

Cemjatský PRAMEŇ

Rok: 2014 Číslo: 16

harmónia
ZARIADENIE PRE SENIOROV • PREŠOV - CEMJATA

Cemjatský PRAMEŇ 16/2014
Vydáva: ZpS Harmónia, Prešov - Cemjata
Texty: Mgr. Vladislav Varga & kolektív zamestnancov
ZpS Harmónia, Prešov - Cemjata
Obálka a grafická úprava: Mgr. Renáta Kuková ©2014
Tlač: ZpS Harmónia, Prešov - Cemjata
Fotografie: archív ZpS Harmónia, Prešov - Cemjata
Neprešlo jazykovou úpravou.

Prešov, december 2014

OBSAH

Vianočné slovo pána riaditeľa 2
Vitajte, priatelia! 3
Navždy nás opustili 4
Zomrel najstarší Prešovčan Jozef Gajdoš 5
Čo nám priniesol druhý polrok 2014

- ★ Dni českej kuchyne 6
- ★ Cemjatská vatra 8
- ★ Projekt: „Babka, dedko, nájdeme sa ...?“ 9
- ★ Poďme sa spolu hrať 12
- ★ Pohľad z výšky 13
- ★ Zasaď si svoj strom 14
- ★ DOD 2014 16
- ★ Október mesiac úcty k starším 18
- ★ Halloween na Cemjate 20
- ★ V dome Diana strašilooo 21
- ★ Novembrové aktivity 22
- ★ Katarínska zábava 23
- ★ Mikuláš to mal ťažké 24
- ★ Vianočný bowling 26
- ★ Tradícia s vôňou kapustnice 27
- ★ Vianočný vinš 28

Vianočné slovo riaditeľa zariadenia

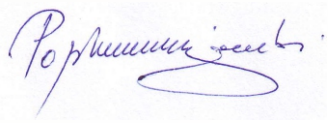
PhDr. Slavka Poptrajanovského

Už len pár dni ostáva do Vianoc. Prichádza čas pokoja, rodinnej pohody, šťastia a radosti. Je potrebné, aby sme sa všetci na chvíľu zastavili a každodenný zhon vymenili za oddych a venovanie sa svojim najbližším a milovaným. Zastaviť sa a vnímať pokoj vianočných dní, plný vône koláčov, kapustnice, smažených rýb a ostatných dobrôt, ktoré zaplnia stôl Štedrého dňa.

Vianočné sviatky sú obdobím blížiaceho sa konca roka a očakávania toho nového. Dovoľte mi, aby som aj ja pokračoval tradíciou a pekným zvykom, ktorý sa dedí z pokolenia na pokolenie, zaželať pri príležitosti Nového roka 2015 všetkým obyvateľom a pracovníkom Harmónie dobrú pohodu, spokojnosť, radosť, veľa pracovných a osobných úspechov.

Nech vás ten nový rok 2015 sprevádza len v pozitívnom duchu, ktorý vám prinesie viac pevného zdravia, viac síl a šťastia v každodennom živote, zlepšenie medziľudských vzťahov, harmónie a pochopenia.

Stretávajme sa, rozprávajme sa, tolerujme si navzájom chyby i nedostatky, pochváľme klady, lebo nikdy nevieme, čo nám osud nadelí...



Vitajte, priatelia!



Pivovarník Ladislav	09.07.2014
Lazorčáková Anna	11.07.2014
Wróbeľová Terézia	14.07.2014
Lacková Irena	28.07.2014
Tančínová Margita	12.08.2014
Janičová Margita	14.08.2014
Janič Jozef	14.08.2014
Kiňová Elena	20.08.2014
Jurušová Magdaléna	27.08.2014
Dudášová Anna	02.09.2014
Kučeravá Anna	03.09.2014
Ochmírová Justína	05.09.2014
Havlík Pavel	22.09.2014
Hozza Emil	23.09.2014
Ďurica Andrej	16.10.2014
Futoová Anna	23.10.2014
Cmátová Verona	31.10.2014
Lukáč Anton	31.10.2014
Majeríková Helena	06.11.2014
Pavlovič Anton	07.11.2014
Zápotoková Mária	07.11.2014
Petrišin Štefan	11.11.2014
Reháková Marta	14.11.2014
Roháč Róbert	28.11.2014
Mikula Rudolf	03.12.2014

Navždy nás opustili

Osud je občas veľmi krutý,
nevráti, čo raz vzal.
Zostanú iba spomienky
a v srdci veľký žiaľ...



