

---

# Život v Harmonii

Časopis pre klientov a zamestnancov zariadenia



sociálnych služieb



Harmonia zariadenie sociálnych služieb, Strážske

Ročník 15, číslo 2/2022

Vydáva sa pre vnútornú potrebu

**KOK** KOŠICKÝ  
SAMOSPRÁVNÝ  
KRAJ

---

**Obsah**

Divadlo bez opony	3
Zvyky a tradície v Harmonii	4
Veľkonočné pečenie a príprava hrudky	5
Veľkonočná kraslica	6
Návšteva múzea	7
Apríl – mesiac lesov	8
Spomienky z prírody	9
Deň matiek	10
Deň otcov	11
Spomienkový 1. máj	12
Šípkový turnaj	13
Turistika na Krivošťanský kríž	14
Mobilná bylinková záhradka	15
Majáles	16 – 17
Dobrý festival	18 – 19
20. výročie založenia divadelného súboru Anima	20
Návšteva kúpaliska	21
Župné dni Košického kraja 2022	22 – 23
Oslava narodenín	24
DOD v Harmonii	25
Blahoželáme	26
Čo nás čaká v nasledujúcom štvrtroku	27
Redakčná rada	28

## Divadlo bez opony



PORTÁL – komorné divadlo bez opony z Prešova je už pravidelným širitelom divadelnej kultúry priamo v zariadení sociálnych služieb HARMONIA.

Jeho výhodou je, že takýchto kultúrnych podujatí sa môžu zúčastniť aj prijímatelia sociálnych služieb s fyzickým hendikepom.

22.4.2022 sme sa mohli potešiť rozprávkou Čáry máry v podaní hercov tohto úžasného divadla. Prijímatelia rôzneho veku sa na divadelné predstavenia veľmi tešia a sú pre nich sprestrením ich každodenného života.

M.Š.



## Zvyky a tradície v Harmonii

Veľká noc patrí nepochybne medzi najkrajší sviatok v roku. Získavame príležitosť zísť sa spolu a práve tieto dni si uctieваме viac ako po iné menšie sviatky. Dni veľkonočných sviatkov sú úzko späté s náboženskými tradíciami. Naši prijímatelia sa na tieto veľkonočné sviatky pripravujú modlitbami, spoveďou a prijatím sviatosti pomazania chorých. Veriaci sa v našom



zariadení zúčastnili krížovej cesty a Veľkonočné pokrmy im v nedeľu posvätil kňaz z Gréckokatolíckej farnosti v Strážskom. Obklopujeme sa typickými symbolmi, pochutnávame si na dobrotách, ktoré sú charakteristické pre náš región. Ich zhrnutie osviežili spomienky našich prijímateľov pri prípravách vo veľkonočnom čase. Pečenie lineckých koláčikov patrí medzi obľúbenú činnosť našich senioriek. Varením sladkej a slanej hrudky si pripomenuli, ako kedysi doma pripravovali tradičné veľkonočné pokrmy. Skupinovým posedením sme si zaspomínali na tradície a zvyky, ktoré dodržiavali v pôstnom období. Aké tradičné jedlá chystali, čo ukladali do košíkov na posvätenie a aké zaujímavé príbehy zažili na oblievačku. Pohostili sa vlastnoručne vyrobenými dobrotami a pohostili aj nezúčastnených prijímateľov sociálnych služieb. L. P.



## Veľkonočné pečenie a príprava hrudky



## Veľkonočná kraslica

Príchod najkrajšieho ročného obdobia bol na území Slovenska oddávna spájaný s rôznymi ľudovými tradíciami. Jednou z tradičných príprav na Veľkú noc bolo maľovanie vajíčok. Ide o zdobené vajíčko od sliepy, kačky, či husi. Vajce bolo už



od dávnych čias považované za symbol plodnosti. Predstavovalo znovuzrodenie, život a spájalo sa s príchodom jari. My sme si pri príležitosti príchodu Veľkej noci spravili náučno-vzdelávací výlet do mesta Humenné, kde nás očarila krásna veľkonočná výzdoba. V kaštieli sme mali rezervovaný termín na výstave veľkonočných kraslíc v rámci jubilejného **XXX. ročníka medzinárodnej výstavy kraslíc Karpatská kraslica 2022**. Takmer 800 inštalovaných kraslíc predstavovalo ukážky najstarších tradičných i novších techník zdobenia veľkonočných kraslíc. Naši



prijímatelia sociálnych služieb niektoré techniky poznali a spomínali, ako si kedysi aj oni zdobili veľkonočné vajíčka. Krátkou prechádzkou po vyzdobenom námestí si spríjemnili predveľkonočný čas, ktorý doteraz trávili v zariadení.

