# NÁŠ DOMOV

*Občasník vydávaný Občianskym združením NÁŠ DOMOV, DSS, chránené bývanie a chránené dielne Babin most , 980 11 Ožďany*

Ročník II. | Číslo : 02 | apríl, 2014 | NEPREDAJNÉ !!!


## Príhovor na úvod

***Vážení priatelia,***

*dostáva sa k vám ďalšie - druhé vydanie nášho občasníka. Hneď v úvode chceme vysloviť želanie, aby naša ambícia, zachovať jeho vydávanie aj v ďalších obdobiach, zostala nezmenená. Toto je aj určitým spôsobom odpoveď na časté otázky - či tento časopis, ktorý si získal obľubu bude vychádzať aj naďalej*

*V našom spoločnom živote došlo a dochádza, tak ako sme to reálne stále vnímali, k množstvu zmien, ktoré sú súčasťou ľudského bytia.*

*Veď v prirodzenosti je život zmena a zmena je život. A tak, ako sme si v našom domove v rozhodujúcej miere, práve svojim životom, doposiaľ spoločne priadli niť dôvery, priateľstva, lásky a porozumenia, tak chceme z tejto nite tkať koberec, krásny koberec pohody, viery a nádeje.*

*To je to vzácne na ľudských vzťahoch,ktoré sa síce nebudujú jednoducho, ale o to vzácnejší je okamih, či doba, keď sa oni zviditeľnia, keď sa dajú pekne navzájom ľudsky vnímať a prežívať.*

*Vnímať v plnom rešpektovaní aj osobitostí každého jednotlivca, s tolerovaním sa navzájom.*

*Jedno z prísloví hovorí, že človek dobrý a človek uznávaný ako priateľ je taký človek, ktorý pretkáva koberec svojho a vzájomného žitia múdrymi slovami.*

*Práve aj náš časopis, keď pred polrokom vznikal, mal takúto snahu byť priateľom.*

*Svojimi slovami doplniť a zachovať čo si navzájom svojimi spoločnými vzťahmi pradieme a tkáme. A aj preto,ba práve preto, bude našou snahou v tom dobrom pokračovať.*

*Toto druhé vydanie sa k Vám dostáva v v čase po významných sviatkoch J A R I, sviatkoch Veľkonočných.*

*Znovu si zaspomínajme na tradície aj z našich detských čias, keď polievačkami ba aj šibačkami si ľudia priali zdravie a lásku.*

***A toto vzácne želanie úprimne prajeme všetkým Vám, vážení priatelia.***

**Čo sa môžete dozvedieť v tomto čísle ?**


**• Malá rekapitulácia našej histórie domova • Spomienky na rôzne sviatky a spoločenské podujatia • • Naše potulky po Slovensku • Zdravotnícke okienko • Vrátime sa zimným sviatkom • • z každého rožka troška • Informácie k Domácemu poriadku • Príspevky a básne •**

# Naši jubilanti a zmeny v rodine domova

*V myšlienkach z úvodnej strany sa prenesme v terajšom našom občasníku, na dôležitú a rozhodujúcu podstatu a zmysel nášho spoločného života v domove.*

*Práve náš domov na Babinom moste, má priadky nití dôvery, priateľstva, lásky a porozumenia, má schopnosť z týchto nití tkať krásny pestrý koberec pohody, viery a nádeje. Týmito schopnosťami sa stáva istotou aj jeho novým obyvateľom*

*Zalistujme si znovu v našej kronike od predchádzajúceho - prvého vydania v našich spomienkach.*

## *Pribudli k nám noví obyvatelia*

**Podskľan Jozef, Hnúšťa, 82 ročný,**
**Bakšová Valéria, H.Zalužany, 91 ročná**
**Benco Július, Rim. Sobota, 55 ročný,**
**Fízeľová Irena, Bakta, 76 ročná,**
**Čunderlíková Margita, R. Sobota, 85 ročná,**
**Mickuľa Pavol, Lieskovec, 59 ročný,**
**Galdíková Irena, Rim. Sobota, 72 ročná**

*Príjemné spomienky sú na ich privítanie, na nové priateľstvá, na nový domov. S úctou ich naša spoločná nová rodina privítala, aby si na nový domov čo najskôr privykli s prežívaním pekných, príjemných aj veselých zážitkov v novom prostredí.*

*Jarné obdobie je k tomu ako stvorené, sprievodné tradície sú motiváciou aj k tvorbe vlastných dekorácií, ako to dokazuje aj náš záber.*

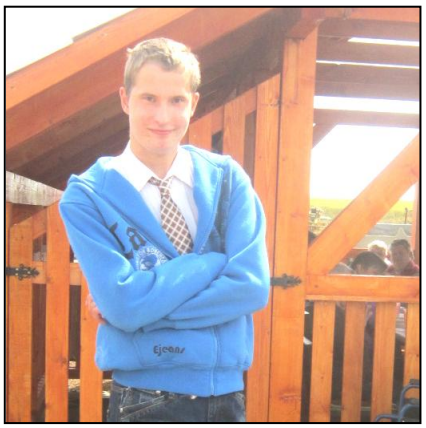
*V našom spoločenstve sme privítali novú obyvateľku pani Valériu Bakšovú, ktorá je v súčasnosti najstaršia. To sa však týka len z pohľadu veku, pretože jej duševná vitalita, pokoj a úsmev ju radia medzi našich v strednom veku.*

***Týmito zábermi si už spomíname na našich jubilantov.***

*Aj na tomto snímku je nová obyvateľka Irenka Fízeľová, ktorá u nás oslávila svoje narodeniny. Zablahoželala jej aj spolubývajúca na izbe Valika Smutná, spoločne so sociálnou pracovníčkou Mirkou.*

*Tento záber je veľmi vzácny, zachytáva slávnostné chvíle stretnutia rodiny Štefana Stieranku z Rimavského Brezova, ktorý sa dožil krásnych 85 rokov. Okrem blahoželaní obdržal aj pozdravný list Obecného úradu, ktorý mu osobne odovzdala starostka obce aj s prevedením aktu slávnostného zápisu do obecnej kroniky.*