Jokeľ Ján	04.07.2014
Gállová Anna	19.07.2014
Slaninová Marta	01.08.2014
Ščípová Magdaléna	02.08.2014
Verčimáková Mária	08.08.2014
Menyko Oskar	16.08.2014
Hrušková Katarína	16.08.2014
Tarasovič Ján	19.08.2014
Olejárová Anna	29.08.2014
Seman Andrej	06.09.2014
Micajová Margita	06.09.2014
Ing. Zachar Jozef	13.09.2014
Orlovská Helena	18.09.2014
Nedeljáková Jozefína	16.10.2014
Ratica Jozef	25.10.2014
Futoová Anna	01.12.2014
Lukáč Anton	01.12.2014
Kučeravá Anna	03.11.2014
Pavlovič Anton	09.11.2014
Geci František	17.11.2014
Zápotoková Mária	01.12.2014
Klešč Ján	01.12.2014



Zomrel najstarší Prešovčan

Jozef Gajdoš

Smrť je len ďalšia cesta,
ktorou musíme ísť.

J.R.R.Tolkien

Vo veku 100 rokov dňa 26. júla 2014 zomrel najstarší Prešovčan, obyvateľ Zariadenia pre seniorov Harmónia, pán Jozef Gajdoš.

Pán gajdoš prežil v našom zariadení viac ako 16 rokov.

Posledná rozlúčka so zosnulým sa konala na cintoríne v obci Podhorany 29. júla 2014 o 14:00 h.

Česť Vašej pamiatke!

DNI ČESKEJ KUCHYNE

V dňoch 26. – 28. augusta 2014 sa konali v našom zariadení české gurmánske dni. Na pracovnú návštevu prišli z Domova dôchodcov Ústí nad Orlicí tri „čarodejnice“ s vareškou - Renátka, Danka a Adélka. Tie predviedli svoje neobyčajné gastronomické kúzla, nad ktorými sme my, konzumenti museli ústa otvárať (a zatvárať) celé tri dni.

Na špecialitách českej kuchyne si pochutnali okrem našich obyvateľov a ich rodinných príslušníkov aj zamestnanci zariadenia, návštevníci záhradkárskej oblasti Cemjata, 12 členovia združenia AkSen z Prešova. Českú kuchyňu ocenili aj vzácni hostia: Mgr. Beáta Horvátová – vedúca Oddelenia sociálnych služieb MsÚ v Prešove, PhDr. Jana Zakarovská – vedúca referátu starostlivosti o seniorov a opatrovateľskej služby MsÚ v Prešove a PhDr. Jozef Dobrovič, riaditeľ ZpS Náruč s kolegyňami.

Menu

26. augusta 2014 (utorok)
- ★ knedličková s nudlemi
- ★ (pro znalce) uzený jazyk, křenová omáčka, houskový knedlík
- ★ (pro klasiky) svíčková na smetaně, houskový knedlík
- ★ český piškót s pařízkym krémem

27. augusta 2014 (streda)
- ★ kyselo
- ★ moravské koláče

28. augusta 2014 (štvrtok)
- ★ vývar z uzeného masa s kroupami
- ★ moravský vrabec, červené zelí, bramborový knedlík
- ★ ústecké věnečky







CEMJATSKÁ VATRA

Neďaleko mesta Prešov, v severovýchodnej časti Slanských hôr na sútoku potokov Delňa, Jozefka a Rakupotok, leží obec Zlatá Baňa.
Počas 2. svetovej vojny sa obec Zlatá Baňa stala terčom pomsty fašistických vojakov za to, že účinne pomáhala partizánom z brigády Čapajev. Dňa 8. septembra 1944 bola obec vypálená.

Práve v tejto dedine sa narodil a na túto strašnú udalosť sa pamätá náš obyvateľ Zariadenia pre seniorov Harmónia, pán Štefan Lelák, ktorý spolu s pánom riaditeľom sekcie služieb občanom MsÚ v Prešove PhDr. Matúšom Háberom a pánom riaditeľom zariadenia PhDr. Slavkom Poptrajanovským slávnostne zahájili pietny akt spomienky na SNP zapálením CEMJATSKEJ VATRY, ktorý v našom zariadení organizujeme už po šiesty krát.

