

MÔJ DOMOV

Spoločenský mesačník

Ročník XVI.

TOPOĽČANY – PRAŠICE



DOŽIŇKOVÉ SLÁVNOSTI

10/2024

OKTÓBER – MESIAC ÚCTY K STARŠÍM



Vážení obyvatelia, mesiac Október znamená si uctiť a vzdať hold starším ľuďom. A to nielen v tomto mesiaci, ale aj počas celého kalendárneho roka.

V našom dôchodkovom veku je potrebné nadväzovať kamarátske vzťahy. Má to byť obdobie, keď by si mal každý nájsť čas pre seba, ale vypočuť si aj jeden druhého a hlavne si pomáhať.

Pripomíname si, vzdávame hold a úctu aj svojim mamkám, babkám, pretože nás vychovali v duchu kresťanstva a uviedli so základmi dobrej výchovy do života.

Dôležité je prejaviť náklonnosť aj starším príbuzným, pretože boli prospešní počas ich aktívneho života pre našu spoločnosť a štát. Boli veľkým prínosom v každom období pre nás všetkých a budú aj v budúcnosti, pretože sú aj naďalej veľkou a trvalou oporou. Dôchodkový vek nie je spojený len so sprievodnými znakmi starnutia, ako sú napríklad: šedivé vlasy, pribúdajúce vrásky, ale sú to aj chorobné stavy. Odchádzajú a starnú nám aj mozgové bunky. Životný štýl dnešných dôchodcov u nás sa od predchádzajúcej generácie podstatne odlišuje. Sú aktívnejší, ešte často pracujú, pretože sú v dobrej kondícii a majú svoje záľuby, týmto pádom sa snažia vyhnúť samote. Snažia sa po zdravotnej stránke byť sebestační, vládku sa obliecť a prejsť po vonku, čo je podstatné pre ich zdravie a psychiku.

Ale v našom Domove je o nich aj tak postarané po všetkých stránkach. Zásluhu na tom má každý jeden zamestnanec, za čo im patrí srdečná vďaka.

Vážení obyvatelia, dopisovatelia, čitatelia, želim vám pri čítaní nášho časopisu „Môj domov“ veľa pohody a dobrú a spokojnú myseľ.

PREDSTAVUJEME VÁM NOVÚ PANI RIADITEĽKU

Sme radi, že **Simonka Červená**, osoba nám veľmi blízka,



ktorú veľmi dobre poznáme a doteraz s nami spolupracovala ako Vedúca úseku služieb, sa ujala pozície pani riaditeľky a prevzala zodpovednosť za nás a naše zariadenie.

Pani riaditeľka Simonka je vymenovaná do funkcie riaditeľky „MÔJ DOMOV“, Zariadenie sociálnych služieb Topoľčany,

odo dňa **1. októbra 2024** na dobu určitú – do vymenovania nového riaditeľa na základe úspešného výberového konania, a to najdlhšie na 6 mesiacov.

Pani riaditeľka, úprimne Vám prajeme veľa energie, síl, trpezlivosti, optimizmu a dobrých nápadov.

Nech sa nám tu spoločne darí posúvať vpred kvalitu poskytovaných sociálnych služieb obyvateľom.

Tešíme sa na vzájomnú spoluprácu a spoločné stretnutia.



(Monika Šmotláková)

POĎAKOVANIE

Človek má každodenne milión príležitostí urobiť dobré veci. Má milión šancí rozhodnúť sa.

Veľká vďaka patrí práve pani riaditeľke VIERKE BÚTOROVEJ, ktorá počas 17-ročného pôsobenia na pozícii riaditeľky denne napĺňala krásne a vznešené poslanie pomáhať ľuďom. Je človek s veľkým srdcom a chuťou pomáhať. Keď videla, že človeku vie pomôcť, tak to rada urobila. Riadila sa heslom: ***Pomoc ľudí spája a vytvára lepšie prostredie, v ktorom žijeme.***

Počas svojho pôsobenia posúvala kvalitu poskytovaných sociálnych služieb každým rokom o stupeň vyššie.

Zaslúžila sa o otvorenie chránenej dielne Knižnica, Posilňovňa, Uvar si sám, stolárskej dielne Pinokio, DomAteliéRu, reminiscenčnej a relaxačnej miestnosti, či terapeutickkej kaviarne.

Podporovala vydávanie interného časopisu, vysielanie v internom rozhlasovom vysielaní, činnosť speváckeho súboru Domovníček, dobrovoľnícku činnosť, organizáciu výletov a akcií.

Pod jej vedením sa rekonštruovala stravovacia prevádzka, elektroinštalácia, strecha, terasa, výťahy.

Realizovala sa výmena okien, nábytku na bytových jednotkách, protipožiarnych dverí, hygienická maľovka.

Modernizovali sa priestory pracovne, vrátnice, interiéru. V exteriéri vyrástli záhradné domčeky, či altánok, opekanisko.

Zakúpili sme signalizačný systém pacient – sestra, informačný systém Cygnus, monitorovacie podložky, stropný zdvíhací systém, polohovacie kreslá, osobný 9 – miestny automobil a iné.

V marci 2019 sme začali poskytovať ošetrovateľskú

starostlivosť na základe zmluvy so Všeobecnou zdravotnou poisťovňou.

V Prašiciach sa rekonštruovalo ústredné kúrenie, osvetlenie, podlaha v jedálni, obklad vo výdajni stravy, nábytok na inšpekčnej izbe.

Pani riaditeľka sa zaslúžila o otvorenie sociálnej služby – ambulantná forma, poskytovanie sociálnej služby Podpora samostatného bývania.

Viedla tím zamestnancov, ktorí dokazujú veľké veci. Na oddeleniach nechýba muzikoterapeutka, psychológ, výživová asistentka, fyzioterapeuti a právnička.

Podporovala tímoveho ducha organizovaním športových hier, teambuildingov, či vianočných večierkov.

Mala na srdci odborný rast zamestnancov. Prax v našom zariadení vykonávajú študenti odboru praktická sestra, masér, sociálny pracovník, účastníci kurzu opatrovateľ.

Jedným slovom záujem, inovácia, nové metódy práce, zvyšovanie kvality, organizácia, systém sú slovné spojenia, kde všade sa vyníma veľkosť našej pani riaditeľky.



Pani riaditeľka,

ĎAKUJEME za vedenie našej domováckej rodiny. Tvoje nasadenie a pozitívny prístup nás inšpirovali a budú inšpirovať ďalej. Zostaneš súčasťou veľkého diela, nášho tímu.

Prajeme Ti veľa šťastia a úspechov vo všetkom, čo Ťa čaká.

Simona Červená, riaditeľka

OL'GA A ALBÍN BAJZÍKOVÍ

Väčšina obyvateľov zariadenia v Prašiciach sa v obci aj narodili. V tejto krásnej dedinke, neďaleko Duchonky, vyrastali aj **manželia Bajzíkovi**.