# Naši jubilanti a zmeny v rodine domova



*V našej rodine domova sú aj vekovo mladší, ktorí však svoj život prežívajú v tejto spoločnej komunite. Tesne pred Veľkou nocou oslávil svoje 21. narodeniny Vladko Szekér. Veľkou tortou ponúkol všetkých obyvateľov a zamestnancov.*

*Ďalším vekovo mladým je Jožko Hašta, ktorý je u nás so svojou starou mamou Ankou Libjakovou. Náš záber je z jeho 30. narodenín, ktoré oslávil na jeseň.*

*Touto momentkou sme zachytili peknú spoločnosť v trojici zľava : Helenka Spodniaková, Irenka Bedécs a Júlia Bobáľová, z ktorých dve posledne menované oslávili svoje narodeniny tiež v dobe od minulého vydania našich novín.*

***A túto kytičku symbolicky venujeme všetkým našim oslávencom***

*Ďalšou našou novou obyvateľkou je Magdaléna Čunderlíková býva s Elenkou Urbančokovou, ktorej sme spolu len nedávno zablahoželali k jej milým narodeninám*

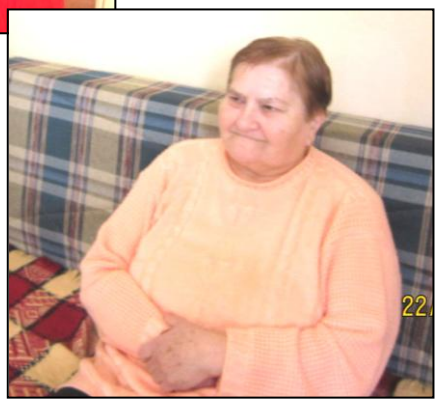
*Blahoželania sú nielen narodeninové, ale aj meninové. Aké sú vzťahy medzi mladšími a staršími preukazuje aj toto foto, kde aj Janko Chovanec a Peter Cibuľa poblahoželali k meninám Albertovi Kovácsovi*

# Naši jubilanti a zmeny v rodine domova

***Ľudia prichádzajú do našich životov pre nejakú príčinu na určité obdobie, alebo na celý ŽIVOT. Ak ich budeme vedieť ľudsky rozoznávať, tak sa naučíme, čo je potrebné urobiť pre nich ...***

*Návštevy a vystúpenia detí sú veľmi pekným doplnkom aj pre jubilantov, k pripomenutiu si ich okamihov, aj keď nie sú presne v dňoch ich osláv. Vždy je to veľmi milé.*

*Víťo Macuška (na zábere vpravo)je tiež oslávencom z februára. S Paľkom Mickuľom si vytvorili priateľstvo ako nerozlučná dvojica. Bývajú aj spolu na izbe, je pekné keď si ľudia takto rozumejú a dopĺňajú sa.*



*Tieto zábery sú síce s oslávencami samostatne fotenými, ale samozrejme že im gratulovala celá naša spoločnosť. Zľava Margitka Václavíková, Elenka Helmešová mala okrúhlych 70 rokov a vpravo je Vierka Bučová*

## *Spomeňme si na tých, ktorí žiaľ už nie sú medzi nami*

*S úctou spomínajme na tých, ktorí nás navždy opustili*

***Nagyová Helena, 85 ročná,*** ✝ *19.09.2013*
***Jozef Králik, 87 ročný,*** ✝ *15.10.2013*
***Anna Genská, 78 ročná,*** ✝ *04.11.2013*
***Nagyová Barbora, 74 ročná,*** ✝ *06.11.2013*
***Bystriansky Jozef, 60 ročný,*** ✝ *19.12.2013*
***Stieranková Mária, 80 ročná,*** ✝ *4.01.2014*
***Kováčiková Mária , 85 ročná,*** ✝ *12.02.2014*
***Galdíková Irena, 72 ročná,*** ✝ *23.03.2014*
***Mikitová Mária, 79 ročná,*** ✝ *03.04.2014*
***Stieranka Štefan, 85 ročný,*** ✝ *06.04.2014*

**ČESŤ VAŠEJ PAMIATKE – ODPOČÍVAJTE V POKOJI**

# Duchovný život vzácne dopĺňajú naši kňazi

*Jednou z dôležitých posilnení nášho duchovného života sú pravidelné stretnutia s kňazmi, predovšetkým s tými, ktorí pôsobia vo farnosti rím.kat.cirkvi Ožďany. Tak tomu bolo doposiaľ, počas viac ako 10 ročného pôsobenia dôstojného pána farára Petra Mantúcha, ktorý v marci tohto roka túto farnosť opustil z dôvodu jeho nastúpenia do farnosti v okrese Veľký Krtíš.*

*Chceme sa mu ešte aj touto cestou veľmi srdečne a s hlbokou úctou poďakovať, že sa nám, v živote nášho domova, vedel vždy duchovne rozdávať.*

*Vedel nám priblížiť tajomstvo krásy života, obety a svetla nielen počas bohoslužieb, ale aj v prítomnosti na mnohých spoločenských podujatiach, či svojou osobnou účasťou na našich výletoch. Ešte raz veľmi pekne zo srdca ďakujeme a prajeme mu veľmi veľa zdravia a naďalej ešte dlhé roky šírenie evanjelia v takých vzácnych hodnotách, ako ich zažila naša spoločnosť domova.*

*Naša ožďanská farnosť sa jeho odchodom začlenila do rím.katol. farnosti v Rimavskej Sobote. Sme veľmi radi, že nový pán farár prijal prosbu, aby sa touto zmenou zachovala týždenná pravidelnosť bohoslužieb v našom domove. Prijal aj našu prosbu, aby pre lepšie spoznanie sa a priblíženie s našim farským spoločenstvom, sa k nám v týchto našich novinách prihovoril.*

### *Príhovor dôstojného pána farára Jozefa Markotána.*

*Pochádzam z neďalekej obce Sušany, narodil som sa 11.9.1966. Po ukončení ZDŠ v Sušanoch a Ožďanoch som absolvoval stredoškolské štúdium v Rim. Sobote. Následne som v r. 1985-86 pracoval na JRD v Hrnčiarskych Zalužanoch.*