I.K.

## Návšteva múzea

Po uvoľnení opatrení, súvisiacich s ochorením COVID-19, sme si konečne 28.4.2022 naplánovali s našimi prijímateľmi sociálnej služby DSS malý výlet mimo zariadenia. Autobusom sme vycestovali do Michaloviec a navštívili Zemplínske múzeum. Z ponúknutých expozícií si prijímatelia vybrali k prehliadke expozíciu „Remeslá našich predkov“. Pozreli si, ako kedysi naši predkovia chytali ryby, pletli košíky a iné zvyklosti. Zaujalo ich kováčstvo, práca na pastve, ale najviac hrnčiarstvo.



Vyvrcholením prehliadky boli zariadené izby, ktoré prijímateľom ukázali bývanie našich predkov v „chyži“. Veľkým prekvapením bola interaktívna digitálna pomôcka – zrkadlo, ktoré po dotyku obliekalo prijímateľov do dobových krojov.

Táto činnosť ich veľmi pobavila, všetci si zaujímavú aktivitu vyskúšali. Domov sme sa vrátili s množstvom pekných zážitkov. B.I.



## *Apríl - mesiac lesov*

Apríl je mesiac, v ktorom si tradične pripomínáme význam lesov vôkol nás. Lesy sú neoddeliteľnou súčasťou našej krajiny a tvoria najdokonalejšie prírodné spoločenstvo. Pri príležitosti Apríla - mesiaca lesov sme v zariadení Harmonia zorganizovali besedu venovanú prírode. Pozvali sme k nám odborníka, lesníka, rybára a poľovníka, pána Jána Sisáka, ktorý nás svojimi obrovskými poznatkami, skúsenosťami a zážitkami nesmierne očaril. Prijímatelia sa dozvedeli množstvo informácií, ako sa poľovníci celoročne starajú o zvieratá. Porozprával im, aké zvieratá sa vyskytujú v okolí našich lesov. Vymenoval množstvo druhov rýb, ktoré žijú v rieke Laborec. Ďalej sme sa naučili, ktoré zvieratká sú prospešné a ktoré škodlivé, aká je hrozba prenosu chorôb zo zvieratá na človeka. Prijímateľov beseda zaujala, kládli množstvo otázok, na ktoré im pán Sisák s radosťou odpovedal. Podujatie sa zo strany prijímateľov stretlo s pozitívnym ohlasom a prispelo tiež k uvedomeniu si potreby ochrany lesov, ktoré sú prírodným bohatstvom našej krajiny.

S. L.





## Spomienky z prírody

„Pozdravujem Vás lesy, hory... z tej duše pozdravujem Vás...“, s úctou sa vyznal vo svojej básni náš veľkolepý básnik P. O. Hviezdoslav.

Hory a lesy... naše pľúca, náš kyslík, pozitívna energia a sila. V spoločenskej miestnosti nášho zariadenia sme si 7. apríla 2022 s prijímateľmi pripravili pekné posedenie na túto krásnu tému. Veľa sa spomínalo na detstvo a život doma, na spoločné vychádzky do lesa s príbuznými. Spomínali na obyvateľov lesa, zvieratá, ktoré im prišli do cesty a zostali v spomienkach. Najmilšia spomienka im zostala v srdci na opekačky vo vyhradených ohniskách lesa pri potôčiku. Spomínali si na zber lesných plodov a húb. Po krátkej prestávke a občerstvení sme zrealizovali hovorový kvíz o lese a prírode. Pýtali sme sa a oni odpovedali. Spoločne sme si obzerali pripravené knihy a časopisy na danú tému. Bolo

to príjemné dopoludnie, ktoré sa prijímateľom veľmi páčilo. B.I.





# Deň matiek



V zariadení HARMONIA si tradične v máji pripomíname sviatok všetkých mám, Deň matiek. Aj v tento rok sme priniesli trochu radosti do srdc prijímateľkám sociálnej služby v podobe bohatého a pestrého programu, o ktorý sa postaral súbor Moravančan s pásmom ľudových piesní. Stretnutie pri tejto krásnej príležitosti obohatili svojim programom aj naši prijímatelia, ktorí sa predstavili slovenskými básňami o našich mamách. Zavŕšením programu bolo špeciálne pohostenie. S.L.