Pani **Oľga Bajzíková** sa narodila, vyrastala a žila v Prašiciach. Jej otec bol tesár. Kvôli svojej náročnej práci nebol často doma a domácnosť a práce na statku zostávali na pleciach jej mamy. Už ako malé dievča pomáhala mame v domácnosti a keď trochu povyrástla, chodievala do dediny pásť kravy. Ako prvorodená musela dávať pozor aj na svoju mladšiu sestru – Tonku. Základnú školu navštevovala v Prašiciach.

Kravy chodieval pásť, ešte ako malý chlapec, aj jej manžel, pán **Albín Bajzík**. Napriek tomu sa nikdy nestretli, pretože bývali každý na inom konci dediny. S úsmevom spomína, ako mu neraz „pobehli“, ale on ich nenechal utiecť ani raz a vždy si s nimi poradil. Jeho rodičia si postavili dom, keď mal osem rokov. Odvtedy chodili okolo statku. Mali maštal', v ktorej chovali kravy aj voly. Mama dojila kravu a on vymieňal podstielku. Spolu s otcom robili okolo dvora všetku prácu. Chtiac-nechtiac musel pomáhať aj na poli, kde pestovali najmä jačmeň, žito, raž, kukuricu, či zemiaky. Všetko sa v tých časoch robilo ručne.

Spomína si, ako namlátil za vagón zbožia. Na otázku, či si rád pri práci niečo zaspieval, odpovedá: „*Bola to ťažká doba, nedalo sa spievať...*“ V usilovnosti predbehol aj svojho staršieho brata Ernesta. Keďže bol zručný a na dvore ho otec do všeličoho zasvätil, rozhodol sa preto vyštudovať učňovku



v Topoľčanoch. Po škole pracoval ako obchodník u strýka Jožka v obchode so železom.

Vo svojom voľnom čase sa ako mladík po dedine vozil na Pionieri, a tak sa spoznali aj so svojou terajšou pani manželkou. Pani Bajžíková sa nebála nastúpiť, a tak sa do seba zahľadeli. Ako mladomanželia sem-tam chodili spolu na prašické zábavy. Neskôr si svojpomocne postavili dom a garáž. To, čo im rodičia vstúpili už od malička, zužitkovali pri práci okolo spoločného domu. Mali svoju záhradu, kde pestovali slivky, jablká, hrušky a tiež chovali domáce zvieratá, aj kravy. Spolu vychovali tri deti. Ich rodina sa rozrástla a dnes sa tešia 7 vnúčatám a 12 pravnúčatám. Neprežili však iba radostné chvíle. Najbolestnejšie v ich živote bolo, keď ich navždy opustila dcéra.

Do nášho zariadenia prišla najskôr pani Bajžíková a o štyri roky neskôr aj jej manžel. V súčasnosti trávajú spoločný čas v zariadení, kde sú ubytovaní spolu na izbe. Navzájom sa poznajú aj s ostatnými obyvateľmi. V marci tohto roku oslávila pani Bajžíková okrúhle 90-te narodeniny. Pri príležitosti tejto radostnej udalosti sa konala oslava za účasti pani riaditeľky a rodinných príslušníkov. Je stále v dobrej nálade, veľmi srdečná a starostlivá. Rada sa zapája do skupinových aktivít v jedálni zariadenia. Má rada spoločnosť, a preto si veľmi rada s ostatnými obyvateľmi zahrá spoločenské hry. Najradšej má „Človeče, nehnevaj sa“ alebo vyfarbuje relaxačné obrázky s motívmi kvetov, či zvierat. Obľubuje spoločné vychádzky na čerstvom vzduchu.

Pán Bajžík má najradšej prechádzky počas slnečných dní spolu s pani manželkou. Veľmi sa teší na športové podujatia v televízii. Prezradil, že má rád hudbu a najradšej je, keď mu spieva jeho pani manželka, pretože má podľa jeho slov, krásny hlas.

Tento milý manželský pár je dôkazom silnej lásky a porozumenia.

OSLÁVENCI

Na slávnostné posedenie s oslávencami sme nezabudli ani v septembri. Hoci zamračené a sychravé počasie za oknami napovedalo, že jeseň sa už hlási o slovo, nálada bola výborná. **Štefanovi Grznárovi**, ktorý oslávil **74 rokov**, sme zaželali veľa zdravia, lásky, radosti a spokojnosti. Jeho



priateľka, pani **Eva Križanová**, spolu s jej deťmi, sa postarali o krásnu a výbornú sladkú tortu, zákusky i slané dobroty. Zaspomínali si spolu na dávnejšie časy. V jeho očiach bola radosť, šťastie, ale vykotúľali sa i slzy dojatia.

Oslavu v spoločenskej miestnosti sme klasicky odštartovali nealko prípitkom a tradičným zaspievaním „**Živijó**“. Poblahoželali sme obyvateľom **Božene Ficovej**, **Milanovi Klačanskému**, **Vladimírovi Vachovi**, ktorí v septembri oslávili svoje narodeniny, ako aj **Márii Gogovej**, ktorá v rovnaký deň oslavuje svoje narodeniny i meniny.

Nositeliek tohto populárneho mena máme v našom zariadení hneď niekoľko a naše srdečné gratulácie prijali tiež **Mária Bóriková** a nová obyvateľka **Mária Šálková**.

Na fotografii (zľava): *Lýdia Dunková, Marianna Markovičová, Eva Križanová, Miroslava Grmanová, Gabriela Pacoňová, Štefan Grznár, Zuzana Šimunyová, Monika Michalíková, Pavol Jonáš*

Pri veselej ľudovej hudbe ožili spomienky prítomných



oslávencov aj ich hostí na mladé roky, ktorých neodmysliteľnou súčasťou bola pravidelná účasť na tradičných tanečných zábavách. Výborná spoločnosť a veselé spomienky

nám nielen spríjemnili piatkové dopoludnie, ale dodali životnú silu, energiu a pozitívny pohľad do ďalších jesenných dní.

Prašická obyvateľka **Viktória Ujová** (viď foto) oslávila okrúhle narodeniny – **80 rokov**. Spolu s príbuznými a obyvateľmi v Prašiciach sme usporiadali oslavu tohto jej krásneho jubilea. Nechýbala chutná torta, pagáče a iné občerstvenie, ktoré zabezpečila sestra oslávenkyne, pani **Eva Šrámeková** a dcéra, pani **Silvia Chudá**. Po prípitku a gratuláciách sme si aj zaspievali obľúbené ľudové pesničky. Tešíme sa na ďalšie krásne oslavy v kruhu najbližších.



Všetkým septembrovým oslávencom prajeme všetko len to najlepšie! Nech vám zostanú radosť, pokoj, šťastie a spomienky na tento deň na večnosť.