*Základnú vojenskú službu som vykonával v rokoch 1987-88 v Leviciach. Po odchode do civilu som pracoval v rokoch 1989-90 v Nemocnici v Rim. Sobote ako ošetrovateľ.*

*Až potom, v rokoch 1990-1996 prichádza cesta na štúdium teológie. Moja kňazská vysviacka bola 20.júna 1996 z rúk Mons. Eduarda Kojnoka, diecézneho Rožňavského biskupa.*

### *Kam viedli moje cesty pastoračného pôsobenia ?*

*V roku 1996, ale len nakrátko som začínal v Jesenskom. V rokoch 1996 -1997 potom farnosť v Plešivci, následne r. 1997-1998 Stará Halič, potom v rokoch 1998-1999 farnosť v obci Čoltovo.*

*Nasledovalo moje 10 ročné pôsobenie tam, kde som pôvodne začínal - vo farnosti v Jesenskom a to v rokoch 1999 až 2009. V rokoch 2009-2013 som pôsobil vo farnosti v Husinej.*

*A od jesene 2013 som správca fary v Rimavskej Sobote s prevzatím od jari tohto roka aj fary v Ožďanoch, s farským spoločenstvom Vášho sociálneho zariadenia na Babinom moste.*

### *Vážení a milí, drahí bratia a sestry,*

*Keď človek začína svoju životnú dráhu, má určité túžby a plány. Tak bolo aj na začiatku moje kňazskej dráhy. Vždy ma hlboko napĺňajú slova Pána Ježiša, ktoré povedal pri poslednej večeri apoštolom.* ***" Veľmi som túžil jesť s vami tohto veľkonočného baránka, skôr ako budem trpieť"*** *(Lk 22,15).*

*Ježiš má túžbu prežívať spoločenstvo s apoštolmi a dať im seba ako dar, obetu a silu.*

*Ja tiež, vždy cez obetu svätej omše cítim dar, ktorým je ON sám a čerpám silu pre obetu každodenného života.*

*Aj ja, od chvíle, kedy som vstúpil do priestorov vášho domova cítim blízkosť Boha cez vaše tváre, podania ruky, úsmev, ale aj bolesť. A tak túžim prežívať s vami spoločenstvo, ktoré vytvára Boh a my navzájom.*

*Nech nás toto spoločenstvo stále viac približuje k Bohu a nech vieme skrze toto spoločenstvo viacej prežívať vzájomné bratstvo, nádej a lásku.*

*To je moja túžba, ktorú chcem medzi vami, ako váš nový duchovný uskutočňovať.*

### *Nech nám v tom Boh pomáha.*

# Vtáťme sa k zimným sviatkom

*Ako sme už v inej časti spomenuli, počas zimných sviatkov nás atmosféra vracia aj do detských čias. O to viac sme boli radi, keď k nám prišiel na návštevu Mikuláš. Mal však doprovod čerta a anjela.*

***Všetko vyvrcholilo slávnostnou večerou z príležitosti Vianočných sviatkov za prítomnosti nám vzácneho duchovného pána farára Petra Mantúcha.***

*Slávnostnú atmosféru výrazne dopĺňali koledy hrané a spievané našim priateľom Lackom Cechmeistrom. Na záver "Tichá noc, svätá noc".*

*Aj keď sa niektorí čerta "báli", všetko upokojoval milučký anjel. Aj Mikuláš čerta napomínal, veď nakoniec všetci traja prišli doniesť darčeky. A tým, ktorí neboli na spoločenskej miestnosti rozdali darčeky na izbách. Prikladáme niekoľko fotiek.*

***K tejto sviatočnej tematike, ktorú sme prežili vám ponúkame túto báseň***

## Svätovečer.

*Svätovečer. Nočná tíš.*
*Pod oknom láska chodí,*
*do srdc sa vkráda... Necítiš ?*

*Zvončeky Vianoc vonku zvonia, božia spiež.*
*Na strunách noci hviezdy hrajú,*
*zlatý sláčik si podávajú... Počuješ ?*

*Izbička z detstva. Otec, matka, sestrička.*
*V staručkých kachliach oheň praská.*
*Po všetkých kútoch roztúlaná láska...*
*A snivo vonia jedlička.*

*Kraj svitom luny omámený*
*pod perleťou snehu*
*Pozhovej chvíľku, zastav sa !*
*Poodchýľ dvierka svojho srdca,*
*Pritúľ v ňom svätovečernú*
*zasneženú nehu.*

# Fašiangy, Turice, Veľká Noc ide ...

*Aspoň v krátkosti si pri týchto sviatkoch a tradíciách pripomeňme niektoré zvyky z týchto ročných období.*

*Ľudia po Vianociach a Novom roku sa uvoľnili a začali sa venovať zábave. Obdobie od Troch kráľov do Popolcovej stredy bolo vždy vyplnené radovánkami, veľakrát to bol čas svadieb. Počas roka nemali roľníci, ale ani remeselníci čas na prípravu vydaja alebo ženby svojich dcér a synov.*

*Cez Fašiangy sa konali tanečné zábavy, fašiangové a maškarné plesy. Tieto situácie dobre vystihuje ľudová riekanka:*

***Všetci ľudia sa radujú***
***vo fašiangovom čase,***
***jedni pijú, druhí jedia,***
***za stolom klobáse ...***

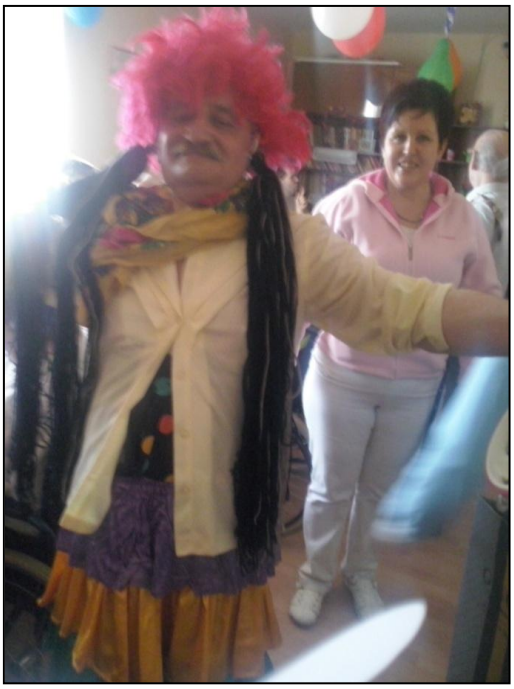
***Víno, pivo a pálenô***
***sebe popíjajú,***
***preto sa do veselého***
***krpčenia dávajú***