**„Mama je osobou, ktorá môže nahradiť všetkých ostatných, no ju nemôže nahradiť nik.“**

**Kardinál Mermillod**



## Deň otcov

Tretia júnová nedeľa patrí tradične našim otcom, súčasným, budúcim, aj tým, ktorí tu už nie sú s nami, no pretrvávajú v našich srdciach. Tento rok pripadol sviatok Dňa otcov na 19. jún. Ide o symbolický medzinárodný sviatok, no vo svete sa stáva čoraz populárnejší.

Od prvej, celkom skromnej oslavy otcov, kedy sa im vzdávala vďaka a úcta, ubehlo približne 112 rokov. Na Slovensku a v mnohých krajinách sa však otcovia začali uctievať neskôr, hoci celkovo sa otcom vzdával hold už storočia dozadu –



v súvislosti s katolíckou cirkvou a kresťanskou Európou. Veľmi milým prekvapením pre nás všetkých bola poštová zásielka, plná krásnych vlastnoručne vyrobených prianí pre všetkých otcov, prijímateľov zariadenia Harmonia od žiakov ZŠ z Keceroviec, okres Košice. Naši prijímateľia boli dojatí z krásnych slov vďaky a úcty a touto cestou sa chcú všetkým žiakom a ich učiteľom, ktorí im odovzdávajú tak vzácne tradície, z celého srdca poďakovať. Prajeme Vám nielen krásne prázdniny plné radosti, oddychu a načerpania nových síl, ale aj veľa úspechov v ďalšej práci a učení.  
M.Š.

## Spomienkový 1.máj

Od roku 1890 sa 1. máj oslavuje aj ako sviatok práce a to skoro po celom svete. Za socializmu to bol u nás možno ten najdôležitejší sviatok. Organizovali sa masové prvomájové sprievody, mávalo sa vlajčkami,

na tribúnach stáli predstavitelia vládnucej komunistickej strany, ľudia nosili transparenty. Účasť bola viac menej povinná. Sviatok práce venovaný práci a pracujúcim sa oslavuje vo viac ako 80 krajinách po celom svete. Aj my spolu s našimi prijímateľmi sme si pospomínali na staré zlaté prvomájové sprievody. Zasmiali sa nad žartovnými zážitkami a tak si spríjemnili chvíle v našom zariadení.

L.P.



## Turnaj v šípkach

Dňa 29.4.2022 v piatok sme sa stretli s našimi seniormi v jedálni zariadenia na šípkovom turnaji. Poniektorí tak mali možnosť si zahádzať šípky po prvý krát a bola to pre nich zaujímavá skúsenosť. Súťažili sme na tri pokusy a spočítavali body. Navzájom sa povzbudzovali a zažili kopec zábavy. V krásnej športovej atmosfére si nakoniec ceny rozdelili tí najlepší. Účelom tohto podujatia nebolo len športové zápolenie, ale hlavne stretnutie sa s príjemnými ľuďmi, ktorí okrem športových hodnôt uznávajú aj hodnoty ľudské a priateľské.

L.P.



## Turistika na Krivošŕanský kríž

Pohorie Vihorlatské vrchy v najvýchodnejšej časti Slovenska pozostáva z troch častí. Uprostred pohoria je dominujúci Vihorlat, vo východnej časti je Popriečny, tvoriaci časť hranice s Ukrajinou a na západe pohoria sú to Humenské vrchy. Krivošŕanka je najvyšší kopec Humenských vrchov. Názov Krivošŕanka je odvodený od pôvodne samostatnej obce Krivošŕany, v súčasnosti mestskej časti mestečka Strážske. S našimi prijímateľmi sociálnej služby DSS sme sa zúčastnili turistiky pod Krivošŕankou, tzv. Kríž. Je to nenáročná túra a za slnečného počasia sme si užili nádherný výhľad na mesto Strážske.



A.D.

## Mobilná bylinková záhradka

Mobilnú záhradku sa nám podarilo získať prostredníctvom projektu OPO-RA Nadácie SPP v minulom roku a stala sa veľmi obľúbenou medzi prijímateľmi. V tomto roku si seniori vlastnoručne zasiali Petržlen vňatový, Koriander siaty, Zeler voňavý a zasadili si papričky a paradajky. Medovka, pažitka a mäta sa zachovali z minulého roku. K bylinkám sme vyrobili aj tabuľky s názvami pre tých, ktorí ich nepoznajú. Keď sa bylinky a zelenina rozrastú, budeme si vychutnávať ich vôňu a chuť a posilňovať sa ich liečivou silou. S.L.