Na fotografii hore (zľava): Božena Ficová, Mária Gogová, Margita Hebenárová

(Z. Šimunyová, P. Jamrichová, Z. Richter)

DOŽINKY

Cez zelené žitko voda tečie. Ktože ti, žitečko? Ktože ti, vodenka vďaka rečie? No my!

Stretli sme sa v jedálni nášho zariadenia, kde na nás čakala výzdoba z úrody a spevácko-dramatický súbor **Domovníček**. Pásmom „September – z poľa ber“ nás previedli pranostikami a dožinkovými zvykmi.

Nechýbalo odovzdanie venca „hospodárke“. To bol symbol našej vďaky za starostlivosť. No a tá nás, ako sa patrí, aj vďaka pohostila. Nazberané kalórie z pohostenia



sme hrdinsky spálili pri tanci, ale len tak mierne, ako sa na nás patrí! Dožinky sú o vďačnosti, a o vďačnosti je celý náš život... Kiež úrodu v zdraví užijeme a ďalšie dožinky dožijeme!

(A. Angelovičová)

SPOZNAJ SVOJE OKOLIE

Areál nášho zariadenia je veľký, priestranný, plný zelene a stromov, čo je veľmi príjemné. Obyvatelia majú radi prírodu, pohyb a sú zdravo zvedaví. Zaujíma ich pôvod aj názvy stromov, ktoré u nás rastú. Prechádzka v záhrade plnej stromov bola ako cesta do rozprávkového sveta. Každý krok nás viedol do inej časti tohto zeleného kráľovstva, kde stromy



rozprávali svoje príbehy. Počas prechádzky sme sa zastavili pri každom strome a prečítali si o jeho histórii. Dozvedeli sa mnoho zaujímavostí, napríklad, že lipa malolistá je strom Slovanov a najstaršia lipa, ktorú v roku 1301 zasadil Matúš Čák Trenčiansky, sa nachádza v Bojniciach. Borovica je známa svojou dlhovekosťou a najstaršia borovica rastie v Kalifornii s vekom 4800 rokov. Na konci našej prechádzky sme si uvedomili, že náš areál nie je len miestom na oddych, ale aj zdrojom múdrosti.

Na fotografii (zľava): Matilda Kunštárová, Rozália Hubáčková, Jarmila Oškerová, Daniela Veľká, Františka Ondrušová, Jana Merašická, Marta Habalová, Július Bečár

(I. Barišová)

TRÉNING POHYBU A KONCENTRÁCIE

Medzi obľúbenú aktivitu zameranú na precvičenie nielen pohybového aparátu, ale aj pamäte, patrí v Prašiciach precvičovanie farebnými loptičkami.

Počas cvičenia je potrebné sústrediť sa na dané slovné pokyny, ako je napríklad: zodvihneme nad hlavu pravú ruku, zodvihneme žltú loptičku, ľavú nohu atď.



A vôbec to nie je až tak jednoduché, ako by ste si mohli pomyslieť... Niekedy sa zmýlime, ktorá je pravá a ľavá strana, ale nevadí a poradíme si navzájom.

Taktiež si pri daných pohyboch precvičíme, okrem koncentrácie, aj jemnú a hrubú motoriku rúk a nôh. Aj keď si po cvičení cítime každý sval, obyvatelia sa vždy tešia na ďalšie takéto spoločné stretnutie.

Na fotografii (zľava): Viktória Ujová, Erika Vaňová, Paulína Laciková, Pavol Zvala
(Z. Richter)

KOGNITÍVNA REHABILITÁCIA

K aktivizácii našich obyvateľov neodmysliteľne patria aj kognitívne cvičenia. Tentoraz sme si s obyvateľkami nielen precvičili jemnú motoriku a zmyslové vnímanie, ale sa aj vzájomne spoznávali prostredníctvom zvieracej ríše. Spoznávali sme vlastnosti zvierat zo sveta morského, exotického či domáceho, spôsob ich prežitia, správania.



Možnosť dotknúť sa ho a snád' aj zaspomínať, ak bolo zviera súčasťou ich detstva či mladosti. Zároveň vnímať, ako je dané zviera a jeho vlastnosti, ktoré si vybrali, tak veľmi prepojené s tými našimi.

Záverečnou úlohou bolo zapamätané zviera vyskladať v písmenkách. Spoločne sme rozvíjali schopnosť komunikovať, prepájať emocionálnu, intelektuálnu, ale aj sociálnu stránku nášho „JA“.

Na fotografii (zľava): Františka Ondrušová, Matilda Kunštárová, Jarmila Oškerová, Eva Kohútová, Antónia Filová

(I. Barišová)

MAĽOVANÁ JESEŇ

*Jeseň pani bohatá,
farbí stromy do zlata,
premaľúva celý sad.
Zletel vietor šiky-miky,
hojdá všetky konáriky,
vraj by stromy zbliect' rád.*

Mária Rázusová-Martáková

Jeseň nám ponúka pestrú paletu farieb lahodiacich očíam. Obyvatelia v Prašiciach sa snažili túto farebnosť zachytiť temperovými farbami. Motívy si niektorí predkreslili



ceruzkou a precíznymi ťahmi štetca oživilí biele výkresy svojím vnímaním jesene. Počas maľovania sme hovorili o typických znakoch jesene, čo sa robí na jeseň a aká úroda sa zberá. Bolo to pohodové relaxačné dopoludnie.

Na fotografii (zľava): Pavol Zvala, Otília Kasanová, Mária Bruchatá, Oľga Bajzíková, Viktória Ujová, Paulína Laciková, Ladislav Stanko

(Z. Richter)

PEČENIE

Začiatok týždňa sme začali v zariadení v Prašiciach s obyvateľmi s plným nasadením – piekli sme až do večera pohostenie na nasledujúci deň. Pečenie prebiehalo pod taktovkou **Eriky Vaňovej** s použitím jej overených receptov na niečo slané i sladké. S prípravou slaných rožkov plnených syrom, šunkou a koreninami, ktoré dodajú tú správnu chuť,



pomáhali **Paulína Laciková**, **Viktória Ujová** a **Anna Štefkovičová**. Doobeda k nám zavítala aj **Gizela Vajdová**.

Po výdatnom obede sme načerpali energiu a pokračovali v procese pečenia, kde sa pridali aj **Ol'ga Bajzíkova** a **Otilia Kasanová**. Vo večerných hodinách už rozvoniavali priestormi zariadenia moravské koláče plnené tvarohom, hrozienkami a lekvárom.