*Ľudí v dedinách obveseľovali sprievody masiek, kde nechýbala koza, kôň, zajac. Kominár zasa začiernil každého, koho sa dotkol. Cigánka, či ježibaba, ktorá aj veštila z ruky. Napriek tomu ich obdarovali vajíčkami, či slaninkou, klbásmi, kedže si pritom spievali :*

***Naša kapsa úbohá***
***všetko berie, čo sa dá,***
***i slaninu i rebrá.***

*A naozaj, na naše Fašiangy došla akási CIGÁNKA, ale pre istotu si so sebou nedoniesla nič - ani slaninu ani klbásu.*

*Nuž najprv poriadne vyvádzala, skôr sa zdalo, že nás chcela zabávať piesňami s harmonikárom Lackom. Potom nás balamútila, že je tehotná a že hľadá toho muža, ktorý je tomu na príčine. To všetko však bolo len akési klamstvo, a určite niečo chcela kradnúť. Veď aj spomínala nejaké sliepočky, či kohútiky. Nakoniec to všetko dobre dopadlo, lebo aj keď si nás postupne chcela udobriť nejakými cukríkmi odišla - či ušla keď sme ju odhalili.*



*Možno, že uletela na metle, lebo sme ju od tej doby ešte nevideli.*

*Veď nám ani nechýba Do budúcich našich zábav nám bude stačiť, keď príde zahrať dobrý priateľ Lacko. Už sa tešíme!*

*Večer pred Popolcovou stredou sa konali fašiangové zábavy spojené s pochovávaním basy.*

*Po skonzumovaní poživne, čo dostala mládež počas maškarného sprievodu dedinou, a po bujarom tanci a speve sa priblížila polnoc, keď „pochovávali“ basu za spevu častušiek ospevujúcich veselé príhody zo života dedinčanov.*

***Fašiangy sa krátia, už sa nenavrátia, staré dievky nariekajú, že sa ony nevydajú ...***

# Fašiangy, Turice, Veľká Noc ide ...

*Ale ani naša chasa sa nedala zahanbiť, mnohí mali masky, aby tú neznámu CIGÁNKU vedeli vystrašiť a odohnať. No len posúďte sami, aké to boli zvieratká, maškarády, strašidlá, a iné čudá.*

*Je to macko, slniečko, zajo. A aké mená v skutočnosti mali tieto podarené masky ?*

*No tak skúsme hádať od ľavého obrázku - že by :*

*Valika, Marka, Ivko,*

*Elenka, Vierka, a dole Nikolka, Štefan Betka, Jožko*

*spoznáte ich ?*

*No a na záver s našou fašiangovou zábavnou prehliadkou, kým prejdeme do tradícií k Veľkej noci, ešte Vám ponúkame jednu žartovnú báseň Do rána sa mi snívalo.*

**Do rána sa mi snívalo**

*Do rána sa mi snívalo,*
*že ma voľačo mátalo.*
*A to vám bol ten môj muž,*
*aby som mu dala už.*

*A ja som mu poviedala,*
*že mu ráno vďačne dám.*
*Že druhý fruštik ja nemám,*
*aby dočkav do rána.*

*A keď začav pastier trúbeť,*
*začav sa môj mužík budeť.*
*Staň ženička, stanže hor,*
*dajže mi ten fruštik môj.*

*A keby som nič nerobela,*
*cukor jedla, kávu pila,*
*veru by ti dávala*
*od večera do rána*

*A že bolo naozaj veselo dokazuje aj tento záber, keď sa naša chasa pustila do spevu a do tanca. Náš harmonikár Lacko veľmi vychválil niektoré hlasy, najviac sa mu zapáčil Ľubkin hlas, ale všetci sa snažili.*

# .. a k Veľkej noci niečo bližšieho

*Veľká noc je najstarším, najvýznamnejším kresťanským sviatkom, počas ktorého si kresťania pripomínajú umučenie, smrť a vzkriesenie Ježiša Krista. Nadväzuje na židovskú paschu - ktorá sa slávila od 14. do 21. dňa v mesiaci nisan (náš marec až apríl).*

*Termín Veľkej noci nie je stály, každoročne sa mení. Veľká noc pripadá na prvú nedeľu po prvom jarnom splne mesiaca - po 21. marci. Má však ustálený deň na oslavu - nedeľu - pretože Ježiš Kristus vstal z mŕtvych podľa svedectva apoštolov prvý deň po sobote (Matúš 28,1 Marek 16,1 Lukáš 24,1 Ján 20,1). Veľkonočný - tichý týždeň trvá od Kvetnej nedele po Bielu sobotu,*

## Kvetná nedeľa

*Kvetnou nedeľou vstupujeme do veľkého týždňa, veľkého na najdôležitejšie udalosti spásy. Počas Kvetnej nedele si pripomíname vstup Ježiša do Jeruzalema, aby tu oslávil veľkonočné sviatky. Slávnosť veľkonočného baránka sa vtedy mohla konať jedine v Jeruzaleme - hlavnom meste židov. Zástupy nadšene vítali Ježiša a pod nohy mu hádzali palmové ratolesti (Ján 12,13), preto má táto nedeľa pôvodne názov Palmarum t.j. nedeľa paliem. Pomenovanie Kvetná nedeľa pravdepodobne vzniklo u nás podľa toho, že u nás palmy nerastú a významné osobnosti sa vítajú kvetmi. Snáď aj podľa toho, že tento deň spadá do skorého jarného obdobia, kedy sa objavujú prvé kvety. Na Kvetnú nedeľu, Zelený štvrtok a Veľký piatok sa na službách Božích čítajú a spievajú pašie.*

