

„PENZIÓN“ Zariadenie sociálnych služieb Topoľčany



Informačné noviny

„Domoviny“



Číslo **6/2023**

Dátum vydania: 30.06.2023

OBSAH

ÚVODNÉ SLOVO	3
UDALOSTI A VÝROČIA V MESIACI JÚN	4
PETRO – PAVLOVSKÝ JARMOK S TOPOĽČIANSKYM TURISTICKÝM VLÁČIKOM	5
8.ROČNÍK ŽOCHÁRSKO – TROGÁRSKEJ SENIORIÁDY	6,7
DEŇ OTCOV V „PENZIÓNE“.....	8
VÍŤAZNÝ PROJEKT– VECNÉ DARY PRE “PENZIÓN“	9,10
HODY A DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ V „PENZIÓNE“	11,12
KRŠKANSKÁ VAREŠKA 2023	13
OZNAMY	14
JÚNOVÉ ČEREŠNE	15
TROCHU VESELIA	16
SÚŤAŽ – OSEMSMEROVKA A ÚLOHA OMAĽOVÁNKA	17,18
MODLITBA ZA UZDRAVENIE	19
BYLINKY PODĽA ZNAMENIA: VIETE, KTORÁ JE TÁ VAŠA	20-22
ČO NÁS ČAKÁ V NASLEDUJÚCOM MESIACI PODĽA LUNÁRNÉHO KALENDÁRA	23
POĎAKOVANIE	24
ZÁVEREČNÉ SLOVO	25,26
REDAKČNÝ TÍM	27



ÚVODNÉ SLOVO

Dámy a páni,

Tohto mesačný príhovor, nebyť šéfredaktorky, ktorá ma motivovala, by bol síce výstižný, ale stručný. Napísal by som: ĎAKUJEM. Ako už všetci viete, dožil som sa polstoročnice a uplynulé dni boli príjemne prežité. Ďakujem všetkým za prania, dary a príjemne strávené chvíle. Osobitne chcem a musím poďakovať Pánu Bohu aj za to, že moje kroky viedol do tejto firmy, medzi vás. Tu si človek uvedomí

svoje limity, svoju krehkosť, pominuteľnosť všetkých hmotných vecí aj vlastného zdravia a zároveň dostane možnosť slúžiť ľuďom a pristupovať k životu s pokorou a vdáčnosťou. Takže ĎAKUJEM.

Nechcem však riešiť iba seba. Máme tu mesiac jún, prvý letný mesiac, v ktorom máme aj najdlhší deň v roku – deň letného slnovratu. Vďaka Bohu, nikoho nenapadlo zapáliť svätojánsky oheň, i keď zrejme hromničný kahanec nám spôsobil mierny poplach. Hasiči vydávajú v horúcich letných dňoch výstrahy a chcel by som aj ja nabádať všetkých k opatrnosti. V celom zariadení platí zákaz manipulácie s otvoreným ohňom. To sa týka aj sviečok. Pred rokmi nám tu takmer zhorela modlitebňa z betlehemskeho svetla a rozhodne si nikto neželáme, aby nám zhorela aj nejaká iná miestnosť, pre zmenu z hromničnej sviečky. Keď je nečas, myslím, že kludne postačí sa pomodliť a Pán Boh isto nevyžaduje, aby to bolo pri sviečke. Môže nastať situácia, že búrka prejde, ale my vyhoríme.

Mesiac jún bol v našom zariadení pomerne bohatý na udalosti. Mali sme po covidovej prestávke Žochársko-trogársku seniorskú grilovačku, sme si pripomenuli Deň otcov, v čase písania tohto príhovoru sme v očakávaní hodov v Penzióne. Dúfam, že aj tieto sa podaria, tak ako aj predošlé podujatia. Robíme to pre klientov, nie preto, aby sme si vykázali činnosť v kalendári podujatí. Trochu ma mrzí, že nie všetci zamestnanci to tak chápú, že pracujú v Penzióne nielen preto, aby mali príjem, ale hlavne preto, aby klientom bola poskytnutá potrebná služba. Väčšina to však chápe správne. Škoda, že práve tí, ktorí to chápú nesprávne, dokážu znegovať úsilie ostatných. Každý, kto tu pracuje, sa musí s týmto vysporiadať a ujasniť si svoje poslanie vo svojej hlave. Toto je služba, služba ľuďom.

Takže úspešné vykročenie do leta, nezabúdať na pitný režim a Majme sa radi aj v júli.

Všetko dobré

Ondrej Božík, v.r

UDALOSTI A VÝROČIA V MESIACI JÚN

Jún je šiesty mesiac v gregoriánskom kalendári a má 30 dní. V pôvodnom rímskom kalendári bol zasvätený bohyni Junone, podľa inej interpretácie mladým ľuďom a mladosti vôbec (lat. iuniores – mladší, mládež).