Po krátkom pripomenutí dôležitých udalosti historickej etapy v živote slovenského národa, SNP, nasledovali ukážky zadržania páchateľa z dielne Policajného zboru SR a oboznámenie sa s činnosťou, výzbrojou a výstrojom príslušníkov. Na tomto podujatí nás prišli navštíviť a svojim hudobným programom potešiť aj deti z Detského domova na Požiarnickej ulici. Na záver sa podávali chutné pečené klobásky.

Cemjatská vatra sa uskutočnila v rámci malého projektového zámeru pre nadstavbové, doplnkové a záujmové vzdelávanie mládežníckych vedúcich a pracovníkov s mládežou, ktorý je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ.

„Všetky vojny ktoré vznikali a vznikajú hlavne kvôli ľudskej hlúposti a chamtivosti po bohatstve sú odsúdeniahodné zlo.“





ČO SME SPOLU PREŽILI A ZAŽILI ...







Staroba je čas zaslúženého oddychu, čas strávený s výnimočnými ľuďmi, ale tiež čas, ktorý nechceme prežiť v samote a chceme sa sebarealizovať. Preto sme sa rozhodli využiť túto možnosť a ponúknuť klientom ZpS Harmónia, Cemjata – Prešov v rámci projektu „Babka, dedko, nájdeme sa...?“ nezabudnuteľné chvíle s deťmi z Detského domova na Požiarnickej ulici 3 v Prešove.

Snažili sme sa, aby deti, babky a dedkovia pocítili vzájomné pohladenie. Tento nápad vyšiel „z dielne“ už známej dvojice Inge a Renátky zo SOCIÁLNEHO PREŠOVA, o.z. a OZ TOLAMIR.

Zrealizovali sme viac ako desiatku akcií, kde si starkí mohli do sýtosti užiť deti a detičky si mohli od babiek a dedkov vypočuť milé slová.

Horúce, slnečné dni vytiahli babky, dedkov a deti na plaváreň. Zamierili sme na bazén „Šťuka“ pri ZŠ Mirka Nešpora v Prešove. Kúpania nie je nikdy dosť, a tak aj my sme mali šantenie v bazéne predplatené hneď dvakrát. Nepodcenili sme ani bezpečnosť a nakúpili sme deťom plávacie kolesá a rukávniky.

Onedlho deti opäť zavítali do ZpS Harmónia Cemjata – Prešov. Klienti sa rozhodli vypestovať si niektoré z byliniek určené na domáce použitie. A aby sa čo najviac o bylinkách z „babičkinej

záhradky“ dozvedeli aj ich už dávno známi malí priatelia z Detského domova v Prešove, tak ich pozvali na malú brigádu 11. augusta 2014.

Deti s nadšením kopali, či polievali a keď sa záhon byliniek rozrastie, tak ich budú spoločne spoznávať a spríjemnia im spoločné stretnutia pri dobrom čaji alebo osviežujúcom nápoji.

Na sklonku prázdnin sme pozvali deti spolu so starkými do zoologickej záhrady. Spoločne spoznávali zvieratá, ktoré nemôžeme bežne vidieť. Dozvedeli sa nielen o prostredí, v ktorom žijú, ale aj čím sa živia a čo potrebujú na prežitie. Deti boli nadšené pohľadom na hravé tulene a tučniaky, nebezpečného tigra, prítulnú opicu či malého koníka, ktorého by najradšej pohladkali a odniesli si domov.

Samozrejme, nevynechali ani Dinopark s hrôzu naháňajúcimi modelmi vyhynutých jašterov. Po prehliadke ZOO si starkí oddýchli v tieni stromov a deti sa vyšantili v areáli ZOO parku na detskom ihrisku.

Aj napriek tomu, že leto s prázdninami už skončilo, náš projekt „Babka, dedko, nájdeme sa...?“ pokračoval ďalej. Deti dostali pozvanie do ZpS Harmónia na Cemjatskú vatru, ktorá sa rozhorela 5. septembra 2014.

Po krátkom úvodnom slove šikovné tanečnice z detského domova vystúpili s krátkym programom. Deti ešte dlho hovorili o tom, čo prežili za jedno dopoludnie.

Pomaly prichádza jeseň, po horúcich letných dňoch sa k nám vkráda so svojim chladným počasím. Aj naše deťúrence z detského domova a seniori ZpS Harmónia sa snažili využiť každý slnečný lúč, takže sme si pre nich pripravili 29. septembra

















2014 športové predpoludnie. Deti doslova prekypovali energiou, športovalo sa, hádzalo, kopalo, smialo...