## Zelený štvrtok

*Pomenovaný je pravdepodobne podľa zelene v Getsemanskej záhrade, kde sa Pán Ježiš modlil a bol zatknutý vojakmi. Hlavným dôvodom svätenia tohto dňa je ustanovenie Večere Pánovej Pánom Ježišom Kristom.*

## Veľký piatok

*Kresťania si na Veľký piatok pripomínajú potupnú smrť Ježiša Krista na kríži. Evanjelici ho považujú za najvýznamnejší sviatok, pretože Syn Boží dokončil dielo vykúpenia sveta. Ježiš Kristus bol ukrižovaný na vrchu Golgota cisára Tibéria a Pontského Piláta. V rímsko-katolíckych chrámoch sa v tento deň neslúži omša, oltáre sú bez chrámového rúcha, bez kríža aj svietnikov.*

*Na niektorých miestach sa nezvoní, len rapká od štvrtku do soboty večera. Na evanjelických službách Božích sa čítajú a spievajú pašie, prisluhuje sa Večera Pánova. Zachováva sa pôst - nejedáva sa mäso.*

## Biela sobota

*Ježiš bol pochovaný do hrobu. V sobotu sa v chrámoch nekonajú služby Božie. Len večer bývajú v niektorých cirkevných zboroch služby Božie, ktoré sa začínajú v pôstnom duchu a končia sa už radosťou z Pánovho vzkriesenia. Sobota je prípravným dňom pred veľkonočnými sviatkami. Katolícka cirkev slávi vigíliu už ako radostnú slávnosť vzkriesenia a znovu sa rozozvučia zvony, ktoré od štvrtku večera nezvonili.*

## Veľkonočná nedeľa

*Každý rok na jar sa odohráva zápas života so smrťou. Raz na jar pred 2000 rokmi na Veľkú noc sa však odohral aj iný zápas so smrťou. Veľká noc nie je len sviatkom jari. Ježiš Kristus, ktorý bol mŕtvy, prekonal smrť a vstal k novému životu. Neostal v hrobe, pretože Ho Boh vzkriesil. Po Jeho smrti Ho stovky ľudí opäť videli živého. Mnohí s Ním hovorili, dotýkali sa Ho a dokonca s Ním jedli a pili. Ježiš Kristus nebol obyčajným človekom, ale bol Božím Synom. "Pán sa rozhodol, že z lásky k nám sám pôjde našou cestou"- povedal sv. Augustín . Ježišove vzkriesenie dáva jedinečnú nádej na večný život každému, kto v Neho uverí. Nádej na život, proti ktorému je smrť už navždy bezmocná. "Veru, veru hovorím vám: Kto počúva moje slovo a verí Tomu, ktorý ma poslal, má večný život a nejde na súd, ale prešiel zo smrti do života". (Jánovo evanjelium 5,24) " Ja som vzkriesenie a život, kto verí vo mňa, bude žiť, aj keď umrie. (Ev. Jána 11,25)*

## Veľkonočný pondelok

*Typické veľkonočné zvyky - oblievanie vodou, šibanie prútikmi, maľovanie veľkonočných vajíčok, rozdávanie čokoládových zajačikov a kuriatok - nemajú kresťanský pôvod.*

# Poznajme Domáci poriadok -

### Pokračujeme v časti z minulého čísla

Pripomeňme si, že účelom domáceho poriadku je oboznámiť prijímateľov soc.služieb domova a následne zabezpečovať reálne naplnenie základných pravidiel kolektívneho spolunažívania vo väzbe ich práv a povinností.

Je dôležité, aby si prijímatelia social. služieb domova boli vedomí, že k spokojnému životu v domove nestačí len dobré hmotné zabezpečenie, ale významnú zložku tvoria vzájomné vzťahy jeho obyvateľov navzájom, rovnako obyvateľov a zamestnancov, na základe vzájomnej úcty a pomoci, dôvery a disciplíny, dobrým vzťahom k majetku domova.

### Osobné veci a úschova cenných vecí v domove

Veci, ktoré si do domova doniesol prijímateľ social. služieb ostávajú jeho majetkom. Evidenciu osobných vecí zabezpečuje úsek opatrovateľský v súčinnosti so sociálnou pracovníčkou. Veci, ktoré dostane prijímateľ v domove do používania, ostávajú majetkom domova. Osobné vybavenie, ktoré domov poskytuje občanovi, sa eviduje na osobnej karte občana. Túto evidenciu zabezpečuje sociálna pracovníčka.

Súkromnú bielizeň prijímateľa social. služieb je potrebné opatriť vhodným označením, ktoré si zabezpečujú obyvatelia alebo ich príbuzní ešte pred nástupom do domova. Je potrebné takto označiť aj každú novozakúpenú bielizeň. V prípade, že sa takto osobné veci nezabezpečia, domov rieši označenie prádla a bielizne spôsobom, ktorý zabezpečuje uvedenú potrebu rozlišovania osobných vecí prijímateľov social. služieb.

Odev, resp. iné osobné veci, ktoré prijímateľ social. služieb nepoužíva, alebo sa nevmestia do priestorových možností ubytovania v domove, sa uložia do vhodnej batožiny, ktorá je uložená v miestnosti na to určenej. Za uskladnenie uvedených vecí zodpovedá sestra a sociálna pracovníčka.

Domov prevezme do úschovy cenné veci - vkladné knižky, peňažné hotovosti, šperky, cenné dokumenty a pod. , ktoré prijímatelia social. služieb žiadajú uschovať. Postupuje sa podľa zákona č. 448/2008 Z.z. o sociálnych službách v znení neskorších predpisov.