1. jún : Medzinárodný deň detí

2. jún : v roku 1848 – v Prahe sa začal Slovanský kongres, zjazd slovanských predstaviteľov snažiaci sa zjednotiť všetkých Slovanov žijúcich v rakúskej monarchii

4. jún : v roku 780 pred Kr. – v Číne bolo prvé historicky zaznamenané zatmenie Slnka

7. jún : v roku 1861 je na Slovensku pamätný deň výročia Memoranda národa slovenského

8. jún : v roku 2004 – prvý prechod Venuše pred slnečným kotúčom v treťom tisícročí

15. jún : v roku 1215 – anglický kráľ Ján I. podpísal Veľkú listinu (Magna charta)

17. jún : v roku 1885 – do newyorského prístavu priviezli Sochu slobody

18. jún : v roku 1815 – v bitke pri Waterloo bol Napoleon Bonaparte definitívne porazený

19. jún : v roku 1941 – narodil sa Václav Klaus, bývalý český prezident, ekonóm a politik

25. jún : v roku 1741 – Mária Terézia bola v Bratislave korunovaná za uhorskú kráľovnú

30. jún : v roku 1953 – v továrni vo Flinte bol vyrobený prvý Chevrolet Corvette

Zdroj : www.wikipedia.sk

Kristína Desatová

PETRO – PAVLOVSKÝ JARMOK S TOPOĽČIANSKYM TURISTICKÝM VLÁČIKOM



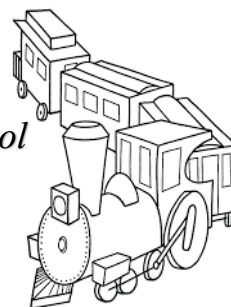
V dňoch od 15. 06. 2023 do 17. 06. 2023 sa v Topolčanoch konal Petro – Pavlovský jarmok. Počas neho po topolčianskych uličkách premával turistický vláčik, s ktorým sme spolu s klientami absolvovali jazdu po meste. Z neho sme obdivovali krásu Parku športovcov, ktorý sa nachádza pri rieke

Chotina, po sídliskách F – ko, Východ, Juh, Mexiko. Taktiež sme videli autobusovú a vlakovú stanicu. Súčasťou prehliadky bola aj návšteva oddychovej zóny Margarétka.



Klientom sa jazda vláčikom veľmi páčila.

Pre niektorých to bol zaujímavý zážitok.



Hana Hubová

8.ROČNÍK ŽOCHÁRSKO – TROGÁRSKEJ SENIORIÁDY



„PENZIÓN“ Zariadenie sociálnych služieb Topoľčany v zriaďovateľskej pôsobnosti Nitrianskeho samosprávneho kraja už osem rokov organizuje športové podujatie zamerané na spojenie trpezlivosti a športového nadšenia pod názvom „Žochársko-trogárska seniorská súťaž“. V areáli kultúrneho domu v Čeladinciach si dňa 15.06.2023 zmerali sily súťažiaci nielen z

usporiadateľského zariadenia, ale aj zo zariadení sociálnych služieb v zriaďovateľskej pôsobnosti Nitrianskeho samosprávneho kraja: „Borinka“, „Nitrava“, „Môj Domov“, „Viničky“ a v pôsobnosti mesta Topoľčany zariadenie „Komfort“. Podujatie zahájil riaditeľ „PENZIÓNU“ Ondrej Božík. Svojou návštevou nás poctili aj vzácni hostia, ktorí prijali pozvanie: podpredsedníčka NSK Martina Holečková, poslankyňa NSK a predsedníčka komisie sociálnej pomoci NSK Anna Laurinec Šmehilová, poslanec NSK Štefan Grach, vedúca odboru sociálnych vecí NSK Erika Róžová, vedúca oddelenia registra a posudkových činností Katarína Matušicová, viceprimátor mesta Topoľčany Juraj Želiska, súčasní a bývalí riaditelia zariadení sociálnych služieb. Súťažilo sa v disciplínach ako triedenie plastových loptičiek, puzzle so športovou tematikou, hokejbal, pop it, loptová hra, navliekanie farebných krúžkov na metlu. O radosť, zábavu a úsmev na perách v podobe piesní sa postarala hudobná skupina „Komfort band“ z Topoľčian. Po odznení posledných tónov nasledovalo očakávané vyhodnotenie a chutný obed. Absolútnym víťazom 8. ročníka „Žochársko-trogárskej seniorskej súťaže“ sa stal súťažný tím „Môj Domov“. Ďakujeme súťažiacim, prítomným hosťom, sponzorom: COOP Jednote a starostovi obce Čeladince Danielovi Hučkovi za nezabudnuteľné športové dopoludnie.



Úspech je súčet malých snáh opakovaných deň čo deň.

- Robert Collier -



Kristína Desatová

DEŇ OTCOV V „PENZIÓNE“

V tretiu júnovú nedeľu si pripomíname deň otcov. Medzinárodný Deň otcov je sviatok oslavujúci všetkých otcov a otcovstvo, pričom zdôrazňuje vzťah otca k dieťaťu, ako aj jeho úlohu v spoločnosti.