Na fotografii (zľava): Viktória Ujová, Erika Vaňová, Paulína Laciková

(Z. Richter)

VALIDÁCIA

Ktosi raz povedal: „Je lepšie mať na čo spomínať, ako niečo ľutovať.“ A my neľutujeme ani na malý okamih, že v priestoroch nášho zariadenia vznikla **reminiscenčná miestnosť**, plná spomienok, pretože práve v spomienkach hľadajú naši obyvatelia zdroj ich osobnej sily a často sa k nim vracajú aj v rôznych štádiách demencie.

Naše prvé stretnutia v rámci reminiscenčnej terapie, spojenej s validačnou terapiou, ktorá je u obyvateľov s demenciou zameraná na podporu sebaúcty, zníženie stresu,

a kde je každý rešpektovaný taký aký je, boli spojené práve s deťmi a detstvom.

Každý z nás z času na čas pocíti



potrebu vrátiť sa do detstva. Keď sa pozeráme na svet očami dieťaťa, ktorými sme kedysi boli, je to, akoby sme sa prebudili z dlhého spánku. Spolu s obyvateľkami sme sa preniesli do čias, keď samé boli v očakávaní, stali sa matkami. Prostredníctvom fotografií a rozhovorov sme sa vrátili do obdobia emócií, ktoré prežívali pri starostlivosti o dieťa, domácnosť, do obdobia uspávaniek, na ktoré si mnohé pamätali a ktoré sme si vypočuli, ale aj spoločne zaspievali.

Pamätáte si, kto vybral meno vám? V koho prítomnosti ste sa cítili bezpečne? Skúste si zaspomínať spolu s nami...

Na fotografii (zľava): Mária Slabá, Petronela Kittlerová, Alžbeta Angelovičová, Antónia Filová, Františka Ondrušová, Katarína Rosová, Matilda Kunštárová

SPOMIENKY NA ŠKOLU

**Zhora a či oddola
prišiel rozkaz do dvora,
či sa páči, či sa nie,
že sa začne učenie.
Zavčas rána, za zory,
všetky deti do školy!**

Ľudmila Podjavorinská

Pamätáte sa na ten deň, keď ste po prvýkrát prekročili



brány školy? Aké emócie sa vám so školou spájajú? A čo prvý učiteľ, učiteľka? Pamätáte sa ešte na prvú zlú známku, či trest v škole? Aký bol váš

najobľúbenejší predmet, či aktivita? A mnoho iných otázok zaznelo na reminiscenčnom stretnutí s našimi obyvateľmi.

Každý z nich bol studnicou spomienok. Mnohí z nich vedia aj dnes zarecitovať báseň či zaspievať pieseň aj v ruskom jazyku. Spomínali na časy uhoľných prázdnin, pionierskych sľubov alebo manifestácií. Na rôzne rituály, ktoré sprevádzali začiatok vyučovania, či už to bola ranná rozcvička, povinná modlitba a mnoho iného.

Náš čas bol síce obmedzený, ale vaše spomienky nie. Určite sa k nim vrátíme opäť nabudúce a verím, že opäť nebude nuda o tému.

Na fotografii (zľava): Katarína Rosová, Eva Geschnábelová, Alžbeta Angelovičová, Františka Ondrušová, Mária Poturnayová

DomAteliér

V našom DomAteliéri sme sa v septembri sústredili na výrobu jesennej výzdoby

Pracovali sme s rôznym materiálom. Vyrobili sme **ikebanu** na chodbu, **tekvičky**, kedy sme pracovali s látkami, dutým vláknom, ale aj s farbami a nožnicami. Rovnako sme našu pozornosť venovali výrobe prezentov – **čajníkov**, kde je



v každom z nich jedna dávka sušených bylínok, natrhaných v našej záhrade.

No a v neposlednom rade sme objavili čaro rýchloschnúcej hmoty, z ktorej sme vyrábali srdiečka, ako ďalšiu variáciu prezentov. **Marta Čuháková** a **Božena Ficová** s veľkou trpezlivosťou niekoľko sedení vyrábali **veľký kvet** z tejto hmoty, ktorý bude prezentovať naše zariadenie na *krajskej súťaži v Leviciach*.

(K. Kunová)

PINOKIO

V drevárskej dielni PINOKIO sme tvorili aj v prvý jesenný mesiac, ktorým september jednoznačne je.

Drevo je úžasný a tvárny materiál, z ktorého ľudia vyrábali rôzne veci už po celé stáročia.

Nielen hudobné nástroje, ale aj praktické veci každodennej potreby a, samozrejme, aj dekorácie.



Proces výroby drevených dekorácií prirodzene začína samotnou myšlienkou, teda nápadom, ktorý je nutné zhmotniť návrhom a prípravou. Na začiatku je potrebné mať kreatívnu predstavu o konečnom výrobku, či už ide o kľúčenky, rôzne dekorácie do interiéru nášho zariadenia, alebo čokoľvek iné, čo sme sa rozhodli vyrobiť.

Obyvateľ **Jozef Arzt** (vid' foto) tentokrát vyrobil originálny drevený **stojan na šálky**.

(D. Kapráliková)

ZBER MÄTY A MEDOVKY

Medovka lekárska a *mäta pieporná* sú liečivé bylinky, ktoré sa dajú vypestovať aj bežne v záhradách. A vypestovali sme si ich aj my v našich vyvýšených záhonoch.

Tieto bylinky si naše obyvateľky **Marta Habalová**, **Rozália Hubačeková** a **Jarmila Oškerová** (viď foto)



nazbierali počas prechádzky v areáli. Obe bylinky sú výbornými pomocníkmi pri prechladnutí, kašli, zápale priedušiek a horúčke. Trhali sme ich počas slnečného počasia, budú usušené v tieni a v zime si z nich uvaríme voňavý čaj. Tento liečivý nápoj je zároveň veľmi chutný.

Medovka s mäťou sa navzájom dopĺňajú a vytvárajú lahodnú súhru chutí.

(I. Barišová)

VÝLET DO OPONÍC

Po troch rokoch sme sa opäť zúčastnili výletu do **Kaštieľa Chateau Appony** v Oponiciach, ktorý bol spojený s prehliadkou historickej knižnice. Vypočuli sme si zaujímavý výklad o šľachtickom rode Apponyovcov a o zrode a následných prestavbách kaštieľa a knižnice až do dnešnej podoby. Knižnica bola krásna, plná vzácných aj ručne písaných kníh. Mnohé z nich putovali z miesta na miesto, a tak nečudo, že došlo k ich poškodeniu a museli byť



zreštaurované. Okrem historických kníh, všade boli obrazy členov Aponnyovského rodu, rukopisy a ručne maľované mapy. Milovníci histórie si tu prišli na svoje.

Na záver sme sa zapísali do knihy návštev s poďakovaním za pútavý a profesionálny sprievod históriou obce Oponice a jej historických pamiatok.

Nechýbalo posedenie v reštaurácii Elefant v Dolných Lefantovciach, kde sme si pochutili na gazdovských špecialitách a v dobrej nálade sa vrátili naspäť.