Peniaze z vkladných knižiek, ktoré sú v úschove domova si prijímateľ social. služieb môže vyberať kedykoľvek v pracovných dňoch od 07oo do 15oo hod. ak požiada o vydanie vkladnej knižky. V prípade potreby výberu cestou spoludisponenta oznámi 2 dní vopred sociálnej pracovníčke svoju požiadavku. Tento postup sa zabezpečuje v analógii s akoukoľvek potrebou riešiť manipuláciu hotovostí, resp. ich zhodnotenia na vkladných knižkách len v súlade so záujmami a potrebami obyvateľa domova.

Predmety dané do úschovy domova sa vydávajú obyvateľovi na jeho požiadanie kedykoľvek, výlučne len za prítomnosti sociálnej pracovníčky, alebo vedúcej opatrovateľského úseku.

Zistené nedostatky, v prípade, že sa nedajú odstrániť priamo na mieste pri ich vzniku, prijímatelia social. služieb ich prednesú kompetentným osobám a to vedúcim zamestnancom domova, alebo prostredníctvom svojich zástupcov v Rade obyvateľov.

Svoju požiadavku na riešenie v takomto prípade so svojim odporučením predkladajú riaditeľovi domova. Týmto spôsobom pomáha Rada obyvateľov spätne riaditeľovi domova, bez újmy jeho právomocí a zodpovedností, pri zabezpečovaní riadenia pre usporiadaný život v domove.

Činnosť Rady obyvateľov sleduje a usmerňuje riaditeľ domova a sociálna pracovníčka a podľa potreby jej poskytuje organizačnú a administratívnu pomoc.

### Ubytovanie v domove

Pri príchode nového obyvateľa - klienta, určí riaditeľ s kompetenciami po konzultácii so štatutárom OZ miestnosť a lôžko na jeho ubytovanie.

Rozhoduje sa s prihliadnutím na stanovisko lekára, aktuálnej možnosti voľných miest v domove a na iné dôležité faktory z poznania dovtedajšej sociálnej a zdravotnej anamnézy prichádzajúceho obyvateľa.

Okrem manželov, alebo oficiálne uznaného partnerstva druh a družka, prípade rodiča s dieťaťom, či súrodencov, sú obyvatelia ubytovaní v izbách ženy a muži oddelene.

### Čas pokoja

Čas nočného pokoja je stanovený v čase od 21:30 hod do 06:00 hod, výnimky povoľuje riaditeľ domova na základe zhodnotenia danej situácie.

### Zdravotnícka starostlivosť

Zabezpečenie poskytovania zdravotníckej starostlivosti je riešené v súlade s predmetom činnosti domova prostredníctvom personálu opatrovateľského úseku. Poskytovanie zdravotnej starostlivosti je zabezpečené cestou ústavného lekára, resp. osobného lekára obyvateľa. Odborná starostlivosť sa zabezpečuje prostredníctvom konziliárnych vyšetrení, resp. hospitalizácie v odborných zdravotníckych zariadeniach.

# - pokračovanie z minulého čísla

Ordinácie ústavného lekára sa zabezpečujú minimálne 1 x týždenne, podľa dohodnutých ordinačných hodín v priestoroch domova.

Poskytovanie odbornej psychiatrickej starostlivosti je zabezpečované lekárom psychiatrom

Lieky predpisuje ústavný lekár, resp. osobný lekár a vydávajú sa pod dohľadom sestry tým prijímateľom social. služieb, ktorí sú schopní lieky osobne riadne užívať. Ostatným prijímateľom social. služieb sa vydávajú lieky za osobnej asistencie opatrovateliek. Vedúca úseku - sestra dozerá na riadne užívanie liekov podľa pokynov lekára.

Hotovostné platby, resp. doplatky za lieky koordinuje a finančne vysporiadúva sestra–vedúca úseku opatrovateliek v súčinnosti so sociálnou pracovníčkou.

## Poskytovanie drobných predmetov osobnej potreby a služieb

Osobné vybavenie poskytuje domov prijímateľovi social. služieb, ktorému sa poskytuje starostlivosť celoročnou formou pobytu a ktorý nemá osobné vybavenie, s prihliadnutím na potreby obyvateľa, jeho zdravotný stav, účasť na pracovnej terapii, jeho príjmové a majetkové možnosti a možnosti jeho rodiny.

Z prostriedkov domova sa neuhrádzajú prijímateľom social. služieb náklady na holenie, kadernícke a pedikúrske služby. Zabezpečovanie týchto služieb však napomáha riešiť pre obyvateľov domov. Rovnako sa postupuje pri poskytovaní rehabilitačných služieb (masáže a pod.) zabezpečovaných cestou odborných organizácií

## Stravovanie v domove

Strava sa v domove podáva 3 x denne v tomto časovom rozvrhu :

- ⇨ **raňajky** od 07:0 hod – 08:30 hod
- ⇨ **obed** pre prijímateľov social. služieb od 11:00- 12:30
  **obed** pre zamestnancov od 12:30 hod - 13:30 hod
- ⇨ **večera** od 16:30 hod - 17:15 hod

Strava sa pripravuje podľa jedálneho lístka, ktorý navrhuje a zostavuje stravovacia komisia na dva týždne vopred. Stravovacia komisia dbá pri zostavovaní jedálneho lístka na pestrosť a biologickú hodnotu, ako aj na rozmanitosť a kalorickú hodnotu podávanej stravy zodpovedajúcu veku a zdravotnému stavu prijímateľov social.služieb. Jedálny lístok schvaľuje riaditeľ domova po dohode s ústavným lekárom.

Členmi stravovacej komisie sú :
Vedúca opatrovateľského úseku (sestra), vedúca stravovacej prevádzky, zástupcovia prijímateľov social. služieb.

V domove sa podáva strava :
- racionálna
- diabetická, resp. iná forma diétnej stravy

Strava sa podáva a konzumuje v jedálni domova. Na izby sa strava môže donášať len tým prijímateľom social. služieb, ktorí sa pre chorobu nemôžu do jedálne dostaviť a pri prevzatí suchej večere.

Pre imobilných klientov sa strava donáša (po porcovaní v kuchyni) priamo na izby k lôžkam. Podľa potreby sa pri konzumácii jedla poskytuje zo strany personálu opatrovateľského úseku pomoc.