Nikomu neprekážalo, že neboli víťazmi, pretože vyhral každý, kto sa zapojil a načerpal energiu nielen z jesenného slnka, ale z ľudského šťastia, ktoré sa vkradlo do každého srdiečka.

V samom závere našej „cesty“ sme pripravili piatkové (24. októbra 2014), veľmi príjemné veselé spoločné popoludnie v Detskom domove, kde p estrofarebné balóny rozvešané po spoločenskej miestnosti boli predzvesťou dobrej zábavy.

Hneď v úvode v divadelnom predstavení Pip a Čvir zaviedli deti a seniorov do teplých krajín. Súčasťou predstavenia boli interaktívne hry, pri ktorých všetci spoločne hádali podľa indícií zvieratká na obrázku.

Veľké prekvapenie prišlo v podobe bublinária. Nikto nevedel, ani netušil, aké veľké mydlové bubliny sa dajú vytvoriť. Po mokrej a bláznivej zábave prišlo najväčšie a najsladšie prekvapenie - veľká farebná torta.

Nakoniec nám nezostávalo nič iné, len rozdeliť športové a rehabilitačné pomôcky pre deti a seniorov a odovzdať vedeniu detského domova a ZpS Harmónie Cemjata ďakovné listy za skvelú spoluprácu a podporu počas celého projektu.

Aj napriek tomu, že sa projekt skončil, naša spolupráca určite nie. Už teraz sa tešíme na ďalšie milé stretnutia, pretože nám bolo vždy príjemne v kruhu priateľov a úžasných ľudí. A tento pocit má neopakovateľnú príchuť, že babky, dedkovia a deti sa našli.

Renáta Kuková, koordinátorka projektu

Poďme sa spolu hrať

Dňa 17. septembra 2014 sa v areáli ZpS Harmónia, Prešov – Cemjata realizoval projekt s názvom *„Poďme sa spolu hrať."*

Cieľom projektu bolo utužovanie vzťahov medzi mládežou a seniormi hravou formou a to spoločenskými hrami, kreslením, vystrihovačkami. Dopoludnie našim obyvateľom spríjemnili študenti Pedagogickej a sociálnej akadémie v Prešove pásmom hovoreného slova a ľudových piesní.

Po peknom programe si spolu študentky s obyvateľmi kreatívne tvorili malé diela a niektorí si spolu zahrali spoločenské hry. Na záver nechýbalo chutné občerstvenie a veľké ĎAKUJEM stredoškolským profesorkám a študentom Pedagogickej a sociálnej akadémie v Prešove za dlhoročnú spoluprácu.



Malý projekt bol podporený z Európskeho sociálneho fondu ako súčasť národného projektu KomPrax – Kompetencie pre prax, ktorý organizuje IUVENTA – Slovenský inštitút mládeže.







POHĽAD Z VÝŠKY

Dňa 19. septembra 2014 dopoludnia obyvatelia z domu „Thália“ si pozreli mesto Prešov z Kalvárie. Oboznámili sa s históriou tohto pamätného miesta priamo v kostole sv. Kríža, ktorý bol otvorený iba pre nich.

Po prehliadke kostola si prezreli cintorín, krížovú cestu, kaplnky. Čas sa vydaril, bolo jasno, viditeľnosť im umožnila vidieť Prešov ako na dlani. Tieto príjemné chvíle poznania im boli spríjemnené výkladom o našom meste Prešov. S radosťou a úsmevom na tvári sa vrátili s novými poznatkami ku svojim „kolegom“, kde sa o tejto vydarenej akcii dlho rozprávali.

Nás, ktorí sme akciu pripravili a organizovali veľmi teší, že „výlet“ na Kalváriu má priaznivú odozvu. Plánujeme takéto akcie pre radosť našich „starkých“ robiť aj do budúcnosti.



Zasaď si svoj strom



Stromy sú svätostánky.
Kto vie s nimi rozprávať,
kto im vie načúvať,
dozvie sa pravdu.

Dňa 29. septembra 2014 približne 60 ľudí s ochotou a chuťou zapojiť sa do dobrovoľnej činnosti sa zišlo v Zariadení pre seniorov Harmónia, Prešov - Cemjata.