Na fotografii (zľava): Milan Valašík, Daniela Veľká, Miroslav Arpáš, Vladimír Špánik, Vladimír Vacho, Angela Paláková

(M. Gašparíková)

ŠPORTOVÝ DEŇ SENIOROV

3. septembra sme teplé letné dopoludnie trávili na topolčianskom mestskom kúpalisku, kde sme prijali pozvanie mesta Topolčany, zastúpené primátorkou **JUDr. Alexandrou Gieciovou**, mestskej organizácie *Jednoty dôchodcov* a *denného centra seniorov* na **Športový deň Seniorov**.



Program bol pestrý, ponúkal na výber rôzne športové aktivity, tajničky, krížovky, spoločenské hry. Obyvateľ **Vladimír Vacho** vyhral **2. miesto** v disciplíne „*strielanie lopty hokejkou na bránku*“, z čoho mal nesmiernu radosť. Zároveň bola veľkým prínosom prednáška dentálnej hygieničky – ako sa starať o ústnu dutinu, zuby a protézy.

Všetci sa mohli ponúknuť chutným občerstvením, obedom a nápojmi. Deň bol naozaj vydarený, plný dobrej nálady a úsmevov. A my si to radi zopakujeme aj budúci rok.

Na fotografii (zľava): *Viliam Vanek, Vladimír Vacho, Mária Poturnayová, Jana Mišenková Oravcová, Štefan Belička, Etela Ladická*

(J. Mišenková Oravcová, J. Krošláková)

KUFOR PLNÝ PREKVAPENÍ

Na pozvanie Zariadenia sociálnych služieb V KAŠTIELI Horné Obdokovce sme sa zúčastnili súťažného dopoludnia s názvom „Kufor plný prekvapení“. Tradične nás tam čakalo bohaté občerstvenie. Po krátkom posedení sa začali súťaže zamerané na kreativitu, pozorovanie a pamäť.

Prvé a druhé súťažné kolo sa zamerali na *pantomímu* – uhádnuť znázorňovanú vec na meraný čas. Tretie kolo bolo o kreslení a uhádnutí kresleného obrázku na meraný čas.



Súťažné otázky sa ťahali práve z „Kufra plného prekvapení“. Po súťažných kolách prišlo k vyhodnocovaniu súťaže. Naši súťažiaci skončili na neoblúbenom **štvrtom mieste**. Na záver nás čakalo posedenie pri chutnej kapustnici. Každý sa mohol do sýtosti najesť, aj s dupľou, podebatovať navzájom, a potom sme sa už vybrali spokojní do nášho zariadenia.

Na fotografii (zľava): Mária Poturnayová, Daniela Veľká, Beáta Révayová

(L. Bištura)

POĎAKOVANIE



S veľkou trémou sme sa s členmi súboru **Domovníček** pripravovali na oslavy DOŽINIEK.

Vďaka našej muzikoterapeutke, **Betke Angelovičovej**, ktorá svojím prístupom dokáže nadchnúť všetkých členov súboru, a vďaka entuziazmu nás, členov súboru, sa nám zdarne podarilo nacvičiť a odprezentovať pripravované vystúpenie.

Uvedomujeme si, koľko úsilia a schopností je potrebné k nácvičku akéhokoľvek nášho vystúpenia, s ktorým ideme pred obecenstvo akoby „s kožou na trh“.

Či už je to vystúpenie pre obyvateľov a zamestnancov nášho zariadenia, alebo vystúpenie v rámci nejakej krajskej prezentácie, na ktorej by sme sa mohli zúčastniť.

A práve trpezlivý a ľudský prístup našej muzikoterapeutky nám pomáha preniesť sa cez naše nedostatky, o ktoré už u nás starších nie je núdza.

Všetci túžime hľadať ešte spôsoby ako byť užitoční a v najvyššej miere zdatní v každodenných činnostiach. Trénovať a snažiť sa byť lepší.

Pri všetkej tej snahe a pochopení nám všetko ide oveľa ľahšie. A už samotná myšlienka a výsledná realizácia, že v súbore hráme na **šiestich** druhoch hudobných nástrojoch je pre nás všetkých veľkou radosťou a obohatením.

Ďakujeme!

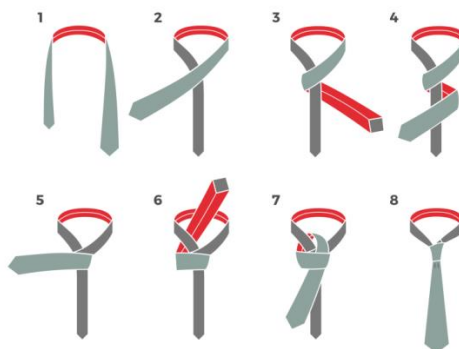
Jozef Marčíš, obyvateľ

AKO SI UVIAZAŤ KRAVATU

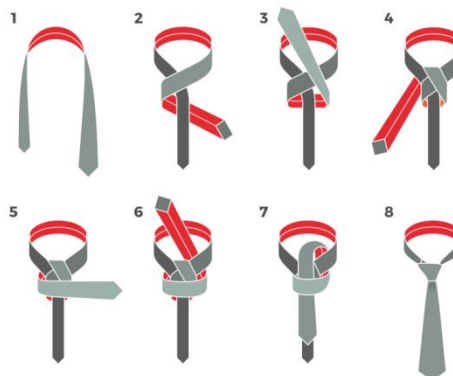
Drahí čitatelia, muži, ktorí radi nosia kravaty – viazanky, ktoré sú estetickou súčasťou pánskeho odevu viac ako 350 rokov pri obchodovaní a spoločenských akciách. Viazu sa ku košeliam. Vznikli ako módny výstrelok v Európe, keď muži a ženy nosili kusy látky uviazané okolo krku.

Vnikli 3 druhy uzlov:

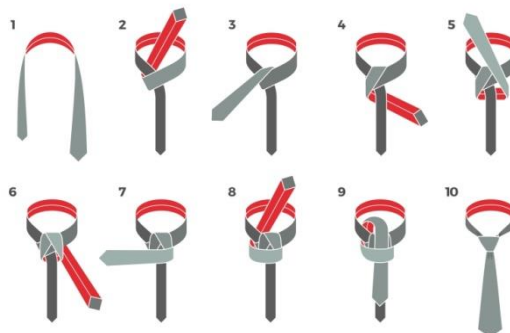
1. UZOL FOUR IN HAND (vid' obrázok a postup viazania):



2. UZOL HALF WINDSOR (vid' obrázok a postup viazania):



3. UZOL WINDSOR (vid' obrázok a postup viazania):



Preskúšate si svoje zručnosti. Krásne a elegantné outfity vám praje obdivovateľka módnych štýlov. Andrea Múdra, obyvateľka

ČAROVNÁ JESEŇ

Veselo zahvízdal vetríček
Zlatožltú i oranžovú pieseň,
na listy stromov vetvičiek
namaľoval farebnú jeseň.
Vstalo slnko vo svoj čas hore,
zafarbilo nám ranné zore.
Na obzore priam zlatistom
bozkávajú sa list s listom.
Postupne však ktosi odrazu
kradne krajine lístie z obrazu.
A napokon toto jesenné dielo,
premaľuje prvý mráz na bielo.