Za účelom kontroly kvality a množstva stravy, jej chuťovej a inej úpravy, technického stavu stravovacej prevádzky, bezpečnosti zdravia pri práci ako i dodržiavania hygienických predpisov, sa v kuchyni vedie dokumentácia.

## Vychádzky

Prijímatelia social. služieb majú z domova vychádzať vždy riadne a čisto upravení. Vychádzky nie sú obmedzené, ak sú v doprovode dospelej osoby (príbuzní a pod.). Obmedziť ich môže len lekár alebo riaditeľ domova, v záujme zdravia, alebo bezpečnosti obyvateľa.

O vychádzke prijímateľ social. služieb informuje sestru, alebo sociálnu pracovníčku, v čase ich neprítomnosti službokonajúci personál opatrovateľského úseku.

## Pobyt prijímateľa sociálnych služieb mimo domova

O pobyt mimo domova je potrebné, by klient požiadal predchádzajúci deň, aby sa mohol odhlásiť zo stravovania.

Za dni prerušenia poskytovania služieb v domove, ďalej pri iných dôvodoch, ako sú napr. hospitalizácia a kúpeľná liečba, obyvateľ neplatí za stravu – ostatné úhrady za bývanie, úhrady za ďalšie činnosti – služby platí v súlade s platnou legislatívou o sociálnych službách .

Ak u prijímateľa social. služieb došlo k prerušeniu poskytovania služieb v domove bez jeho predchádzajúceho oznámenia a povolenia zo strany domova, zaplatená úhrada sa mu nevracia, t.j. hradí všetky úhrady ako by bol v domove prítomný.

**V budúcom čísle text a informácie z Domáceho poriadku dokončíme.**

# Zo spomienok z každého rožka troška...

## *Potulky po Slovensku*

*V podjeseň sme sa vybrali na výlet do okresu Veľký Krtíš. Najprv do domova sociálnych služieb Čeláre- Kirť. Mali sme informácie o ich veľmi zaujímavom chove zvierat , ale prehliadka ich malej ZOO a jazda na koníkoch, či na bričke s poníkmi prekonali všetky naše očakávania.*

*Veľmi pekne ďakujeme všetkým zamestnancom a klientom, ktorí sa nám veľmi milo a priateľsky venovali. Našli sme si znovu nových známych a spomienky hrejú pri srdci. Budeme radi, keď nás aj oni navštívia, aby sa priateľstvo rozvíjalo.*

.

*V areáli sociálneho zariadenia sme si spravili spoločné foto nášho zájazdu a potom sú to už zábery z pekných okamihov, ktoré sme prežili.*

*Mimoriadne nás zaujala aj scénka klientov zariadenia z tematikou a zvyklosťami mlynárstva. Herecké výkony preukázali, že k týmto aktivitám majú blízky vzťah a že majú veľmi obetavých a skúsených odborných zamestnancov, ktorí sa im v sociálnej práci venujú s celou dušou. Blahoželáme im k tejto činnosti.*

# Zo spomienok z každého rožka troška...

### *Potulky po Slovensku - Hrad Modrý kameň*

*Po návšteve priateľov v Kirti sme sa pobrali na Hrad Modrý kameň. Aj táto časť výletu sa vydarila, keď okrem príjemného poznania starej histórie budov hradu sme mali veľké zážitky z múzea hračiek. A je to znovu spomienka na detstvo, ale aj na mimoriadne skvosty historických hračiek i hračiek z novšej doby.*

*Múzeum hračiek je v starobylom hrade - už priestory sú v nezvyčajnom nádychu našich predstáv, ako sa žilo panstvu, ale aj služobníctvu v tých časoch. Z vystavených hračiek zaujali všetky-zaujímavé boli bábiky, autíčka a iné technické hračky. Najviac však prekvapili krásne postavičky a kulisy bábkových divadiel, ktoré sú v takomto rozsahu a množstve jediné na Slovensku. Také niečo sme ešte nevideli.*

## A ešte niečo na doplnenie, aby sme si pripomenuli

***Aby sme si pripomenuli, že ten zvonček na prelome rokov v ruke Mikuláša***

***nás chce posúvať do ďalších pekných podujatí a príjemných stretnutí.***

***A my sa na to tešíme.***

# zdravotnícke okienko

## Poodhalené tajomstvá

### *Poodhalené tajomstvá ľudského mozgu*

Pochopenie základných princípov fungovania ľudského mozgu patrí k najdôležitejším výzvam v 21.storočí.Mnohé hádanky ľudského myslenia už boli rozriešené vďaka moderným technológiám a ľudskému umu

Avšak mozog ako centrálny orgán ľudského organizmu ešte ani zďaleka neodhalil svoje tajomstvá, ktoré sú ukryté v zložitých bunkových pochodoch odohrávajúcich sa na neviditeľnej molekulárnej úrovni.

### *Výskum mozgu na Slovensku*

Výskumu sa venuje Neuroimunologický ústav, ktorý sa stal hybnou silou v oblasti neurovied na Slovensku. Koordinuje skúmanie najzávažnejšie ochorenia ľudského mozgu, akým je napríklad Alzheimerova choroba.

Závažnosť ochorenia dokumentuje aj fakt, že každých 7 sekúnd na svete pribudne nový pacient zasiahnutý týmto zhubným procesom mozgu.

### *Čo ovplyvňuje vývoj nášho mozgu ?*

Vývin ľudského mozgu, jeho stavbu, umiestnenie a usporiadanie mozgových buniek riadia gény, ktoré tvoria biologickú bázu individuálnych schopností každého z nás. Preto mnoho z týchto schopností a osobnostných čŕt dedíme po našich predkoch, rovnako ako dedíme farbu očí alebo stavbu tela.

Schopnosť prispôsobiť sa môžeme udržovať, zlepšovať či posilňovať aktivitou, najmä však súborom aktivít – čo je predovšetkým zdravý životný štýl. Ten tvorí podstatu všeobecnej prevencie chorôb.