# Majáles

Majáles je v zariadení Harmonia tradíciou, na ktorú sa všetci tešíme a tak tomu bolo aj tento rok. Majáles sme oslávili mimo zariadenie v blízkom parku, kde si prijímatelia postavili máj a vyzdobili ho rôznofarebnými stužkami v sprievode májových piesní a vystúpenia speváckeho súboru. Po vystúpení súboru sa prijímatelia rozcvičili pod vedením fyzioterapeutky Danky. V krásnom teplom počasí by bolo škoda ležosiť a tak sme pre prijímateľov pripravili športové disciplíny: lukostreľby, kop do bránky, skladanie puzzle, prekážková dráha, hod na cieľ. Po absolvovaní všetkých súťaží nastalo vyhodnotenie a obľúbená opekačka. Dobre najedení a v pohodovej nálade sme sa vrátili do zariadenia, kde ešte dlho budeme spomínať na spoločne prežité chvíle.







## Dobrý festival 2022

18.6.2022 sme sa konečne po dlhom pandemickom období plnom opatrení mohli opäť zúčastniť medzi prijímateľmi tak obľúbeného Dobrého festivalu. Je to najväčší hudobno-umelecký festival na východe Slovenska, ktorého organizátorom je občianske združenie Milan Štefánik. Konal sa v Prešove v rekreačnom stredisku Delňa. Festival podporuje zdravotne znevýhodnených a domovy sociálnych služieb. Privítali nás milé maskoty, veselá hudba, kreatívne dielne, aj chutné občerstvenie. Prijímatelia si vyskúšali maľovanie na drevené podložky, červené srdiečka si dali vymaľovať na tvár a na zápästia, odvážnejší uplietli vlastný košík. Rezká hudba a zumba nenechala nikoho sedieť. Všetci sa pri tom dobre zabavili, postretávali kamarátov z iných zariadení. Poobzerali sme si areál a na oddych našli príjemný kútik v tieni, kde sme sa občerstvili, oddýchli a v podvečer sa vrátili naspäť do zariadenia s peknými zážitkami.

B.I.





## 20. výročie založenia divadelného súboru Anima

Dňa 22. 06. 2022 sa v meste Michalovce uskutočnila slávnostná akadémia pri príležitosti 20. výročia založenia divadelného súboru ANIMA. Slávnostná akadémia bola organizovaná pod záštitou KSK. Prijímatelia sociálnych služieb zo zariadenia DSS Harmonia, ako aj z iných zaria-



dení sa mohli pokochať rôznymi divadelnými predstaveniami, ktoré predviedli prijímatelia sociálnych služieb divadelného súboru Anima. Touto cestou by sme sa chceli poďakovať za pozvanie DSS Anima, ako aj FS Jurošík, ZUŠ Michalovce a Gymnáziu Ľ. Štúra v Michalovciach. I.S.

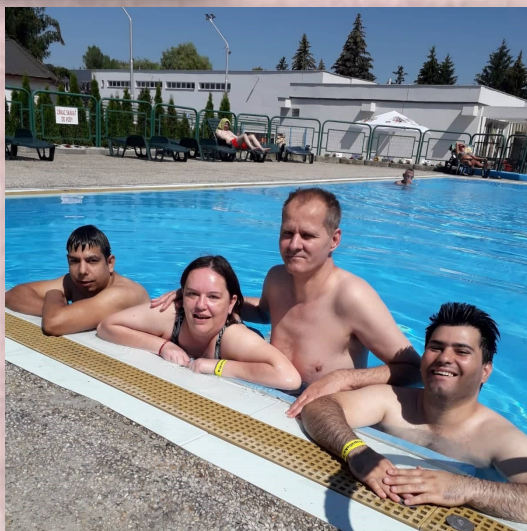


## Návšteva kúpaliska



Horúci deň 27.6.2022 sme si užili s prijímateľmi sociálnej služby DSS na mestskom kúpalisku. Vzduch bol silne prehriaty a voda v bazénoch poskytla každému osvieženie, oddych, či schladenie celého tela. Prijímatelia sa veľmi tešili zmene. Po rôznych karanténnych obmedzeniach sme mohli znova zmeniť prostredie a vyjsť zo zariadenia. Tieň stromov, oddych na ležadlách, príjem-

ná voda a malé občerstvenie z bufetu nám pomohli zrelaxovať. Vysokú teplotu vzduchu sme pri vode vôbec nepociťovali. Pobyt na kúpalisku prijímateľom veľmi prospel. Často o tomto zážitku rozprávajú a dožadujú sa ďalšej návštevy mestského kúpaliska. B.I.