V našom
zariadení sme
si tento deň
pripomenuli o
pár dní skôr a to
v piatok 16.
Júna 2023.



Už tradičnou súčasťou tohto dňa sa stala „opekačka“, ktorá sa konala v záhrade zariadenia. Pán riaditeľ našim mužom a otcom milým slovom zaprial všetko najlepšie k sviatku a odovzdal aj malý darček. Príjemné dopoludnie nám tak rýchlo ubiehalo aj vďaka spoločnosti našich klientiek, hudby a dobrého jedla. Naším otcom a mužom ešte raz prajeme Všetko najlepšie.

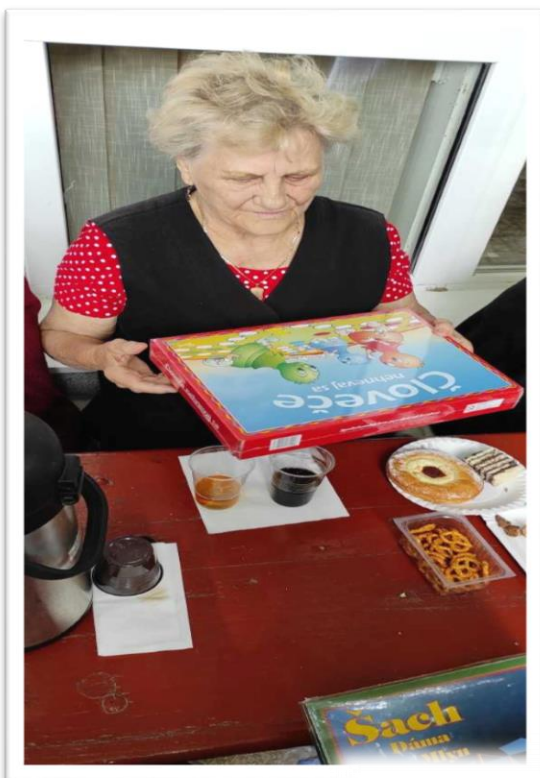


Martin Hajnovič

VECNÝ DAR PRE "PENZIÓŇ"

Študenti zo strednej odbornej školy techniky a služieb v Topoľčanoch pod vedením profesorky Márie Urminskej zvíťazili v projekte vo fiktívnej firme, ktorú mali vytvoriť a prevádzkovať. Za prvé miesto dostali finančný obnos, z ktorého za 90 euro nakúpili našim prijímateľom sociálnych služieb zaujímavé spoločenské hry a pastelky, ktoré využijú na skupinovej a individuálnej sociálnej rehabilitácii. Študentom za ich šľachetný čin veľmi pekne ďakujeme.





ĎAKUJEME



Hana Hubová



HODY A DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ V „PENZIÓNE“

Kaplnka v „PENZIÓNE“ Zariadení sociálnych služieb v Topoľčanoch je zasvätená Panne Márii, Matke ustavičnej pomoci. Z tohto titulu pripadli na deň 27.06.2023 hody. Hodovú atmosféru sme spojili s Dňom otvorených dverí. Hovorí sa, že najlepšia príležitosť na prejavenie pravdy sú

„Otvorené dvere“.... Pestrý program sa začal v predvečer pobožnosťou s kňazom. V deň hodov bola svätá omša, slávnostný obed a popoludní sa otvorili dvere pre záujemcov, náhodných návštevníkov, či zvedavcov. Jedáleň zariadenia sa zmenila na výstavu vkusných výrobkov našich klientov. Na plátne sa premietali krátke spomienkové videá z rôznych aktivít a činnosti s klientmi. Zvedaví návštevníci si prezerali kroniky, fotografie, interný mesačník Domoviny, propagačný a informačný materiál. Popritom živo diskutovali s riaditeľom, ktorý ich oboznámil s hodnotami, víziou a misiou „PENZIÓNU“, s projektom zameraným na úpravu exteriéru. Súčasne prebiehala ukážka pletenia košíkov zručnými klientkami. Záujem bol aj o prehliadku interiéru. Nadšenie prítomných bolo viditeľné najmä v novovytvorených priestoroch, ku ktorým patrí zimná záhrada, kde našla svoj domov andulka a morča, relaxačná miestnosť, kaplnka, miestnosť sociálneho poradenstva. Chutné hodové občerstvenie umocnilo celkový dojem a príjemne strávené popoludnie.





Deň otvorených dverí bol príležitosťou vzájomne sa vypočuť a stretnúť. Ďakujeme za účasť, tešíme sa nabudúce.

Bibiana Domanická

KRŠKANSKÁ VAREŠKA 2023

Dňa 29. 06. 2023 sa klienti Penziónu zúčastnili na súťaži vo varení gulášu v Krškanoch. Pri krájaní ingrediencií a počas kuchtenia, im spríjemnila a vyčarila dobrú náladu živá kapela. Súťažiacich prišla podporiť a motivovať, aby navarili čo najlepšie aj podpredsedníčka Nitrianskeho samosprávneho kraja Martina Holečková. Pri peknom slnečnom dni si následne pochutnávali na výborne uvarenom guláši. Za účasť na podujatí boli odmenení diplomom.