### *Prežije ten, kto sa dokáže prispôsobiť*

Okrem génov a vonkajších vplyvov sa na vývine mozgu podieľajú vnútorné faktory napríklad hormóny, pod vplyvom ktorých sa mení pozornosť, koncentrácia, nálada a tým aj schopnosť vnímať, učiť sa a pod.

Avšak nápor na psychický stav človeka sa v súčasnosti stále zvyšuje

Okolité prostredie na nás vytvára tlaky a má určité nároky, ktorým sa veľakrát nedokážeme prispôsobiť. Ba môže dôjsť až k narušeniu psychického zdravia. Náš mozog je orgán, ktorý rozhodujúcim spôsobom určuje, ako prežívame jednotlivé životné situácie a ako na ne reagujeme.

*Prežívanie životných situácií v pozitívnych reakciách - okrem iného aj v spoločenských stretnutiach, kde významnú úlohu sú stretnutia s deťmi, ako to ilustruje záber po vystúpení detí k "Mesiacu október, mesiacu úcty k starším"*

### *Problémy s pamäťou*

Problémy s pamäťou môže mať každý človek, dokonca sa mu môže zdať, že pred pár rokmi mu fungovala lepšie. Lenže pred pár rokmi možno nemal pamäť takú preplnenú informáciami a žil bez stresu, pretože ten je jednou z najväčších príčin zabúdania.

Ak je spomienka spojená s negatívnou emóciou alebo skúsenosťou, vtedy môžeme zabúdanie označiť aj ako obranný mechanizmus – nechceme si pamätať veci, ktoré sú nám nepríjemné. Tento obranný mechanizmus si potrebujeme však niekedy aj vlastným účelovým spôsobom sami budovať, aby sme sami obmedzovali a odľahčovali naše negatívne myslenie a jeho vplyv na náš životný štýl. Ak idú informácie príliš rýchlo za sebou, mozog si nestíha všetko zapamätať.

Medzi choroby, ktoré ničia pamäť sú už spomínaná Alzheimerova choroba a demencia. Tieto ochorenia sa s spočiatku prejavujú poruchou krátkodobej pamäti, až neskôr je zasiahnutá dlhodobá pamäť.

# zdravotnícke okienko

## ľudského mozgu

Zabúdanie je teda u človeka prirodzený proces, ale je aj príznakom ochorenia, Až po stretnutí s takýmto človekom si zvyčajne naplno uvedomujeme, aká podstatná je pamäť pri vytváraní našej osobnosti, že bez nej sa stratí všetko to, čo vlastne robí človeka človekom.

### *Čo je pamäť ?*

Pamäť je schopnosť človeka prijímať informácie, spracovávať ich, ukladať a v správny čas si ich vybaviť. Rozlišujeme tri druhy pamäti – ultrakrátku (senzorickú, zmyslovú), krátkodobú (pracovnú) a dlhodobú pamäť.

---

Zmyslová pamäť uchováva zmyslové vnemy - teda to, čo počujeme, vidíme, cítime hmatom a chuťou počas jednej štvrtiny až dvoch sekúnd. Pôsobí ako sito, prefiltruje dôležité, nové a neznáme informácie. To, čo je pre nás potrebné, prejde do druhej fázy, do krátkodobej pamäti.

Krátkodobá pamäť slúži ako dočasná zásuvka - uchováva informácie vo vedomí počas vykonávania činnosti. Predstavte si, že potrebujete vytočiť telefónne číslo. Nájdete ho v zozname, vyťukáte ho a len čo človek na druhej strane telefón zdvihne, číslo zvyčajne zabúdate, lebo ho nepotrebujete. Pri kapacite krátkodobej pamäti sa uvádza číslo sedem, s toleranciou plus mínus dva. Krátkodobo si teda vieme pamätať sedem prvkov – sedem číslic, tvarov, mien a pod.

V prípade, že informácia je taká dôležitá, aby sme si ju pamätali dlhšie, uloží sa do sivej kôry mozgovej karty.

### . *Ako si zachovať funkčný mozog do najvyššieho veku ?*

Celková životná pohoda je závislá od fyzickej a psychickej stimulácie. Dobrá telesná kondícia pozitívne ovplyvňuje telesné zdravie, človek menej podlieha únave. Zhoršením pamäti trpí po päťdesiatke takmer polovica ľudí, po sedemdesiatke už tri štvrtiny. Problémy s pamäťou ale majú aj mladšie osoby.

Bunky svalov a nervové bunky sa správajú rovnako, potrebujú byť v činnosti, inak stratia svoju výkonnosť. Ak z nejakého dôvodu istý čas zostaneme na lôžku, menej sa pohybujeme, potrebujeme čas na fyzickú rehabilitáciu.

Primeraná a pravidelná mentálna námaha rovnako spôsobuje, že mozgové bunky doslova „kvitnú“, pretože každá aktivita podnecuje tvorbu ich nových spojení v mozgu. Ak sa jej budeme vyhýbať a len pasívne prežívať každodenný život, bunky zoslabnú a nakoniec zahynú.

### *Akákoľvek aktivita, telesná i duševná chráni pred zhoršovaním pamäti !*

Dnes vieme, že pravdepodobne jediným účinným preventívnym prostriedkom proti predčasnému starnutiu mozgu je pamäťový a zážitkový tréning.

On totiž buduje „duševnú rezervu“. Takýto životný štýl má dôležitý význam preto, že udržiava mozog aktívny a zdravý. Okrem dobrej pamäti pomáha uvoľňovať určité chemické látky, ktoré sú dôležité pri fungovaní imunitného systému, čím sa chráni mozog pred ochorením a poškodením.

*Zážitky so spoločných stretnutí dopĺňajú aj naše výjazdové aktivity, ako tomu bolo pri výlete do Kirťu a Modrého Kameňa. Našli sme nových priateľov. Toto pekné stretnutie a spomienky si bližšie pripomíname v samostatnej časti našich novín.*

*Aj zážitkové aktivity sú veľmi účinné – veď sa spojí príjemné s užitočným. Či do nášho rodinného domova zavítajú deti, kultúra, či sa pracovná aktivita podieľa na prospech každého . Takto to u nás chodí ... Ilustračné zábery dopĺňajú náš život.*