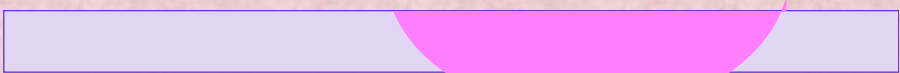


## Župné dni Košického kraja 2022

Od konca apríla do konca mája prebiehali Župné dni Košického kraja 2022. Cieľom celého podujatia bolo interaktívne oboznámiť obyvateľov kraja s tým, na čo slúži župa, čo sú jej právomoci a o čo všetko sa v kraji stará – od sociálnych služieb, cez dopravu, turistický ruch až po školstvo, či kultúru.



Každý piatok ožil župnými dňami iný región. Program odštartoval **29. 4. na Gemerí**, pokračoval na **Spiši**, ďalší piatok **13. 5.** sa presunul na **Zemplín**, kedy sme aj my prispeli k prezentácii zariadení sociálnych služieb v pôsobnosti KSK **Dňom otvorených dverí**. V rámci tohto dňa sme prezentovali pozvanej verejnosti starostlivosť o seniorov a ľudí so zdravotným postihnutím, prácu a tvorivú činnosť, ktorú realizujeme s prijímateľmi sociálnych služieb cez zážitkový workshop. Návštevníci zariadenia si mohli vyskúšať rôzne prezentované techniky, ako paličkovanie, výrobu mydlových kytíc, pletenie z papiera a encaustiku, mohli si pozrieť výstavku výrobkov a prác prijímateľov sociálnych služieb. Vyvrcholením župných dní bola slávnosť na **Above**, a to **20. 5.**, keď ožilo **Župné mestečko** na Námestí Maratónu mieru v Košiciach. Aj ZSS Harmonia bolo súčasťou Župného mestečka a prispelo v rámci prezentácie remeselných techník svojou troškou. Prijímatelia sociálnej služby DSS so sociálnymi pracovníčkami ukázali širokej verejnosti techniku paličkovania a encaustiku. Sme hrdí, že môžeme byť súčasťou tak krásneho a rozmanitého kraja. M.Š.



## Oslava narodenín

V apríli oslávil 70. narodeniny pán Juraj, ktorému sme zorganizovali oslavu v kruhu najbližších priateľov. Oslava sa začala slávnostným príhovorom, blahoželaním k narodeninám. Popriali sme mu zdravie, šťastie a Božie požehnanie. Zaspievali sme mu slávnostné Mnohaja lita a Veľa šťastia, zdravia. Oslava pokračovala pohostením a na záver stretnutia nás oslávenec pohostil slávnostnou tortou. Srdečne ďakujeme.

S.L.





# DOD v HARMONII





# Blahoželáme



## Apríl

Soták Juraj, Tokarčíková Oľga, Pacsay Ivan, Pacsay Vasil, Jurčák Marcel, Jurčová Mária, Maliňaková Marcela, Michalčík Zdenek, Balog Ján, Matová Alexandra, Nedzbala Juraj, Sýkora Marek

## Máj

Brodyová Mária, Hotovčinová Mária, Kocel'ová Mária, Jurášková Veronika, Ščurová Alžbeta, Vida Milan, Kurtová Monika, Džubaková Monika, Maričák Marián, Dulová Alena, Gažiová Zuzana, Mikulec Róbert, Žaludek Jozef

## Jún

Kováč Stanislav, Kucová Anna, Dušecina Marek, Beľan Ján, Ing., Roháľová Anna



## Opustili nás

Horváthová Margita

Čečková Agnesa

Lisakovská Mária



## Čo nás čaká v nasledujúcom štvrťroku:

### júl – september 2022

**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 (1 – 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 (1 – 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 (1 – krát týždenne), odpustová slávnosť
- Snoezelen

---

Na časopise Život v Harmonii sa podieľali:

Redakčná rada: Mgr. Lipovská Silvia, Mgr. Štofejová Mária

Zodpovedná: Mgr. Dzurjašková Viera, riaditeľka zariadenia

Nepredajné: pre vnútornú potrebu zariadenia

---