

---

# Život v Harmonii

Časopis pre klientov a zamestnancov zariadenia



sociálnych služieb



Harmonia zariadenie sociálnych služieb, Strážske

Ročník 17 číslo 2/2024

Vydáva sa pre vnútornú potrebu

**KOK** KOŠICKÝ  
SAMOSPRÁVNÝ  
KRAJ

---

**Obsah**

|                                      |         |
|--------------------------------------|---------|
| Súťaž opatrovateliek                 | 3       |
| Benefičný koncert                    | 4       |
| 30.výročie založenia DSS Anima       | 5       |
| Integrácia s gráciou                 | 6 - 7   |
| Prednáška s lekárom                  | 8       |
| Deň svätého Floriána                 | 9       |
| Deň matiek                           | 10 - 11 |
| Stavanie mája                        | 12      |
| Športové hry a grilovačka            | 13      |
| Návšteva kolkárne                    | 14      |
| Dobrý festival                       | 15      |
| XI. ročník športových hier           | 16 - 17 |
| Most úsmevov                         | 18 - 19 |
| Maľovanie v prírode                  | 20      |
| Župné dni                            | 21      |
| Blahoželáme                          | 22      |
| Čo nás čaká v nasledujúcom štvrtroku | 23      |
| Redakčná rada                        | 24      |

## Súťaž opatrovateliek

Dňa 24.5.2024 sa opatrovatelky nášho zariadenia Harmonia - DSS a ZpS zúčastnili IV. ročníka súťaže opatrovateľov a opatrovateliek zariadení sociálnych služieb KSK v areáli JASANIMA - DSS v Rožňave. Napriek tomu, že sme nezískali putovný pohár predsedu KSK, patrí im naše veľké ĎAKUJEM. Preukázali vysokú úroveň odborných vedomostí a praktických zručností, v ktorých nechýbali základné atribúty opatrovateľstva - ľudskosť a empatia, ako aj profesionálny a individualizovaný prístup k prijímateľovi sociálnej služby, jedinečnej a neopakovateľnej ľudskej bytosti. M.H.





## *Benefičný koncert*

Gymnázium sv. Edity Steinovej Košice Gymes zorganizovalo „Benefičný koncert“ v aule Košických mučeníkov, kde vystúpili okrem študentov gymnázia aj hostia, ako je operný spevák Marián Lukáč, tanečníci z TK ELLEGANCE a husľová virtuózka Brunhilde Linsel, ktorí zanechali neskuutočný zážitok v našich srdciach.

K vystúpeniu prispeli aj naši 2 prijímatelia Šaňo a Miška svojim tancom. Výťažok z koncertu poputoval do nášho zariadenia, za čo im patrí veľká vďaka a obdiv za prácu, ktorú robia pre iných. Ešte raz veľmi pekne



ďakujeme

aj študentkám dobrovoľníčkam, na podnet ktorých sa koncert uskutočnil. J.K.





## 30. výročie založenia DSS Anima

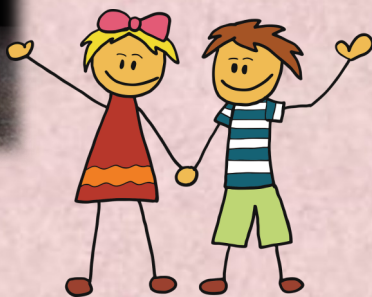
Pri príležitosti osláv 30. výročia vzniku zariadenia Anima v Michalovciach sme sa dňa 19.4.2024 zúčastnili veľkolepej oslavy v Mestskom kultúrnom stredisku. Prijímatelia z Animy a študenti gymnázia si pripravili nádherný a najmä dojemný kultúrny program. Nechýbalo ani chutné občerstvenie, ale najmä všade vládla príjemná a srdečná atmosféra. Do ďalších rokov prajeme veľa pracovných úspechov. S.L.



## *Integrácia s gráciou*

Dňa 16.4. 2024 sme boli pozvaní na prehliadku dramatickej tvorivosti detí, mládeže a dospelých s mentálnym a iným zdravotným znevýhodnením. „Integráciu s gráciou“ organizuje Spojená škola internátna vo Vranove nad Topľou. Aj tento rok sa naše zariadenie zúčastnilo tohto projektu s dramatickým a ťažkým tancom od skupiny Iconito, ktorý predviedli prijímatelia domova sociálnych služieb p. Michaela M. a p. Alexander K. Podujatie sa konalo na kultúrnej a emotívnej úrovni. Všetci zúčastnení boli ohodnotení diplomom a darčekom v košíku za krásne predvedený program. Ďakujeme organizátorom tohto podujatia za

nezabudnuteľné chvíle  
a tešíme sa na ďalšiu  
spoluprácu. I.K.









