
Život v Harmonii

Časopis pre klientov a zamestnancov
zariadenia sociálnych služieb



Harmonia zariadenie sociálnych služieb, Strážske

Ročník 11, číslo 2/2018

Obsah	2
Úcta a rešpekt	3
Medzinárodné plavecké preteky	4
Stavanie mája	5
Majáles	6–7
Deň matiek	8
Strážčanský jarmok	9
Most úsmevov	10-11
Rozlúčka v CVCĎ	12
Zasmejme sa	13
Rekreačný pobyt	14 – 15
Súťaž opatrovateliiek	16
Blahoželáme jubilantom	17
Blahoželáme, Opustili nás	18
Čo nás čaká v nasledujúcom štvrtroku	19
Redakčná rada	20

Úcta a rešpekt

„Láska bez úcty nemôže dôjsť ďaleko, ani vzlietnuť vysoko - je to jednokrídly anjel.“

(Alexander Dumas starší)

Všetci túžime po úcte. Táto vnútorná túžba, potreba, aby nás mali ľudia v úcte, nám ukazuje, aký potenciál máme vo zvýšení vlastnej sebaúcty. To, čo mnohí vo vzťahu k iným považujeme za prirodzené, oveľa menej uplatňujeme sami k sebe. Vzájomný rešpekt a úcta umožňuje spoznať, akú hĺbku má ľudská blízkosť, láska. Rešpektovať blížneho znamená pokojne môcť vysloviť vetu: Milujem ťa, rešpektujem tvoju cestu, tvoj názor, nechávam ťa ísť tvojou cestou, akceptujem ťa takého, aký si, aj keď s niektorými tvojimi názormi hlboko nesúhlasím." Kde niet rešpektu a úcty, tam prichádza hnev, agresivita, žiarlivosť, závisť, pohrdanie, ignorácia, arogancia, strach. Kde niet rešpektu a úcty, tam dochádza k narušeniu vzťahov, ktoré človeku znemožňujú žiť šťastný, pokojný, zdravý život v hojnosti, dostatku a radosť, šťastí.

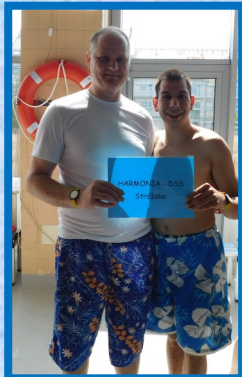


Treba si zvoliť cestu, ako mať v úcte seba, predkov, ľudí, zvieratá, rastliny, matku Zem, vesmír i Boha. Aby ste precítili, že Vesmír nemá hranice, tie sú v nás a nimi sme sa od Sveta oddelili. Vráťme sa k celistvosti, jednote. V celistvosti je zdroj zdravia, šťastia, pokoja a spokojnosti. V nej je i zdroj hojnosti a radosť.

Má to zmysel skúsiť. Urobte to teraz

/Zdroje a teória etikoterapie/

Medzinárodné plavecké preteky



Domov sociálnych služieb - Domko zorganizoval tohto roku už 8. ročník plaveckých pretekov zdravotne znevýhodnených pod záštitou predsedu KSK Ing. Rastislava Trnku, ktorý sa konal dňa 25.4.2018 v Košiciach. Pretekov sme sa aktívne zúčastnili s dvoma prijímateľmi sociálnej služby, ktorí si zasúťažili v dvoch plaveckých disciplínach, 25 m prsia a 25 m voľný spôsob. Plávaniu sa v zariadení venujeme už niekoľko rokov, pravidelne navštevujeme mestskú plaváreň v Humennom, kde si zdokonaľujeme plavecké štýly a zlepšujeme fyzickú kondíciu.

Získané plavecké schopnosti sme odprezentovali práve na týchto pretekoch, kde si prijímatelia dokázali, že zvládnu fyzickú aj psychickú záťaž a dokážu konkurovať aj mladším



a skúsenejším pretekárom. Ich výkony sa oproti minulému roku výrazne zlepšili, čím sa zvýšilo aj ich sebavedomie. Prekonali trému, zabojovali, čím nás úspešne reprezentovali.