Hana Hubová

OZNAMY



V mesiaci máj oslávili naši klienti narodeniny a meniny:

Narodeniny: Viera A., Anna B., Terézia D., Otília G., Mgr. Eva K., Jozef K., Ing. Kvetoslava L., Mária P., Viliam S., Štefánia Š, František Z.

Meniny: Júlia, Vilma, Gertrúda, Gizela, Viliam

Vitajte medzi nami

V mesiaci máj prišli do nášho zariadenia:

Mgr. Pavol Š., Emil B., Marta K., Júlia M., Jozef R.



Smútočné a spomienkové oznamy

V máji nás navždy opustili: Mgr. Pavol Š., Anna M., Mária P., Jarmila B., Veronika S., Alexander K.



Výherca z predchádzajúceho čísla

Srdečne gratulujeme pani Makovej D.

za správne

vylúštenú osemsmerovku v mesiaci

jún 2023.



Hana Hubová



JÚNOVÉ ČEREŠNE

V júni vo veľkom dozrievajú čerešne. Rozpoznávame sedem čerešňových týždňov, do ktorých sú rozdelené jednotlivé odrody podľa termínu dozrievania. Tie najskoršie unikajú obávanej vrtivke čerešňovej. Júnové čerešne nebývajú červavé. Kým vrtivka trápi neskoršie - letné odrody čerešní, iné tuzemské živočíchy žijú s čerešňami v pozoruhodnom súlade. Celkovo je na čerešňu, obľúbenú a rozšírenú ovocnú drevinu, naviazaný oveľa vyšší počet živočíchov, než si dokážeme predstaviť.

Čerešňa má strom od stromu veľmi premenlivé plody od žltých cez svetločervené až po sýtočervené až čierne. V júni sa mení na hostinec, pri ktorom nachádza obživu i svoj domov plejáda živočíchov od chrobače cez veverice, jazvece a líšky až po všetko naše d'atľovité vtáctvo a množstvo ďalších spevavcov. Samozrejme, na úrodu čerešní sa netešia len operenci, ale aj my. Práve v júni naplno začíname s oberaním a so spracovaním tohto skvelého ovocia. Čerešne sú najlepšie čerstvé, ale dajú sa z nich robiť aj rôzne dobroty, napríklad čerešňové koláče, čerešňové crumble, džem s rumom, panna cotta s čerešňovým želé, zavárané čerešne, čerešňové víno a sirup.

Čerešne sú prospešné aj pre naše zdravie :

- Chránia väzivové tkanivo pred enzymatickým rozkladom,
- majú omladzujúce účinky, skrášľujú plet', pôsobia protizápalovo,
- pomáhajú pri paradentóze, zmierňujú reumatické ochorenia kĺbov a dnu, pomáhajú pri redukcii hmotnosti ...

Podobne ako ostatné kôstkovice dochádza pri kontakte s vodou k rýchlemu kvaseniu, čo spôsobuje značné neprijemné zažívacie problémy a preto sa odporúča, aby sa ich konzumácia nespájala s pitím vody.