Realizovala sa tu celodenná brigáda s cieľom revitalizácie areálu pod názvom „Zasaď si svoj strom“. Zamestnancom a obyvateľom zariadenia pomáhali dobrovoľníci z Prešovského dobrovoľníckeho centra, študenti a pedagógovia Strednej odbornej školy Lesníckej v Prešove, členovia SOCIÁLENHO PREŠOVA, o.z., obyvatelia Gréckokatolíckej charity v Prešove a OZ TOLAMIR.

V popoludňajších hodinách sa k nám pripojili aj nepočujúci študenti Spojenej školy Pavla Sabadoša z Prešova. Vysadených bolo približne 100 stromčekov, išlo hlavne o ihličnany, listnaté stromčeky ale aj okrasné dreviny. Väčšina stromčekov však neostala len tak, napospas prírode. Naopak, majú svojho „strážcu“. Na tabuľke pri stromčeku je uvedený druh stromčeka, meno a priezvisko človeka, ktorý ho vysadil a dátum výsadby.

Svoj strom si v areáli zariadenia zasadili:

Primátor mesta pán JUDr. Pavel Hagyari, viceprimátor pán JUDr. René Pucher, zamestnanci ZpS Náruč, členovia SOCIÁLNEHO PREŠOVA, o.z., obyvatelia GKCH, OZ TOLAMIR a iné organizácie.

Nachádza sa tu aj stromček s označením RTVS, ktorý vysadil redaktor rozhlasu Mgr. Róbert Latta, dlhý život poprial svojmu stromčeku aj riaditeľ sekcie služieb občanom pán PhDr. Matúš Háber a samozrejme stromy sú taktiež označené aj menami našich obyvateľov a zamestnancov.











DOD 2014

Dňa 9. októbra 2014 sa konalo v Zariadení pre seniorov podujatie pod názvom Deň otvorených dverí.

Tak ako každoročne aj tento rok zamestnanci spolu s obyvateľmi zariadenia pripravili aj pri príležitosti Mesiaca úcty k starším slávnostné stretnutie seniorov s rodinnými príslušníkmi, zástupcami samosprávnych, štátnych i neštátnych inštitúcií.

Účastníkov prišli pozdraviť: viceprimátor mesta Prešov pán JUDr. René Pucher, pán riaditeľ Sekcie služieb občanov PhDr. Matúš Háber so svojimi kolegyňami, poslanci mestského zastupiteľstva, ako aj hostia z Českej republiky pán riaditeľ Domova Dôchodcov z Ústí nad Orlicí so svojim tímom. Veľmi nás teší veľká účasť zo strany príbuzných našich obyvateľov, priateľov, bývalých zamestnancov, ale aj obyvateľov Prešova, ktorí boli zvedaví na naše zariadenie.

Filozofiou takéhoto podujatia je snaha priblížiť verejnosti život v zariadení a odbúrať tak určité predsudky spoločnosti voči seniorom a zariadeniam tohto druhu ako takým.

Zároveň chceme prezentovať, že prijímateľ sociálnej služby nášho zariadenia nie je len pasívnym prijímateľom sociálnej služby, ale aktívne sa vie a chce zapojiť do rôznych činností, ktoré sú pre nás ostatných možno samozrejmé.










Na vlastné oči a chuťové poháriky sa o tom mohli účastníci nášho podujatia presvedčiť počas návštev v domoch Viktória, Dona Via, Thália a Diana a v dome Nad jazerom, kde ich čakali okrem kultúrneho programu aj všelijaké dobroty z „kuchyne“ našich obyvateľov a zamestnancov.

Sme presvedčení, že sa to nám všetkým podarilo úspešne dokázať. Napokon o tom svedčia uznanlivé slová, plné pochvaly a obdivu, čo nás všetkých bude motivovať do ďalšej práce.

Príjemné dopoludnie sme zakončili slávnostnou recepciou, počas ktorej si prítomní vymieňali skúsenosti z oblasti poskytovania sociálnej služby v inšpirujúcich neformálnych rozhovoroch.

OKTÓBER

mesiac úcty k starším

Minúty, hodiny, dni, roky.
Stále v rovnakom tempe,
neúprosne a neomylne prideľuje ich
zo svojej náruče čas všetkým nám.
Každým novým ránom,
vždy znova a znova ponúka nám šancu žiť.
Niekedy nám do cesty stavia prekážky,
trápenia, bolesti a rôzne problémy,
ale má v zásobe aj dni plné slnka, lásky a pohody.