## Prednáška s lekárom

Odborné prednášky majú veľký význam, pretože nám poskytujú návod, ako zaobchádzať so svojim zdravím a ako využiť svoj potenciál na udržanie a podľa možností aj zlepšenie zdravia. Už druhýkrát navštívil zariadenie Harmonia p. MUDr. Jutka, ktorý prednášal na tému Dýchanie. Nič nie je dôležitejšie ako dýchanie – nádych, výdych, zopakovať dvadsaťpäťtisíckrát denne. Ľudia však prišli o schopnosť správne dýchať, a to má vážne následky. Dýchať musíme všetci a nič nás to nestojí. Musíme najmä vedieť ako, kedy a prečo tento nástroj využiť vo svoj prospech. Ide o prirodzenú fyziologickú potrebu, avšak keďže všetko so všetkým súvisí, aj dýchanie sa dotýka mnohých aspektov. Pánovi doktorovi patrí veľké poďakovanie, pretože prednáška bola veľmi poučná. S.L.



## Deň svätého Floriána

Pri príležitosti sviatku sv. Floriána – patróna hasičov pripravilo CVČ Strážske dňa 6.5.2024 zaujímavý program, ktorého sme sa s prijímateľmi zúčastnili. Program sa uskutočnil na futbalovom ihrisku, kde sa odprezentovali príslušníci ORHaZZ z Michaloviec. Hasiči informovali prítomných o náročnej práci a ich zásahovej činnosti. Odvážlivci mali možnosť vyskúšať si výstroj, ale si aj na chvíľu vyskúšať úlohu hasiča. K zdarnému priebehu podujatia prispelo aj dobré počasie a tak sme domov odchádzali plní zážitkov. Ďakujeme CVČ za pozvanie a OHaZZ v Michalovciach za ná-zorné ukážky. S.L.







# Deň matiek

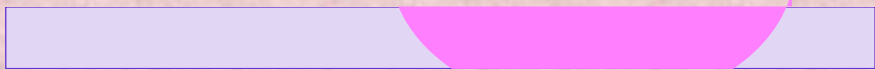
Každý rok sa druhá májová nedeľa nesie v znamení osláv všetkých mamičiek. Ide o medzinárodnú udalosť, keďže nielen u nás na Slovensku, ale aj v mnohých ďalších krajinách sa tento deň oslavuje ako Deň matiek. Aj my v našom zariadení sme si 13. mája pripomenuli tento krásny sviatok každej matky. Naše prijímateľky prišli potešiť svojím vystúpením žiaci Základnej umeleckej školy v Strážskom. Malým pohostením a posedením pri kávičke si tak spríjemnili tento krásny ojedinelý sviatok.



L. P







## Stavanie mája

Stavanie mája je jednou z najkrajších, najveselších a najfarebnejších tradícií na Slovensku. Symbolika stavania mája odkazuje na jar, ktorá je v plnom rozpuku, keď sa prebúdzajú príroda a rodí sa nový život. Je dlhoročnou tradíciou, že posledný aprílový deň sa aj v našom zariadení stavia máj. Ani tento rok to nebolo inak. Tradíciu sme oslávili v našom mestskom parku.



V krátkom programe sa predstavili prijímatelia zo speváckeho krúžku s májovými pesničkami. Dievčatá ozdobili máj farebnými stuhami a na záver si zatancovali. Týmto však deň pre nás nekončil, pokračovali sme športovými hrami. Pod vedením fyzioterapeuta sme sa všetci rozcvičili a potom začali súťažiť. Súťažilo sa v piatich disciplínach a naši športovci excelovali. Každý, kto mohol a chcel, sa zúčastnil ponúkaných disciplín. Na obed sme si pochutnali na grilovaných špecialitách, o ktoré sa postarali naši kolegovia Vlado a Jožko. Po obede a kávičke pani riaditeľka vyhlásila výsledky súťaží a zablahoželala výhercom. Spoločne sme si užili krásny slnečný deň v duchu tradícií, športu a príjemného posedenia v našom mestskom parku.