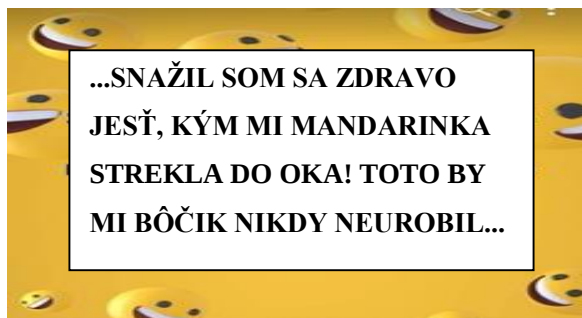
Zdroj : internet



Zuzana Molnárová



TROCHU VESELIA -VTIPY KTORÉ VÁM ZDVIHNÚ NÁLADU-



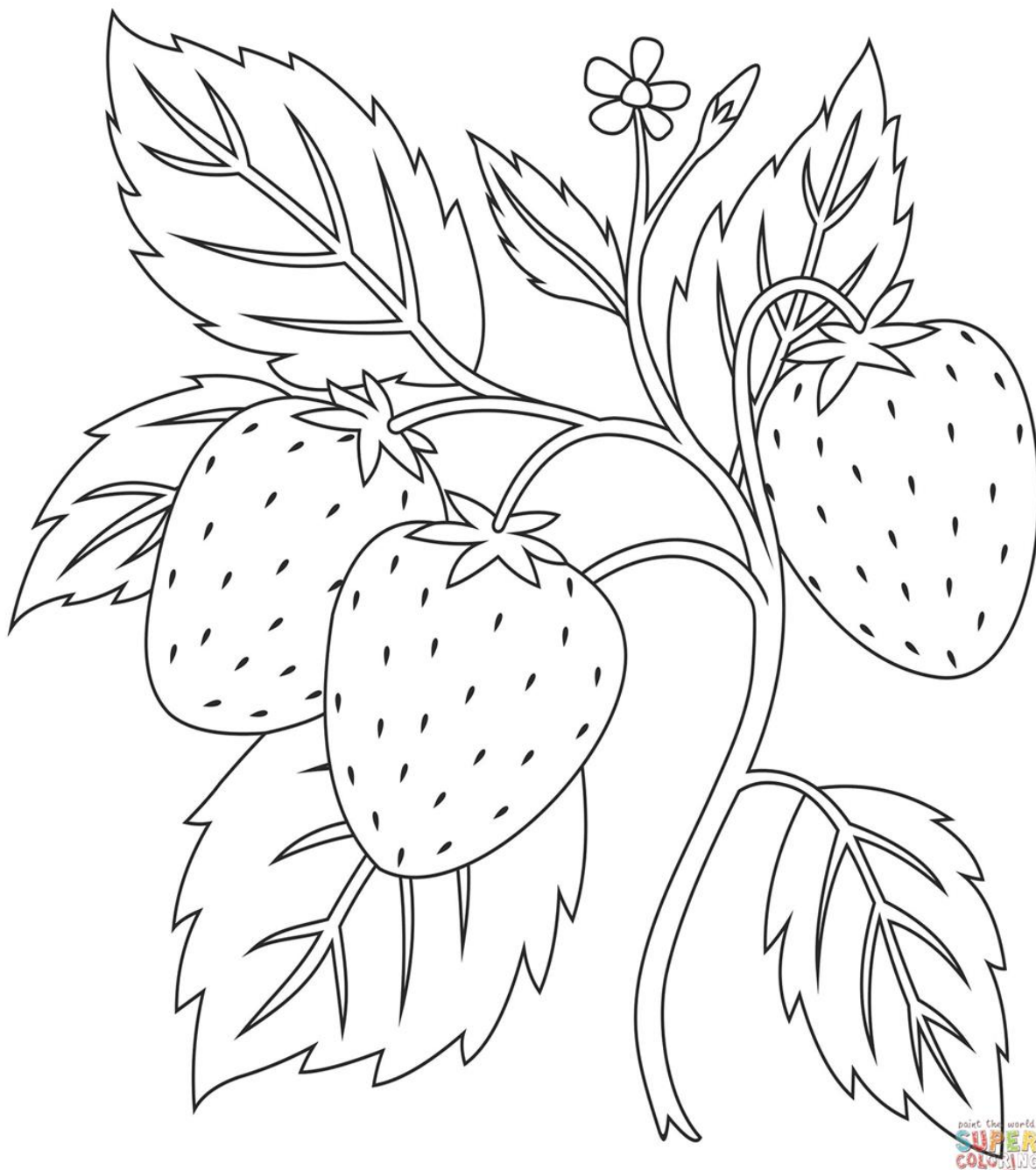
Zdroj : internet



Bibiana Domanická

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 augusta 2023.



Meno a priezvisko :

SÚŤAŽ – OSEMSMEROVKA

Každoročne, od roku 1970 si 22. apríla pripomíname

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

--	--	--	--	--	--	--

BALÓNIK, BAMBUS, BASKETBAL, BIEDA, BOJOVNOSŤ, BRADA, CIKÁDA, DREVO, DRUŽSTVO, GEOGRAF, HROZNO, KAPSA, KAUA, KOHÚT, KOLOSEUM, KOMENTÁTOR, LAVÍNA, MACKO, MARMELÁDA, MRAMOR, MRVENIČKA, NÁDRŽ, NÁKLADIAK, NEVERA, OBRAZOVKA, OŠÍPANÁ, PADÁK, PAVIÁN, POČASIE, POTRAVINA, ROLETA, SEMENO, SESTRA, SPLAV, STRÁŽNIK, ŠPAJZA, TOTEM, ULICA, ÚTRŽOK, VITAMÍN, VÝKAZ, VÝVOJ, ZÁPAS, ZLATNÍCTVO, ZÚBOK

Meno a priezvisko :

Zdroj: internet

Zuzana Molnárová

MODLITBA ZA UZDRAVENIE



Pane, vládca všetkého, lekár našich duší i tiel, ktorý ponižuješ a povznášaš, trestáš a opäť uzdravuješ. Navštív svojou milosťou svojho chorého služobníka (meno), vztiahni svoju dlaň plnú liečenia a uzdravenia, uzdrav ho a pozdvihni z lôžka a choroby. Vyžeň z neho ducha choroby, horúčku a zimnicu. Ak je v ňom hriech či nepravosť, oslab ju, odpusť a prepáč mu pre svoju ľudomilnosť. Ó, Pane, skrze svoju ľudomilnosť uštedri milosť svojmu stvoreniu v Christu Isusu, v našom Pánovi, s ktorým si blahoslavený s presväтым, blahým a oživujúcim Tvojím Duchom, teraz i vždy až na veky vekov. Amen.