Petronela Kittlerová, obyvateľka

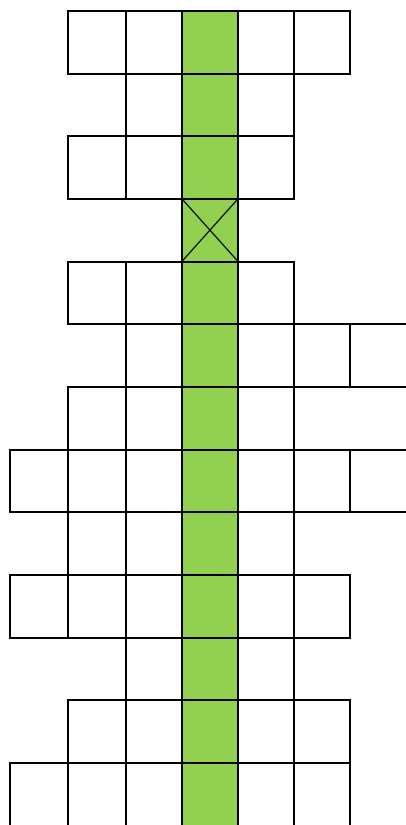
SPOLOČNÁ ŽIVOTNÁ CESTA V DOMOVE

Keď sa niečo nové v nás prebúdzá a vo svojom srdci
niečo nové cítim, i v slabej úzkosti, čosi mi šepká,
čo asi dnes prežijem, čo sa mi dnes prihodí.
Pozývam vás k nám, na chvíľočku pozrieť sa
do našich srdc, ako spolu nažívame,
či sme šťastní alebo nie.
Mnohí si uvedomujeme, že človek aby bol šťastný,
musí žiť jeden pre druhého.
Sme k sebe láskaví, radi sa stretávame, pozdravíme.
Radi pomáhame iným, slabším.
Humorných situácií prežívame veľa,
veď s humorom sa žije lepšie.
Mnohí by ste neverili, čo nového sme sa v našom „Domove“
naučili. A keď dáme ruku k dielu viacerí,
tak vytvoríme spoločne veľké dielo.
A že zažijeme niekedy i smutné chvíle?
Musíme vedieť znášať i prehry, veď v živote to tak chodí.

Beáta Révayová, obyvateľka

Tajnička

2. októbra sa narodil **Mahátma Gándhí**, vodca nenásilného povstania Indov proti britskej koloniálnej nadvláde, preto bol tento deň vyhlásený za Medzinárodný...



Potrava

Domáce zviera

Ťaží sa tam uhlie

Najväčšie mesto Moravy

Mužské meno (29.6.)

Oslovenie ženy

Obuv

Tuk

Bibiána (dom.)

Kráčali

Želať si

Žmurkali

Hádanka č. 1: Aké je hlavné mesto Nórska?

a.) Kodaň

b.) Štokholm

c.) Oslo

Eva Kohútová, obyvateľka

Hádanka č. 2: Ktorá slovenská rieka je najdlhšia?

a.) Hron

b.) Váh

c.) Dunaj

Magda Drábiková, obyvateľka

Hádanka č. 3: Názov abecedy, ktorú tvoria bodky a čiarky?

a.) Morseova

b.) Slovenská

c.) Azbuka

Beáta Révayová, obyvateľka

Správnu odpoveď odovzdajte do **24.10.2024**

svojmu sociálnemu pracovníkovi.

Na vyžrebovaných víťazov čaká milá odmena!

Výherkyňou vylúštenej krížovky a hádaniek z časopisu 9/2024

je: **Anna Szabová a Petronela Kittlerová**

Srdečne gratulujeme!

Pranostiky

Ak je október veľmi zelený, bude potom január hodne studený. * Ak opadá lístie do polovice októbra, bude mokrá zima. * Dažde v októbri predpovedajú úrodný rok. * Keď je v októbri mnoho sršňov a osí, bude dlhá zima. * Mnoho dažďa v októbri, mnoho vetrov v decembri. * Začiatok októbra hoci pekný býva, predsa v druhej polovici severák podúva. * Ak skoro v októbri sneh padá, bude mäkká zima.

Aforizmy

Krása, ten poctivý dohadzovač lásky, sa skoro unaví. * Kašeľ, dym a lásku možno zakryť veľmi ťažko. * Menila som manželov, ale nie mojich priateľov. * Aj opustený nešťastník vám môže priniesť šťastie. * Charakter k životu potrebujeme. Občas sa za niečo ukryť musíme. * Aký život po živote, keď aj počas života nebol žiadnym životom? * Právo, ktoré si nekúpiš, neprerazí!

Petronela Kittlerová, obyvateľka (Zdroj: Teleplus)

Výroky slávnych

Aristoteles: Niektorí ľudia tak šetria, akoby mali žiť večne, druhí tak míňajú, akoby mali hneď zomrieť. **M. Twain:** Najskôr stvoril Boh muža, neskôr ženu. Potom mu prišlo muža ľúto a dal mu tabak. **Slovenské príslovie:** Hnoja a peňazí nikdy nie je dost'. **Lao-č:** Čím viac zákonov a pravidiel vytvoríme, tým viac bude zlodejov a lúpežníkov. **S. Lazarev:** Človeka činí človekom súcitiť. Prianie pomôcť bližnému a zachrániť ho v nás rozvíja najlepšie ľudské vlastnosti. **Epiktétos:** Ak mám nesprávne názory, pomôž mi ich odstrániť, ja ti zase pomôžem vykoreniť tvoje. **D. Bailey:** Neobmedzená moc spraví despota skoro z každého človeka. Aj tá najtemnejšia ľudská bytosť v sebe nosí možného tyrana. **M. K. Gándhí:** Nespravodlivý zákon je sám o sebe druhom zločinu. O to viac je zatknutie za jeho porušenie.

Magda Drábiková, obyvateľka (Zdroj: Nový Čas špeciál Krížovky)

Zasmejme sa

Žena volá z okna na manžela, prichádzajúceho z krčmy: Počkaj, hodím ti kľúče, aby si mohol otvoriť! Opitý muž si šomre popod nos: Načo sú mi kľúče, keď neviem nájsť dvere!

Ten vtáčik tak krásne spieva... A divíš sa mu? Ženatý nie je, inkaso neplatí, zuby ho nebolia, tak prečo by nespieval?