L. P.



# Športové hry a grilovačka





## Návšteva kolkárne

Kolky sú zaujímavá aktivita, podporujúca jemnú i hrubú motoriku a preto sme zorganizovali súťaž medzi prijímateľmi DSS a ZpS v kolkárni v Strážskom. Súťažiacich hra neskutočne bavila, ale celá súťaž sa niesla pod heslom „nie je dôležité vyhrať, ale zúčastniť sa“, zabaviť sa, zlepšiť si kondičku, zažiť pocit spolupatričnosti pri športovom úspechu. S.L.



## Dobrý festival

Za krásneho slnečného počasia sa dňa 14.6.2024 otvorili brány vo Višňovom sade v Prešove pre handicapovaných klientov. Konal sa tam „Dobrý festival“ s bohatou účasťou populárnych skupín a spevákov. Tejto akcie sa zúčastnili aj naši prijímatelia, ktorí absolvovali bohatý program. Naučili sa poskytovať prvú pomoc – masáž srdca a ošetriť zranenia. V kreatívnom stánku si vymaľovali drevené srdiečka, vyzdobili tričká a pohľadnice. S pohybových aktivít ich uchvátila Zumba, ktorá roztancovala Jara L. a Mirku V. Po výdat-



nom občerstvení a po absolvovaní WORKSHOPU sme sa všetci presunuli k veľkej tribúne, pri ktorej si vypočuli speváčku Veroniku Rabadu. Speváčka rozospievala a roztancovala nás všetkých a aj celý dav ľudí. S krásnymi zážitkami sme sa vrátili do zariadenia. B.I.



## XI. ročník športových hier

HARMONIA – Domov sociálnych služieb a zariadenie pre seniorov Strážske zorganizovala v priestoroch Park pubu v mestskom parku v Strážskom dňa 30.05.2024 už 11. ročník športových hier pre prijímateľov sociálnych služieb zo zariadení sociálnych služieb v pôsobnosti Košického samosprávneho kraja. Krajských športových hier, ktoré sa konali pod záštitou predsedu KSK, sa zúčastnilo spolu tridsaťdeväť športovcov z trinástich zariadení sociálnych služieb z Košíc, Šemše, Rožňavy, Prakoviec, Kráľoviec, Michaloviec, Rakovca n/O, Strážskeho a hostovskej Žehry - Hodkoviec. V športovom duchu hry slávnostne otvorila Mgr. Viera Dzurjašková, riaditeľka ZSS Harmonia a Mgr. Martina Kováčová, referent pre zariadenia v zriaďovateľskej pôsobnosti z Košického samosprávneho kraja. Úvodný ceremoniál pozostával zo zloženia sľubu športovcov v podaní prijímateľa sociálnej služby DSS Harmonia Vladimíra G. a krátkej rozcvičky pod profesionálnym vedením majsterky Európy a vicemajsterky sveta bikiny fitness Janky Dobos Majerníkovej. Štartom do športového dňa bolo vystúpenie mažoretiek z Centra voľného času v Strážskom. Súťažné trojčlenné družstvá si zmerali svoje sily v desiatich športových disciplínach: hod do basketbalového koša, hod na cieľ, skok z miesta, výkop do brány, prekážková dráha, skladanie puzzle, hod kockami, golf, hod kruhom a štafeta. Celé športové hry sa niesli v duchu fair play a radosti z pohybu. Cieľom tohto podujatia bolo nielen spoločné stretnutie všetkých zúčastnených, upevnenie vzájomných vzťahov, integrácia prijímateľov sociálnych služieb, prezentácia KSK a zariadení sociálnych služieb v jeho pôsobnosti, ale najmä prezentácia schopností a zručností ľudí so zdravotným znevýhodnením. V závere dňa nasledovalo slávnostné vyhlasovanie a oceňovanie športovcov. Prvé miesto v celkovom hodnotení získalo družstvo z DSS Idea Prakovce, na druhom mieste sa umiestnili domáci z Harmonie a tretia priečka patrila družstvu z DSS Jasanima Rožňava. Vzhľadom na to, že všetci zúčastnení podali vynikajúce športové výkony, vysoké nasadenie a prispeli k skvelej atmosfére podujatia, boli aj náležite všetci odmenení účastníckou medailou, diplomom a darčekom. M.Š.