Október - symbol jesene, je mesiacom, keď príroda naberá na svojej kráse plnosťou rozmanitých farieb. Je ako dôchodkový vek – jeseň života, životné obdobie, ktoré so sebou prináša dozrievanie múdrosti, skúsenosti, ale aj radosti a bolesti. Nie nadarmo práve október je mesiacom úcty k starším.

S radosťou a potešením my zamestnanci ZpS Harmónia v októbri pripravujeme o trochu viac podujatí ako cez iné mesiace.

Začali sme dňom otvorených dverí, slávnostným stretnutím seniorov s rodinnými príslušníkmi, zástupcami samosprávnych, štátnych i neštátnych inštitúcií, po tejto akcii naši obyvatelia navštívili svojich štvornohých kamarátov vo Finticiach, svoje tanečné umenie nám predstavili deti zo ZŠ v Radaticiach a zo ZŠ V Bajerove.

Počas októbra sme navštívili technické múzeum v Solivare, zaspievali sme si pri ohníku s gitarou trampské pesničky, obyvatelia si mohli v jedálni pozrieť starý slovenský film Dáždnik sv. Petra, vyrábali sme strašidelné masky z tekvíc, pochutili







sme si na pečených jabĺčkach v dome Viktória a na „naľešňikoch“ v dome Nad Jazerom, rómsky temperament nám predviedli v dome Thália žiaci ZŠ z Tuhrinej.

Títo rómski žiaci sa obyvateľom veľmi páčili, tak sme ich pozvali aj 29. októbra, v deň, ktorým sme symbolicky ukončili mesiac úcty k starším.

Vo veľkej jedálni sa zišlo viac ako 60 obyvateľov, ktorí pri chutných koláčikoch mohli obdivovať repertoár našej domácej speváckej skupiny Harmónia v prvej časti a v druhej spomínaných žiakov z Tuhrinej, ktorých pripravuje na vystúpenie sám riaditeľ školy pán Varga s programom, ktorý trefne nazvali *„Skončindža le pure manušenge lengero purikano čon“* (v preklade to znamená ukončenie mesiaca úcty k starším.)

Naši drahí obyvatelia, prajeme Vám,
aby sa Vám Vaša láska a obetavosť,
s ktorou ste prežili aktívnu časť života
vracali plným priehrštím v podobe
milého slova a vďačného úsmevu.

Prajeme Vám krásnu a slnečnú jeseň života.

HALLOWEEN na CEMJATE



Halloween je sviatok oslavovaný večer_31. októbra. Pôvod má v Írsku, ako pohanský sviatok. Pôvodný názov bol Halloween, skratka z anglického Halloweenen (doslovný preklad: predvečer všetkých svätých). Halloween je pôvodne pohanský (keltský) sviatok Samhain - pohanský nový rok (koniec pohanského roka). Možno sa stretnúť aj s názvom predvečer sviatku všetkých mŕtvych.

Tradičnými znakmi Halloweenu sú špeciálne vyrezané tekvice, vo vnútri ktorých je sviečka, ale aj čarodejnice, duchovia, netopiere, čierne mačky, metly, oheň, príšery, kostlivci a pod. Strašidelné masky sa mali zapáčiť zlým duchom, aby tak živých nechali na pokoji.

Aj naši seniori v dome Viktória a BonaVia sa pripravujú na tento sviatok ako sa patrí. Vlastnoručne vyrezané tekvice, ozdobené rôznymi prírodnými materiálmi, spoločne zapálime v predvečer pamiatky zosnulých.

Napriek tomu, že Halloween k nám prišiel zo západnej Európy, naši seniori ho prijal s úsmevom a je určite zaujímavým nabúraním ich každodenného stereotypu.





V dome DIANA strašilooo

Spolu s našimi obyvateľmi sme sa totiž vrátili do detských čias. Tak ako aj naši predkovia, ktorí zdobili na jeseň svoje príbytky vyrezávanými tekvicami, ktoré najčastejšie znázorňovali rôzne strašidelné tváre, zvnútra osvetlené sviečkou, sme si vyzdobili bývanie aj my.

Takéto „halloweenské strašidlá" sa v poslednej dobe vrátili aj k nám, keď ozdobné tekvičky skrášľujú naše príbytky, záhrady či balkóny. Aj my sme sa preto rozhodli spolu s našimi „šikovnými umelcami" v rámci terapeutických činností oživiť interiér domu Diana a tak spojiť príjemné s užitočným. Na túto činnosť sme využili tekvičky, ktoré zdobili náš exteriér Domu Diana. Potom spoločnými silami sme sa naučili ako vyrezávať usmiate, či zamračené tekvicové tváre.