V pôrodnici vykrikuje prekvapený otec: No toto! Dvojičky?! Nie, iba jedno, upokojuje ho sestrička. A nabudúce láskavo prídte triezvy!

Petronela Kittlerová, obyvateľka (Zdroj: Teleplus)

Chceš utečenca na Vianoce? Nie, ctím naše tradície – kapra.

Na pracovnom pohovore: Koľko by ste chceli u nás zarábať? Toľko, aby som v polovici mesiaca vedel vybrať peniaze z banky s kartou a nie s pančuchou na hlave...

Dôchodok vo Francúzsku: Pohár vína a deň na pláži.

Dôchodok v Anglicku: Pohár whisky a deň na rybačke.

Dôchodok na Slovensku: Pohár s močom a deň v čakárni.

Hubár sa chváli kamarátom: Predstavte si, chlapi, včera som našiel kilový hríb! Čoby nie, konštatujú chlapi. Taký veľký hríb musí nájsť aj slepý.

Magda Drábiková, obyvateľka (Zdroj: Nový Čas špeciál Krížovky)

Recepčná v hoteli zdvihne vyzváňajúci telefón. Z neho sa ozve mierne nespokojný hlas ubytovaného lorda: Budete taká láskavá slečna a pridelite mi inú izbu? V tejto horí.

Pán Novák hovorí svojej žene: Keby som vedel, že máš milenca zabijem vás oboch! To nie je správne, drahý! Čo by si na tomto svete robil bezo mňa a suseda Miša?

Pán doktor, trháte zuby bez bolesti? No, občas ma niekto pohryzie.

Chlapec kričí spoza plotu na pani v záhrade: Pani, prosím vás môžete mi priniesť môj šíp? Ale áno, chlapče, a kde je? Vaša mačka ho má zapichnutý v chrbte.

Eva Kohútová, obyvateľka (Zdroj: Život)

OKTÓBROVÍ oslávenci

01.10. Eva Takáčová
01.10. Anna Valentová
09.10. Pavel Medo
10.10. Mária Káčerová
10.10. Jozef Arzt
10.10. Mária Bóriková
11.10. Marcela Kudryová
12.10. Emil Jamrich
12.10. Anton Ladický
16.10. Ladislav Stanko
18.10. Božena Mošaťová

19.10. Pavol Zvala
21.10. Miroslav Lieskovský
23.10. Ernest Barta
26.10. Stanislav Korbel
27.10. Helena Stolárová
28.10. Ján Móri
28.10. Beáta Žáčiková
28.10. Mária Slabá
29.10. Viliam Vanek
30.10. Július Bečár

**Všetkým oslávencom prajeme pevné zdravie,
veľa šťastia, Božieho požehnania a spokojnosti**

PREDSTAVUJEME NOVÝCH ČLENOV PRACOVNÉHO TÍMU

Veronika SCHMIDTOVÁ – opatrovateľka

♥♥♥ ♥♥♥ ♥♥♥

Mgr. Lucia KOŠECKÁ
sociálna pracovníčka



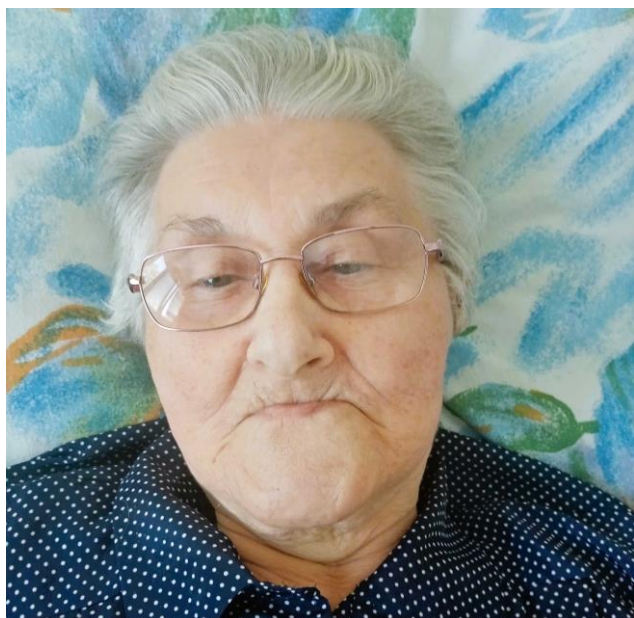
PREDSTAVUJEME NOVÝCH OBYVATEĽOV



**Etela
PALUŠOVÁ**



**Irena
RAJNOHOVÁ**



**Mária
ŽELISKOVÁ**



**Mgr. Mária
ŠÁLKOVÁ**



Prajeme si spoločne, aby sme sa tu vzájomne cítili dobre!

NAŠE MESTO TOPOĽČANY



ZAČIATOK ŠKOLSKÉHO ROKA. V septembri deti nastúpili do školy. O bezpečnosť na prechodoch pre chodcov sa postarala mestská polícia. V Topolčanoch máme približne **300 prvákov**.

80. VÝROČIE SNP. Pred budovou Gymnázia boli pri pietnej spomienke položením venca uctení tí, ktorí stáli v centre diania kľúčovej udalosti našich novodobých dejín a vďaka ktorým sa môžeme považovať za slobodných. Primátorka z rúk zástupcov **Zväzu protifašistických bojovníkov** prijala *pamätný list*.

NEZABUDNUTÍ SUSEDIA. Pripojili sme sa k pietnej spomienke, ktorou sme si pripomenuli **Pamätný deň obetí holokaustu a rasového násillia**. Na židovskom cintoríne v Topolčanoch, kde sú pochovaní naši židovskí spoluobčania, zazneli mená tých, ktorí sa stali obeťou nenávisti, ktorú v časoch 2. svetovej vojny živila propaganda, ktorá viedla v roku 1941 k prijatiu tzv. Židovského kódexu. Ten postupne zbavil Židov občianskych a ľudských práv a viedol k masovým vraždám vo vyhladzovacích táboroch.

BIELA PASTELKA. Pod týmto názvom organizovala **Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska** už 23. ročník verejnej zbierky. Heslom tohtoročnej kampane bol slogan: „Aj bez zmyslu to má zmysel“, ktorým chceli organizátori symbolicky upozorniť, že aj keď u človeka absentuje jeden z dôležitých zmyslov, život sa dá žiť naplno a plnohodnotne.

VEĽVYSLANKYŇA INDIE. Mesto navštívila veľvyslankyňa **Indie** na Slovensku, **J. E. Apoorva Srivastava**. Reprezentuje rastúcu skupinu Indov na Slovensku. Záleží jej na vzájomnej spolupráci a kultúrnej i vzdelanostnej výmene. Uvítala nápad zorganizovať Deň indickej kultúry, ako skvelú príležitosť na vzájomné spoznávanie.