Zdroj : internet <https://www.modlenie.sk/modlitba-za-zdravie/>

Kristína Desatová

BYLINKY PODĽA ZNAMENIA: VIETE, KTORÁ JE TÁ VAŠA?

Možno ste si všimli, že nie každá bylina vám sadne a kým mnohí milujú levanduľu, vy ju nemôžete ani cítiť! Ktorý čaj sa vám oplatí piť a ktorá bylina zbierať?



Baran (20. 3. - 19. 4.)

Kraľuje mu žihľava dvojdomá, ale aj medovka.

Baran je ohnivé znamenie a vládne mu Mars. Ten ovláda hlavu. Žihľava dokáže poriadne popŕhliť a obsahuje, podobne ako Mars, veľa železa. Žihľava povzbudzuje a má aj detoxikačné účinky. Môže pomôcť pri bolestiach hlavy a lieči obličky. S bolesťami hlavy si poradí aj ďalšia rastlina tohto znamenia - medovka. Pite ju ako čaj, alebo si z nej urobte voňavý kúpeľ.

Býk (20. 4. - 20. 5.)

Kraľuje mu šalvia lekárska, ale aj tymian.

Býk je zemské znamenie a vládne mu Venuša. Tá ovláda krk, hlasivky, mandle a jazyk. Možno aj preto je predurčená tomuto znameniu šalvia, ktorej listy nápadne pripomínajú jazyk. Využitie našla pri liečbe zápalu mandlí, hrdla aj ústnej dutiny. Ak máte problémy s trávením, určite siahnite po tymiane. Použite ho na dochutenie jedla alebo si z neho uvarte čaj.

Blíženci (21. 5. - 20. 6.)

Kraľuje im pľúcnik lekársky a kozlík lekársky.

Blížencom vládne Merkúr, a keďže hovoríme o vzdušnom znamení, Blíženci mávajú často problémy s pľúcami, dýchacími cestami, ale aj s nervovými dráhami a rukami. Obidve rastliny zmierňujú kašeľ a telo zbavujú hlienov. Ideálne je, keď výluh z nich pijete v malých dúškoch ako čaj.

Rak (21. 6. - 21. 7.)

Kraľuje mu rebríček obyčajný, levanduľa a mäta pieporná.

Rak je vodné znamenie a vládne mu Mesiac. Ten ovláda žalúdok aj ženské orgány. Ak ste sa narodili ako „Račica“, mali by ste siahnuť po bylinkách, ktoré pôsobia na žalúdok – konkrétne na jeho upokojenie. Vhodný je na to čaj

z kvietkov rebríčka obyčajného, ktorý nepôsobí len na žalúdočné ťažkosti, ale používa sa aj pri liečení ženských chorôb. Ak zbožňujete vôňu bylín, vyskúšajte inhaláciu levandule a mäty piepornej.

Lev (22. 7. - 22. 8.)

Kraľuje mu púpava lekárska a nechtík lekársky.

Lev je ohnivé znamenie a vládne mu Slnko. To ovláda srdcovo-cievny systém, chrbticu, imunitu. Možno aj preto, že kvet púpavy pripomína Slnko a patrí neodmysliteľne k tomuto znameniu. Púpava lieči oči, ale aj pečeň, žľník a žalúdok. Zamerajte sa však nie na jej kvet, ale najmä na liečivý koreň. Bylinkou, ktorá vám môže pomôcť pri kardiovaskulárnych ťažkostiach, je zasa mesiačik. Doprajte si liečivý čaj z tejto rastliny.

Panna (23. 8. - 22. 9.)

Kraľuje jej palina, žihľava a eukalyptus.

Panna je zemské znamenie a vládne jej Merkúr. Ten ovláda najmä trávenie, črevá a nervový systém. Palina vám pomôže s trávením, ale má účinky aj proti črevným parazitom. Doprajte si detoxikačnú kúru zo žihľavy, a ak máte problémy s dýchaním, pomôže vám eukalyptus, lebo má silné antiseptické účinky. Užívajte ho formou arómat terapie.

Váhy (23. 9. - 22. 10.)

Kraľuje im rakytník.

Váhy sú vzdušné znamenie a vládne im Venuša. Tá ovláda najmä obličky. Ak máte s nimi problémy aj vy, pomôcť by vám mali rakytníkové bobuľky. Jedzte ich. Sú skvelé na zvýšenie imunity.

Škorpión (23. 10. - 21. 11.)

Kraľuje mu ostružina, vres, medovka aj černica.