Na ich výsledky boli hrdí nielen oni samotní, ale aj celé naše zariadenie. Domov si odniesli aj vecné ceny a diplomy. Ďakujeme organizátorom za usporiadanie krásnej športovej akcie a veríme, že sa zúčastníme aj nasledujúcich ročníkov pretekov v plávaní, ktoré sa pre nás stali už tradíciou.

Mgr. Lipovská Silvia

Stavanie mája



Stavanie mája sa podľa tradícií realizuje v podvečer 1. mája. Vychádza to z ľudovej tradície, keď začiatkom mája chlanci stavali svojim dievčatám pred domom vysoký strom ozdobený stužkami tzv. máj. V meste sa táto tradícia vo forme celomestského podujatia organizuje už niekoľko desaťročí v popolud-

ňajších hodinách. Súčasťou podujatia je samotný akt stavania mája a pesný kultúrny program. Ich súčasťou sú vystúpenia detí z materskej školy, základnej školy, CVČ ale i amatérskych umelcov. Pravidelne sa tohto podujatia zúčastňujeme s prijímateľmi sociálnej služby, ktorí si užívajú sviatočnú náladu, kultúrne vystúpenia a nadväzujú nové priateľstvá a kontakty.



Mgr. Lipovská Silvia



M a j á l e s

K mesiacu máj patria aj veselé zábavy s dobrou muzikou. A tam predsa nesmie chýbať spev, tanec a hovorené slovo. Touto tradíciou sa niesol majáles s prijímateľmi sociálnych služieb v zariadení Harmonia. Speváčky zo speváckeho zboru vyzdobili briezku farebnými stuhami. O úsmev na perách sa postaral p. Peter S. hovoreným slovom. Bohatý program pokračoval rôznymi športovými súťažami, nechýbala ani opekačka a občerstvenie. Všetkým prítomným sa podujatie veľmi páčilo, s radosťou si užívali snáď najobľúbenejšiu slovenskú tradíciu.



Mgr. Mária Štofejová





Deň matiek



Tradične ako každý rok si pripomínáme v zariadení sociálnych služieb Harmonia krásny sviatok, „**DEŇ MATIEK**“. „*Mama je najvernejším priateľom, ktorého máme. Je pri nás vždy, keď prekonávame ťažké životné skúšky, krízy, neúspechy, ale aj keď prežívame akékoľvek úspechy či radosti*“. Poďakovanie a úctu vyjadriť všetkým mamám prišli nielen prijímatelia sociálnych služieb, ale aj deti z Centra voľného času. Krásne básne, ľudové piesne a tance rozochveli každé srdiečko. V závere pestrého programu deti a prijímatelia obdarovali mamy malým darčekom na pamiatku.

Mgr. Lucia Roháčová



Strážčanský jarmok

Pri príležitosti XXII. ročníka „Strážčanského jarmoku“ ktorý sa konal dňa 25.5.2018 sme už tradične prijali pozvanie na prezentáciu zariadenia sociálnych služieb Harmonia. Ukázali sme pestrú škálu rôznych výrobkov, na ktorých príprave sa podieľali prijímatelia sociálnych slu-



žieb spolu so šikovnými pracovníčkami zariadenia. Za symbolickú cenu mohli okoloidúci obyvatelia mesta podporiť šikovnosť a talent prijímateľov. Rozmanitý program a zaujímavé vystúpenia umocňovali príjemnú atmosféru, ktorá sa niesla mestom v tento výnimočný deň. Už teraz sa tešíme na ďalší ročník,

kde budeme môcť znova ukázať šikovnosť prijímateľov sociálnych služieb.

Mgr. Lucia Roháľová

Most úsmevov

Dňa 29. 5. 2018 sa uskutočnil už 15. ročník festivalu dramatickej tvorivosti prijímateľov domovov sociálnych služieb v pôsobnosti Košického samosprávneho kraja v Jumbo centre v Košiciach. Súbor Svetielko sa tento rok na festivale prezentoval scénickým tancom pod názvom „Dobytie raja“.

Keď sa povie slovo raj, všetci si vybavíme pokoj a radosť. Život v raji bol pekný, harmonický a plný lásky, no len pokiaľ sa aj sem nedostalo zlo. Zlo, ktoré so sebou prinieslo zlosť, hnev a nenávisť. Členovia divadelného súboru Svetielko pomocou hudby a tanca stvárnili tento nekonečný boj dobra a zla svojím spôsobom. Je to nikdy nekončiaci boj, s ktorým sa stretáva snáď každý z nás. Vystúpenie zožalo veľký úspech v podobe potlesku a slov uznania, čo bolo najväčším zadostučinením za chvíle strávené nacvičovaním tohto krásneho tanca.