Najprv sme vyrezali nožom do tekvice otvor, cez ktorý sme postupne lyžicou vydlabávali vnútro tekvičiek a zbavovali ju semienok. Apropó, niektorí obyvatelia poznajúc ich liečivú silu si z nich zobrali na konzumáciu. Potom sme si premysleli tvar tekvíc a priamo na nich sme zakreslili svoje výtvory.

Nožom sme vyrezávali nakreslené tváre, ktoré sa nám odmeňovali svojimi úsmevmi. Nakoniec sme spoločne všetko poupratovali, vybrali vhodné miesto na aranžovanie tekvičiek a do každej vložili horiacu sviečku. So svojou prácou sme boli nadmieru spokojní. Takto osvetlené tekvičky v prítmí, nielen vytvorili neopakovateľnú atmosféru, ale priniesli aj do Domu Diana teplo domova.





Novembrové aktivity

V mesiaci november sme pre našich prijímateľov v dome Nad jazerom a v dome Nona pripravili viacero zaujímavých aktivít, z ktorých si mohli vybrať podľa ich záujmov a záľub.

V rámci pracovnej terapie sme spolu lúskali orechy a po práci prišla zaslúžená odmena v podobe spoločne pripravených orechových rožkov, ktoré každému chutili.

Prípravou chutných dobrôt sme pokračovali aj v druhej polovici mesiaca a spolu s klientkami nášho zariadenia sme pripravili sladké „ruské“ pirôžky z pečiva, podľa receptu obyvateľky p. Ňachajovej. Všetci sme si pochutnali na tvarohových, jablkových a lekvárových. Pre klientov trpiacich Alzheimerovou demenciou sme si pripravili arteterapiu, ktorej cieľom neboli umelecké diela, ale prostredníctvom farebných výtvorov pochopiť svet obyvateľov trpiacich touto chorobou.

Pre prijímateľov z domu Nona sme si naplánovali výlet do soľnej jaskyne, ktorú sme navštívili 11. novembra 2014. Pracovnou terapiou sme pokračovali aj na konci mesiaca. Ergoterapeutka Vierka spolu s klientkami vyhotovili adventné vence, ktoré prvú adventnú nedeľu ozdobili dom Nad jazerom a dom Nona.



Zasvietením prvej sviece nám pripomenuli blížiace sa vianočné sviatky. V tomto mesiaci sme spolu s p. Moyzesovou oslávili jej krásne životné jubileum.







Katarínska zábava







„Kto pridze hrac?“, „Budze aj tombola?“, „Jaké budu zákusky?“, „Jaká budze perša cena v tombole“, „Budze aj bufet?“, „ Co budze na večeru?“, Pujdzeš zo mnu kúpic do mesta topánky na zábavu?“, „Treba mi už prefarbic vlasy, že by som dobre vypatrala na zábave?“, „Mám sebe zebrac oblek?“...

Na tieto a ešte na desiatky iných otázok musí personál zariadenia odpovedať približne 2 týždne pred dňom „D“, keď sa zverejní dátum a čas konania Katarínskej zábavy v našom zariadení.

Realizácia spoločenského podujatia Katarínska zábava patrí ku pravidelne sa opakujúcim akciám, ktoré naše zariadenie pripravuje pre obyvateľov a zamestnancov.

Tohto roku sa konal VI. ročník, konkrétne 26. nevembra 2014. Inovatívnym prvkom podujatia bolo podávanie občerstvenia formou švédskych stolov, čo si naši obyvatelia veľmi pochvaľovali. Samozrejme nechýbala dobrá muzika, bohatá tombola a výborná zábava.

MIKULÁŠ



to mal ťažké...

Pred oknom - za oknom stojí Mikuláš,
povedz nám deduško, čo v tom koši máš.
Pre dobrú Aničku medovú paničku
a pre zlého Jožka korbáč a paličku.

Aj takúto básničku z úst jednej našej obyvateľky si vypočul Mikuláš so svojimi pomocníkmi anjelom a čertom dňa 5. decembra 2014, keď rozdával mikulášske balíčky po všetkých domoch ZpS Harmónia.

A veru nemal to toho roku ľahké. Rozniesť 150 balíčkov, potešiť dobrým slovom a pohladením na to je zvyknutý, ale napríklad v dome Thália na neho čakala aj iná práca. Údržbár Jožko Hirko, ktorý v jednej izbe robil rekonštrukciu podlahy, Mikuláša aj jeho pomocníkov ihneď zapratal do roboty a museli mu „pomôcť" s betónovaním.