(Zdroj: <https://www.facebook.com/topolcanyoficialne/>)

NÁŠ KRAJ

V roku 2022 som bola zvolená za poslankyňu Zastupiteľstva Nitrianskeho samosprávneho kraja, za čo vďačím aj mnohým z vás. Preto budem rada pokračovať v poskytovaní informácií o dianí v našom kraji, hlavne informáciami zo Zastupiteľstva NSK, aj prostredníctvom nášho interného časopisu.

Zo septembrového Zastupiteľstva NSK vyberám:

- 1.máme zvolených troch podpredsedov NSK: prvým z nich bol a zostáva Tibor Csenger (Alianzia, Levice) a od septembra 2024 aj Otakar Klein, (nezávislý, Nové Zámky) a Jozef Stankovský, (nezávislý, Bojná);
- 2.máme upravené Všeobecne záväzné nariadenie (VZN) NSK, ktorého obsahom sú poskytované sociálne služby a ich úhrady – rozšírená je možnosť poskytovania druhov sociálnej služby Domáca opatrovateľská služba a Požičiavanie pomôcok; upravená je možnosť uloženia jednorazovej úhrady za poskytované soc. služby nad ich rámec (po nadmernom požití alkoholických nápojov a pod.)
- 3.diskutovanou témou bola zmena zriaďovateľa Gymnázií v meste Šahy, zo súčasného zriaďovateľa NSK na nového zriaďovateľa mesta Šahy, z dôvodu nedostatku žiakov a z dôvodu záujmu mesta Šahy zlúčiť slovenské Gymnázium so slovenskou základnou školou (ZŠ) a Gymnázium s vyučovacím jazykom maďarským so ZŠ s vyučovacím jazykom maďarským; v prijatom uznesení sme sa zhodli, že je potrebné vypracovať najskôr analýzy všetkých vhodných alternatív, takže o definitívnom postupe sa len rozhodne v ďalších mesiacoch;
4. na základe vlastnej žiadosti som bola odvolaná z funkcie riaditeľky nášho zariadenia sociálnych služieb a do funkcie bola vymenovaná Mgr. Simona **ČERVENÁ**.
GRATULUJEM!

Všetkých vás srdečne pozdravujem

Viera Bútorová

KEĎ NÁS TLAČÍ VLASTNÉ VNÚTRO

Cítili ste sa už niekedy stiesnene? Ja naposledy na toailete v lietadle, kde bolo minimum priestoru. Ale pamätám si tiež na svoje študentské roky a preplnené vlaky a MHD v Bratislave, keď sme sa neraz cestujúci tlačili doslova „telo na telo“. Stiesnení sa tiež môžeme cítiť v malom oblečení, v tesných topánkach, v malej izbe, na malej posteli.

No človek nemusí byť stiesnený len v priestore, fyzicky, ale aj vo svojom vlastnom vnútri.



Príchod jesene a s ňou pochmúrne počasie a dlhé večery môžu takýto pocit v nás umocňovať. Cítime sa, akoby nás stále čosi vo vnútri tlačilo, akoby sme sa nemohli ani nadýchnuť, uvoľniť sa spod neznámeho tlaku. Okolnosti života sa môžu tlačiť na nás tak nepríjemne, až máme z toho strach. Následkom toho môžu mnohí pociťovať silnú úzkosť, či dokonca upadnú do depresie. Nič príjemné.

A z takejto stiesnenosti sa nedá len tak dostať, ako keď vystúpite z preplneného vlaku. Ak prežívate, milí bratia a sestry, niečo podobné, skúste volať k Pánu Bohu úprimne, celým srdcom, hoc aj vo dne v noci: „*Pane zastaň sa ma!*“

Tak volal kedysi dávno aj mocný izraelský kráľ Chizkija. Vo svojej ťažkej chorobe obrátil sa na tú najlepšiu adresu a volal: „*Pane som stiesnený, zastaň sa ma.*“ Izaiáš 38,14 A Boh sa ho zastal. Pomohol Chizkijovi.

On určite pomôže aj nám, nebude hluchý na naše volanie. Vyslobodí dušu zo stiesnenosti.

Zavolajme smelo: „.....Pane, zastaň sa ma.“

Eva Kahanová Bašková, námestná farárka, Topoľčany

POŽEHNANIE A POSVÄTENIE PREROBENÝCH A NOVOVYTVORENÝCH PRIESTOROV

„Požehnanými“ sa nestávajú veci, ale ľudia. Prijímateľom



duchovných darov, teda Božej milosti, je vždy len človek.

Požehnanie domu vyjadruje prosbu o silu, zdravie a ďalšie Božie dary, ktoré sú potrebné pre pokojný a radostný život tých, ktorí v ňom

bývajú.

Sme vd'ační, že **Vdp. Andrej Guniš** posvätil priestory našej novej „Kaviarne“ a novovytvoreného oddelenia IT0.

Spoločne sme strávili príjemné dopoludnie.

Posedeli sme si a porozprávali sa s obyvateľmi z Kovariet, ktorí nám niečo o sebe a svojom živote prezradili.



(M. Šmotláková)

ZASADNUTIE KOMISIE SOCIÁLNEJ POMOCI



Časopis je interným informačným mesačníkom Zariadenia sociálnych služieb „MÔJ DOMOV“, so sídlom P. O. Hviezdoslava 66, Topoľčany, s miestami poskytovania sociálnych služieb Topoľčany a Prašice. **ŠÉFREDAKTOR:** Anna Szabová **ZÁSTUPCA ŠÉFREDAKTORA:** Beáta Révayová **REDAKČNÁ RADA:** Miroslava Grežd'ová, Anna Szabová, Beáta Révayová, Petronela Kittlerová, Simona Bizoňová **OBSAHOVÁ A GRAFICKÁ ÚPRAVA:** Miroslava Grežd'ová, Viera Bútorová **TECHNICKÁ STRÁNKA A DISTRIBÚCIA:** Beáta Révayová, Simona Bizoňová **SPOLUAUTORI:** Alžbeta Angelovičová, Iveta Barišová, Ladislav Bištura, Natália Bujnová, Simona Červená, Janka Gábrišová, Mária Gašparíková, Janka Gogolová, Petra Jamrichová, Dana Kapráliková, Lucia Košecká, Jarmila Krošlákova, Katarína Kunová, Mária Miková, Jana Mišenkova Oravcová, Martin Miško, Zuzana Richter, Katarína Rosová, Svetlana Šimková, Zuzana Šimunyová, Monika Šmotlákova, Jana Záhradníková, Magdaléna Drábiková, Eva Kohútová, Eva Kahanová Bašková, Andrej Guniš **Redakčná rada si vyhradzuje právo príspevky v prípade potreby upraviť, prípadne neuverejniť. Neprešlo jazykovou a štylistickou úpravou.**