročnou kráskou lietajúcou v oblakoch,
dychtivou prvých lások a stále samý smiech.
V dvadsiatke nevestou so srdcom búšiacim,***

čo skladala svoj sľub za bielym závojom čipkovým.

A keď som mala zopár rôčkov po dvadsiatke,
chcela som šťastný domov pre moje deti krásne.

Potom prišla tridsiatka a putá lásky detí
ako rásťli, zomkli sme sa všetci.

A je mi štyridsať, syn a dcéra odchádza,
len verný muž ma stále sprevádza.

Päťdesiatka prišla a s ňou ďalší drobci malí,
čo mi v lone, ako tí prví sedávali.

Potom prišla doba zlá, môj manžel zomrel.
Budúcnosť je neistá, strach a bôľ si ma našiel.

Život však ide ďalej, moje deti majú vrásky
a ja len spomínam na ne a na dni lásky.

Príroda krutá je, i keď bol život krásny,
na staré kolená už nie sme takí vzácni.

Telo mi neslúži, s gráciou je amen,
kde srdce tĺklo prv, dnes cítim len kameň.

Však uprostred skazy tá mladučké dievča žije
a srdce jej, i keď ťažko, tam vo vnútri stále bije.

Spomína na radosť, na žiaľ, čo sa rozochvieva,
veď stále miluje i keď dávno nie je deva.

Málo bolo rokov a netiahli sa daromne,
ja zmierila som sa s tým, že všetko sa raz pominie.

Otvorte oči sestrička,
teraz, keď už všetko viete,
neuvidíte zvráskavenú starenku,
teraz už len MŇA uvidíte!

Zuzana Bartová



Číslo: 5/2023, vychádza 31.05.2023, mesačník

Adresa redakcie:

Informačné noviny „Domoviny“

„PENZIÓN“ ZSS

Čsl. Armády 1870/11, 955 01 Topoľčany

Šéfredaktorka: Mgr. Zuzana Bartová – vedúca sociálneho oddelenia

Redakčný tím: sociálni pracovníci: Mgr. Kristína Desatová– editor, príspevky,
technické spracovanie, Mgr. Zuzana Molnárová - príspevky,

Mgr. Hana Hubová – príspevky,

Mgr. Bibiana Domanická– príspevky,

Mgr. Martin Hajnovič – príspevky,

Inštruktor sociálnej rehabilitácie – Anna Šipková

Všetky uverejnené autentické fotografie boli vytvorené a použité na základe súhlasu dotknutých osôb.

Všeobecný zdroj spracovaných obrázkov: internet.