Mgr. Beáta Danková



Súbor Svetielko



Rozlúčka v CVČ

Dňa 31.5.2018 sa prijímatelia sociálnej služby zariadenia Harmonia a zariadenia sociálnych služieb Lidwina Strážske stretli, aby sa spoločne zabavili a zároveň sa rozlúčili s krúžkovou činnosťou v CVČ Strážske.

Celé stretnutie sa nieslo v duchu dobrej nálady a vzájomného priateľstva. Nechýbal tanec, súťaže a nakoniec prekvapenie vo forme hranoliek s kečupom, ktorým sa prijímatelia veľmi potešili. Ďakujeme CVČ a zvlášť vedúcej krúžku p. Fedárovej za vytvorenie príjemnej atmosféry a tešíme sa na ďalšiu spoluprácu v novom školskom roku.



Zasmejme sa

Väzeň sa pýta strážcu:

„Prečo tu máte na oknách mreže?“

„Z bezpečnostných dôvodov.“

„Taká hlúposť! Kto by sa sem chcel vlámať?“



Moja žena si zobrala do hlavy, že jej chce niekto ukradnúť všetky šaty.

- Ako vieš?

- Najala si do skrine strážnika.

Učiteľka sa pýta Jožka, syna mafiána:

- Jožko, máš šesť jablák a sused ti z nich zoberie tri jablká. Čo ti zostane?

- Šesť jablák a mŕtvy sused.

Dežo sa chváli kamarátovi:

- Vieš, Jožo, ja robím na takom mieste, kde ma ľudia veľmi potrebujú.

- A čo si vari ministrom? - pýta sa Jožo.

- To nie, - odvetí Dežo, - ale som šéfom vo verejných záchodoch...



Rekreačný pobyt na Zemplínskej šírave

Zemplínsku šíravu každoročne navštevujeme, aby sme si spríjemnili horúce letné dni a poriadne sa zrekreovali. V dňoch od 18. 6. do 22. 6. 2017 sme sa rekreovali v obľúbenom hoteli. Dovolenku sme si užili aj vďaka slnečnému počasiu a kúpaniu v „slovenskom mori,“ Oddýchnutí a plní zážitkov sme sa vrátili do zariadenia Harmonia, kde budeme dlho spomínať na krásne chvíle prežité v slnkom zaliatej Zemplínskej šírave.

Mgr. Lipovská Silvia





Súťaž opatrovateliek

Napísali o nás ...

Za účasti 12 zariadení sociálnych služieb, 36 súťažiacich sa dňa 15.06.2018 uskutočnil II. ročník súťaže teoretických vedomostí a praktických zručností opatrovateľov zariadení sociálnych služieb Košického kraja „O pohár predsedu KSK“. Organizátorom súťaže bolo zariadenie sociálnych služieb JASANIMA DSS Rožňava. Spoluorganizátorom súťaže bola Stredná zdravotnícka škola v Rožňave. Súťaž slávnostne otvoril pán Ing. Rastislav Trnka – predseda KSK a riaditeľka usporiadajúceho zariadenia sociálnych služieb PhDr. Beáta Šlosárová.. Myšlienkou pre zorganizovanie súťaže bolo vzdať úctu a uznanie ťažkej práci opatrovateľov, ktorá je častokrát nedocenená. Odmenou pre súťažiacich neboli len darčkové ceny venované sponzormi, ručne vyrábané medaily a sladká odmena v podobe ovocnej torty, ale najmä uznanie ich namáhavej práce. K nezabudnuteľným zážitkom prispeli kultúrnym programom žiaci rožňavských základných škôl. Celou súťažou sprevádzala opatrovateľova, ako symbol múdrosti.

Výsledky:

- I. Miesto HARMONIA Strážske
- II. Miesto SUBSÍDIUM Rožňava
- III. Miesto VIA LUX Barca

Riaditeľka JASANIMA DSS Rožňava PhDr. Beáta Šlosárová

Srdečne blahoželáme!