Škorpión je vodné znamenie a vládne mu Mars aj Pluto. Tieto planéty ovládajú močové cesty, hrubé črevo, konečník, nos, žľník a pohlavné orgány. Listy černice pomáhajú pri niektorých zápalových ochoreniach močových ciest, ale aj pri hnačke. Jej plody a listy totiž priaznivo pôsobia na vyprázdňovanie. Vres a medovka zasa pôsobia upokojujúco.

Strelec (22. 11. - 20. 12.)

Kraľuje mu repík lekársky, púpava a podbeľ.

Strelec je ohnivé znamenie a vládne mu Jupiter. Ten ovláda nohy, svaly a pečeň. Vedeli ste, že rastliny so žltými kvetmi dokážu liečiť pečeň? Dokáže to nielen

repík, ale aj púpava a podbeľ. Zo všetkých rastlín je vhodné urobiť výluh a piť ho po dúškoch.

Kozorožec (21. 12. - 19. 1.)

Kraľuje mu kostihoj lekársky a praslička.

Kozorožec je zemské znamenie a vládne mu Saturn. Ten ovláda kosti, kĺby a zuby. Ak máte reumu alebo vám opúchajú kĺby, prekonali ste zlomeninu, prípadne máte kostné výrastky na rukách a nohách, siahnite po kostihoji.

Tinktúru z prasličky roľnej zasa môžete využiť nielen pri zdravotných ťažkostiach, ale aj na posilnenie nechťov a vlasov.

Vodnár (20. 1. - 18. 2.)

Kraľuje mu valeriána lekárska, medovka a levandul'a.

Vodnár je vzdušné znamenie a vládne mu Saturn aj Urán. Tieto planéty ovládajú najmä nervový systém. Ak sa cítite nervózne a podráždene, vyskúšajte účinok valeriány.

Výluh z jej koreňa dokonca pomôže aj pri nespavosti. Správnu voľbou pri podpore nervovej sústavy je aj medovka. Ak máte chuť na uvoľňujúci kúpeľ, siahnite po aromatickej a relaxačne pôsobiacej levanduli.

Ryby (19. 2. - 19. 3.)

Kraľuje im skorocel aj nechtík lekársky.

Ryby sú vodné znamenie a vládne im Jupiter a Neptún. Tieto planéty ovládajú lymfatický systém a chodidlá. Ak ste sa narodili v znamení Rýb, siahnite najmä po rastlinkách, ktoré posilňujú pohybové ústrojenstvo. Pri ťažkostiach s kĺbmi pomáha obklad zo skorocelu a lymfatický systém zasa podporí nechtík lekársky.

Osvedčil sa aj pri podpore imunity a pozitívne vplývajú na činnosť sleziny a pečene.



Zdroj: <https://zdravie.pluska.sk/zdravy-zivot/bylinky-podla-znamenania-zbierajte-ovoniavajte-pite-caje-ktore-su-pre-vas-najlepsie>, zdroj obrázkov: <https://magazin.klarstein.sk/bylinky-su-poklad-kuchyne-vypestujte-si-ich/>; <https://alfamedicalteam.com/obchod/pupava-repik>.

ČO NÁS ČAKÁ V NASLEDUJÚCOM MESIACI JÚL PODĽA LUNÁRNÉHO KALENDÁRA

V júli sa deň skracuje o 59 minút. Slnko putuje v Rakovi a 23. júla vstupuje do znamenia leva. Spln nastane 3. júla, posledná štvrt' 10. júla, nov 17. júla, prvá štvrt' 26. júla.

Lunárne predurčenie

5.-6. júla *upratovať, ukladať šatstvo a vetrať*

7.-8. júla *odstraňovať bradavice*

16. júla *prať bielizeň, uvoľniť potláčané emócie*

19.-20. júla *strihať vlasy*

21.-23. júla *presádzať rastliny*

26.-28. júla *zbierať liečivé rastliny*



Júl je mesiac lesných plodov a vyhriatých lúk, tráva schne a obilie žltne. Niektoré spevavce začínajú druhýkrát hniezdiť. Prebieha srnčia ruja, jelene začínajú rozbíjať parožie. Vládnuťou planétou je Mars. V júli je podľa tradičnej čínskej medicíny najviac zaťažený krvný obeh. Krvný obeh zabezpečuje srdce, ktorého nepretržitou aktivitou je krv vhaňaná do celého organizmu. Ako veľmi je srdce touto činnosťou namáhané, je možné určiť podľa hodnôt krvného tlaku. Normálne sa systolický tlak pohybuje od 100 do 140 a diastolický od 60 do 90.