V dome Nad jazerom Mikuláš dal darček aj našim štvornohým priateľom - zajačikom Lile a Bonovi. Ďalšiu nezvyčajnú úlohu musel Mikuláš riešiť, keď prechádzal s anjelom a čertom cez cestu. Auto vodiča im síce dalo prednosť, ale šofér si hneď vypýtal za to darček - no náš Mikuláš je pripravený aj na takéto nepredvídané udalosti a aj šoférovi podaroval sladkú maškrtu.



Tieto „bytosti“ navštívili okrem všetkých obyvateľov zariadenia aj personál, zastavili sa v práčovni, v administratívnej budove, potešili údržbárov a nezabudli ani na naše kuchárky.

Ďakujeme tebe Mikuláš (Janko Frisík) aj tvojim pomocníkom anjelovi (Vierka Šoltísová) a čertovi (Janka Guľášová), že si navštívil naše zariadenie. Obdaroval si nás sladkosťami a sľubujeme, že budeme celý rok 2015 všetci dobrí, aby si k nám prišiel aj na budúci rok a okrem darčekov naše dni spríjemnil veselou, predvianočnou atmosférou.











Vianočný BOWLING

Bowling je šport, ktorého popularita stále rastie. Štatistiky ukazujú, že touto hrou sa aktívne zaoberá viac ako 100 miliónov ľudí vo viac ako 90 krajinách na celom svete. Je to hra nielen pre mladých, ale na chuť mu prichádzajú čoraz častejšie aj staršie ročníky.

Veľkú zásluhu o propagáciu tohto športu medzi seniormi v Prešove má na „svedomí" Sekcia služieb občanom MsÚ v Prešove, ktorá tohto roku pripravila už VIII. ročník Vianočného turnaja v bowlingu o Putovný pohár primátora mesta.

Športovej súťaže sa zúčastnilo 14 družstiev, medzi ktorými nemohli chýbať ani športovci z nášho ZpS Harmónia v tomto zložení:

- ★ Mária Vagaská
- ★ Miroslav Valluš
- ★ Stanislav Šimko
- ★ Ján Kazimír

Súťažiaci bojujúci o prvenstvo boli vzájomne rovnocennými súpermi. Ako uviedol riaditeľ sekcie služieb občanom PhDr. Matúš Háber: *„nie je dôležité vyhrať, ale zúčastniť sa aj napriek tomu, že všetci chceme byť prvými"*.





Tradícia s vôňou kapustnice

Tradícia vianočnej kapustnice siaha do čias, kedy sa v každej domácnosti dala nájsť kyslá kapusta, no a po hríby sa skočilo do hája. Každý kraj, dokonca aj každá rodina má na túto výnimočnú polievku trošku iný recept.

Ani prijímatelia nášho Zariadenia pre seniorov si už nevedia predstaviť záver roka bez tradičnej vianočnej kapustnice. Každoročne si na toto podujatie pripravujú vlastný program. Tradíciu sme teda neporušili ani tohto roku a 17. decembra 2014 sa v jedálni zariadenia zišli seniori, ktorí strávili príjemné popoludnie s vianočným programom a neodmysliteľnou kapustnicou v blízkom kruhu vedenia a zamestnancov zariadenia.

Zaželať príjemné vianočné sviatky nám prišla aj primátorka mesta Ing. Andrea Turčanová a riaditeľ Sekcie služieb občanom PhDr. Matúš Háber.

Z milého podujatia odchádzali všetci s dobrou náladou, úsmevom na perách a so slovami "Ďakujeme Vám!".









Až zvony ohlásia príchod
čarokrásnych Vianoc,
zabudnite na všetky starosti
a prežite ich v šťastí a radosti.
V roku 2015 veľa zdravia

praje Cemjatský prameň



Zariadenie pre seniorov HARMÓNIA
Cemjata 4
080 01 Prešov
tel.: 051/7711900, 7711909; 0917 728 732
e-mail: zariadenieharmonia@zpscemjata.sk
web: www.zpscemjata.sk

Tlač: ZpS Harmónia, Prešov-Cemjata

Prešov, december 2014

Vydané pre vlastnú potrebu

Rok vydania: 2014 - 32 strán - rozmer strán: 148 x 210 mm
RK©2014


PF
2015