Blahoželáme jubilantom



V živote každého z nás sú chvíle jedinečné a neopakovateľné... Takou neopakovateľnou chvíľou v živote človeka je určite oslava narodenín, zvlášť ak sa jedná o tak úctyhodné životné jubileum ako je 95. a 96. rokov. Pri tejto príležitosti sme si dovoľili naším prijímateľkám p. Anne

a p. Zuzane úprimne zablahoželať všetko najlepšie, ale najmä pevné zdravie a veľa šťastných spoločne strávených chvíľ. K blahoželaniu sa pripojila p. riaditeľka ZSS HARMONIA Ing. Mária Dunajová a zamestnanci zariadenia. Silu tohto okamihu umocnili spomienky na prežité roky, radosti i strasti.

Mgr. Štofejová Mária





Blahoželáme



Apríl

Soták Juraj, Tokarčíková Oľga, Pacsay Ivan, Pacsay Vasil, Cibereová Helena, Jurčák Marcel, Onodiová Anna, Jurčová Mária, Ščerba Ladislav, Maliňaková Marcela, Michalčík Zdenek, Kulifaj Slavomír, Macejová Eva, Balog Ján, Matová Alexandra

Máj

Kočeľová Mária, Jurašková Veronika, Fritz Milan, Šcurová Alžbeta, Vida Milan, Slabej Pavol, Besterciová Vlasta, Hudák Eduard, Maričák Marián, Dulová Alena, Gažiová Zuzana, Tomková Angela, Štein Ladislav, Mikoová Anna, Mikulec Róbert, Mrázová Zuzana, Žaludek Jozef



Jún

Terezčák Jozef, Kováč Stanislav, Kucová Anna, Lang Ján, Rimár Peter, Beľan Ján, Ing., Bugošová Mária, Major Ladislav

Prišli: Pulko Jozef, Bučko Štefan, Hreško Miroslav, Hlodinok Milan, Byrová Anna, Onodiová Anna, Melková Magdaléna, Harvan Milan, Macejková Oľga

Opustili nás

Šimková Vilma, Sojka Michal, Maky Radvan, Bojková Valéria, Šanta Vasil, Tušeková Zuzana, Sročenský Rudolf, Bučko Štefan



Čo nás čaká v nasledujúcom štvrťroku:

júl – september 2018

Júl - voľnočasové aktivity – predčítanie literatúry, spoločenské hry,
- muzikoterapia

- kultúrna činnosť, premietanie videofilmov
- vychádzky do prírody a okolia, výlet s prijímateľmi sociálnej služby do vybranej lokality
- pravidelné rozcvičky s fyzioterapeutom
- pravidelné bohoslužby (3 – krát týždenne)
- športové aktivity – kolky, loptové hry, športové súťaže
- posedenia vonku spojené s relaxačnými aktivitami,
- bazén, - návšteva kúpaliska

August - voľnočasové aktivity - muzikoterapia, relaxačné techniky,

- čítanie literatúry, spoločenské hry, zábavno – náučné súťaže
- športové aktivity – loptové hry, kolky, stolný tenis
- pravidelné bohoslužby (3 – krát týždenne)
- besiedky s prijímateľmi sociálnej služby spojené s občerstvením
- pravidelné rozcvičky pod vedením fyzioterapeuta
- vychádzky do prírody, opekanie v prírode
- výlet s prijímateľmi sociálnej služby do vybranej lokality
- návšteva kúpaliska

September - športový deň spojený s opekaním, voľnočasové aktivity, kultúrna činnosť, premietanie videofilmov

- konzultačné stretnutia s príbuznými prijímateľov sociálnej služby
- vychádzky do prírody
- vedomostná súťaž pre prijímateľov sociálnych služieb
- úprava interiéru a exteriéru – okopávanie a úprava záhonov
- pravidelné bohoslužby (3 – krát týždenne), odpustová slávnosť
- Snoezelen,
- Športové hry pre prijímateľov sociálnych služieb KSK

Na časopise Život v Harmonii sa podieľali:

Redakčná rada: Mgr. Lipovská Silvia, Mgr. Roháľová Lucia,

Mgr. Janoková Dagmar

Zodpovedná: Ing. Dunajová Mária

Nepredajné: pre vnútornú potrebu zariadenia