## Most úsmevov

Zúčastnili sme sa jubilejného XX. ročníka prehliadky dramatickej tvorivosti „Most úsmevov“. Hlavným organizátorom podujatia bolo Domko - Domov sociálnych služieb a Košický samosprávny kraj, za čo im patrí veľká vďaka. Všetci sa veľmi dobre zabavili a predviedli krásne herecké výkony. Náš súbor Svetielko sa tento ročník prezentoval dramatickým predstavením Na ničom inom nezáleží, ktorým sme chceli poukázať na predsudky v spoločnosti voči zdravotne postihnutým ľuďom.

J.K.







## Maľovanie v prírode

S príchodom leta zariadenia sociálnych služieb organizujú rôzne stretnutia a súťaže pre prijímateľov sociálnych služieb. Zariadenie Lúč Šemša zorganizovalo dňa 27.06.2024 súťaž s názvom Maľovanie v prírode, ktorý vystihoval leto. Prijímatelia dostali výtvarné pomôcky, pevné podložky a deky. V krásnej veľkej záhrade prijímatelia kreslili podľa zadanej témy „Kvety vo váze“ a druhý obrázok podľa vlastnej kreativity. Každý

účastník súťaže sa veľmi snažil, preto každá kresba bola ohodnotená veľkými darčekom a diplomom. Počas celej akcie nechýbalo občerstvenie. Jeden z našich prijímateľov sa nielen tešil na súťaže, ale aj na stretnutie so svojim bratom, s ktorým sa pravidelne kontaktuje cez videohovory. Účast' na tejto akcii bola plná zážitkov. B.I.





## Župné dni

Michalovce ožili dňa 10. mája, kde sa uskutočnili Župné dni Košického samosprávneho kraja (KSK). Program bol pripravený pre všetky vekové kategórie, čo sa podpísalo pod vysokú návštevnosť už od ranných hodín. Pre návštevníkov boli pripravené zóny, ako KSK, eko, relax a gastro. Pre deti boli k dispozícii aktivity, ako skákací hrad, maľovanie na tvár, mobilné planetárium či tvorivé dielne. KSK do programu zahrnul aj živé sochy, zdravotnú prehliadku od stredoškôľakov, predstavil cyklodestinácie a pripravil aj bene-

fičnú burzu oblečenia, módnú prehliadku, vystúpenia folkloristov a študentov konzervatória. Na tejto krásnej akcii sa zúčastnilo aj naše zariadenie DSS Harmonia, kde sme prezentovali ručne robené výrobky, ktoré pod dohľadom našich inštruktorov sociálnej rehabilitácie vyrábajú naši prijímatelia sociálnych služieb. Kulturným programom nás sprevádzali vystúpenia skupiny Peter Bič Project, Majk Spirit a domácej skupiny Flegment. I.S.





## *Blahoželáme*



### **Apríl**

Tokarčíková Oľga, Pacsay Ivan, Pacsay Vasil, Jurčák Marcel, Jurčová Mária, Maliňaková Marcela, Matová Alexandra, Nedzbala Juraj, Sýkora Marek, Rofar Juraj

### **Máj**

Brodyová Mária, Hotovčinová Mária, Jurášková Veronika, Ščurová Alžbeta, Vida Milan, Kurtová Monika, Džubaková Monika, Gažiová Zuzana, Mikulec Róbert, Žaludek Jozef, Ovad Jozef

### **Jún**

Kováč Stanislav, Kucová Anna, Dušecina Marek, Beľan Ján, Ing., Radotzy Ladislav, Radič Peter, Lukáč Roman



**Opustili nás**

Maričák Marián





## Čo nás čaká v nasledujúcom štvrťroku:

### júl – september 2024

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

- kultúrna činnosť, premietanie videofilmov
- vychádzky do prírody a okolia, výlet s prijímateľmi sociálnej služby do vybranej lokality
- pravidelné rozcvičky
- 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
- vychádzky do prírody, opekanie v prírode
- výlet s prijímateľmi sociálnej služby do vybranej lokality
- návšteva kúpaliska

**September** - voľnočasové aktivity, kultúrna činnosť, premietanie videofilmov

- 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

---