Zdroj : internet

Zuzana Molnárová

POĎAKOVANIE



Pod'akovanie

*Vážený pán riaditeľ a zamestnanci „PENZIÓNU“,
prijmite našu vďaku za prípravu a usporiadanie
podujatí: športové hry v Čeladinciach, hody a deň
otvorených dverí v „PENZIÓNE“.*

*Touto cestou sa chceme, v mene všetkých klientov
zariadenia, poďakovať všetkým zamestnancom, ktorí sa
pričinili a boli zapojení do priebehu týchto podujatí.*

*Veľké „ĎAKUJEME“ chceme vyjadriť predovšetkým
pani Zuzke Bartovej, ktorá bola hlavnou
organizátorkou a za pomoci ostatných sociálnych
pracovníkov to zvládla výborne.*

*Ďalej ďakujeme pani Anke Šipkovej, ktorá pripravila
prezentáciu výrobkov aj s klientami, ktorí na tom
pracovali.*

*Na záver veľká VĎAKA patrí pánovi riaditeľovi
Ondrejovi Božíkovi, ktorý bol hlavným garantom
všetkých podujatí a mal nad nimi záštitu.*

*Srdečne ešte raz ďakujeme a tešíme sa na ďalšie nové
podujatia.*

Klienti „PENZIÓNU“ D.B. & J.J.

ZÁVEREČNÉ SLOVO



Pri príležitosti životného jubilea nášho riaditeľa Ondreja Božika, som ho takmer po dvoch rokoch opäť požiadala o rozhovor:

Päťdesiatka je vek, pri ktorom sa zvykne bilancovať, čo človek stíhol. Bilancuješ aj Ty?

Aj by som, ale momentálne je taká situácia, že ani nie je kedy. Možno cez dovolenku sa prudko zamyslím.

Ale už keď si ma „načala“, v zásade také méty, ktoré muži mávajú mám splnené. Akurát, že som nepostavil dom, len zrekonštruoval byt a nemám syna. Ale dcéra je super, takže nepovažujem to za nedostatok.

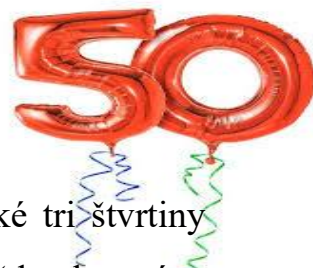
Keby si si mal sám niečo zaželať, čo by to bolo?

Mužom a nielen z „Klubu 50“ zvyknem priať „sviežosť ducha a sexuálnu čulosť až do neskorej staroby“. Je to super, ale...

Rád čítam Mini zamyslenia v Konzervatívnom denníku (vrelo odporúčam) a ich autor niekedy definuje peklo ako prázdnotu bez vzťahov. Inak povedané, život sa naplňa a aj napr. kresťanské hodnoty sa realizujú vo vzťahoch k ľuďom, k Bohu. Nejde samozrejme len o tie intímne vzťahy, ale o vzťahy všeobecne. Takže v tomto kontexte by som si prial kvalitné, vzájomne obohacujúce vzťahy až do smrti.

Je miesto riaditeľa v „PENZIÓNE“ to, čo si chcel, alebo máš inú predstavu o svojej vysnívanej práci?

Táto práca je najzaujímavejšia, najkrajšia ale súčasne aj najnáročnejšia akú som vo svojom doterajšom živote robil. Nemám nejakú vysnívanú prácu. Skôr vždy chcem byť platným členom tímu.



Myslíš si, že si dieťa šťastný?

V istom zmysle áno. Máme vo zvyku nadávať, ale možno nejaké tri štvrtiny ľudstva sú na tom podstatne horšie ako my. To, že život nebeží vždy ako práve chceme, býva síce nepríjemné, ale robí to samotný život zaujímavejším a pestrším. A nemôžem taktiež zabudnúť na svoju rodinu, jednak tú užšiu, širšiu ale aj tú „penziónovú“. Čo viac treba k šťastiu?

Si od prírody optimista?

Skôr by som povedal, že realista s dôverou v nekonečnú Božiu múdrosť a hlavne milosrdenstvo, čiže optimista, ale nie od prírody. □ Celkovo si myslím, že kresťanstvo má optimizmus vo svojej DNA, resp. sa nezlučuje s pesimizmom.

Na čo by si chcel byť expert?

Na ženy. Nie teda ako Casanova, ale dokázať im porozumieť.

V minulom rozhovore, si na jednu otázku odpovedal, že budeš spokojný, keď dokončíme v „PENZIÓNE“ kaplnku. Úloha splnená. Aké máš ďalšie pracovné ciele?

Tých je viac, ale taký najhmatateľnejší, pretože je to cieľ tzv. „na efekt“ je úprava nášho „pozemochu“. To je taký „neduh“ zariadenia. Samozrejme aj estetizácia interiéru budovy a tiež kompaktné fungovanie tímu kvality. Ale keď budeš robiť so mnou pri nejakej príležitosti rozhovor, zameraj sa na vyhodnotenie cieľa - exteriér.

Ďakujem za rozhovor. V mene klientov i zamestnancov Ti želám, aby Ťa pozitívna energia, dobrá nálada a záujem o prácu neopúšťali. K tomu veľa rodinnej pohody, zázemia, šťastia a osobnej spokojnosti.

Ďakujem.



Zuzana Bartová



Číslo: 6/2023, vychádza 30.06.2023, 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,

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

Všeobecný zdroj spracovaných obrázkov: internet.