
Domov sociálnych služieb a zariadenie pre seniorov Rača

DSS a ZPS
Rača

ročník: 8

Apríl 2020

NAŠE NOVINY

číslo: 1

Časopis určený pre klientov a zamestnancov Domova sociálnych služieb a zariadenia pre seniorov Rača



Milí naši čitatelia, jar sa tento rok ohlásila zavčasu a priniesla zo sebou nielen krásu prebúdajúcej sa prírody ale aj sviatky Ježišovho ukrižovania a Jeho zmŕtvychvstania, ktoré sú považované za najdôležitejšie a najvýznamnejšie sviatky v cirkevnom roku.

Bohužiaľ nám začiatok roka 2020 nadelil aj iné – pandémiu koronavírusu COVID-19.

O tomto všetkom, ako aj o ďalších zaujímavostiach, sa dočítate v prvom čísle už ôsmeho ročníka nášho časopisu. Prajeme vám pevné zdravie a požehnanú Veľkú noc.

Posvätná história Veľkej noci

Veľkonočné sviatky sú svojím pôvodom sviatkami jari. Udalosti Veľkej noci úzko súvisia s významným židovským sviatkom Pesach, ktorý sa slávi zhruba v rovnakej dobe. V prostredí Gréckokatolíckej a pravoslávnej cirkvi sa pre tento sviatok používa takmer výlučne názov Pascha. Pred 2000 rokmi veľkonočné sviatky dostali súčasný význam Kristovou smrťou a jeho zmŕtvychvstaním. Pre kresťanov je Veľká noc najväčším sviatkom v roku, dokonca ešte dôležitejší ako Vianoce, pretože veľkonočné sviatky vystihujú podstatu kresťanstva. Termín Veľkej noci nie je stály a každoročne sa mení. Pripadá však na prvú nedeľu po prvom jarom splne mesiaca po 21. marci. Veľkonočný tichý týždeň trvá od kvetnej nedele po Bielu sobotu, počas ktorého si cirkev intenzívne pripomína pamätné dni utrpenia a smrti Ježiša Krista.



Posvätná história Veľkej noci (pokračovanie)



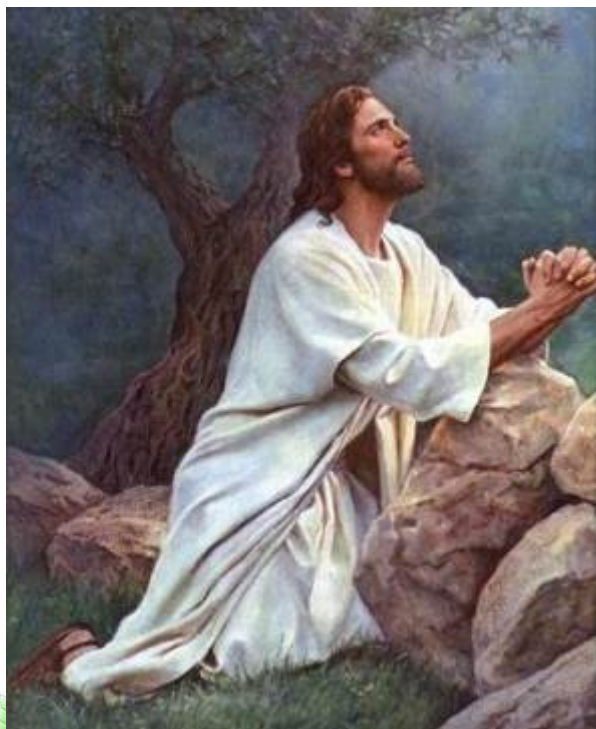
Kvetná nedeľa

Pod týmto názvom je známa posledná pôstna nedeľa, ktorá je prvým dňom Veľkého týždňa. V tento deň sa svätia palmové alebo olivové ratolesti, u nás najčastejšie bahniatka. Ratolesti sa potom spália na popolec, ktorý bude použitý pri cirkevných obradoch Popolcovej stredy budúceho roku. Svätenie zelených ratolestí zaviedla cirkev ešte v 7. storočí. Kvetnou nedeľou sa začína tzv. Veľký týždeň a v tento deň si kresťania pripomínajú vstup Ježiša do Jeruzalemu, aby tu oslávil veľkonočné sviatky na slávnosti veľkonočného baránka. Zástupy ho nadšene vítali a hádzali mu pod nohy palmové ratolesti, aj preto sa táto nedeľa pôvodne volala Nedeľa paliem. Hlavou myšlienkou Veľkého týždňa je Kristovo umučenie, ktoré sa pripomínalo tri dni už od 4. storočia a z toho je odvodený i názov Veľkonočné trojdenie, ktorým Veľký týždeň vrcholí. Začína sa omšou večere Pána na Zelený štvrtok a končí tzv. večerami Veľkonočnej nedele.



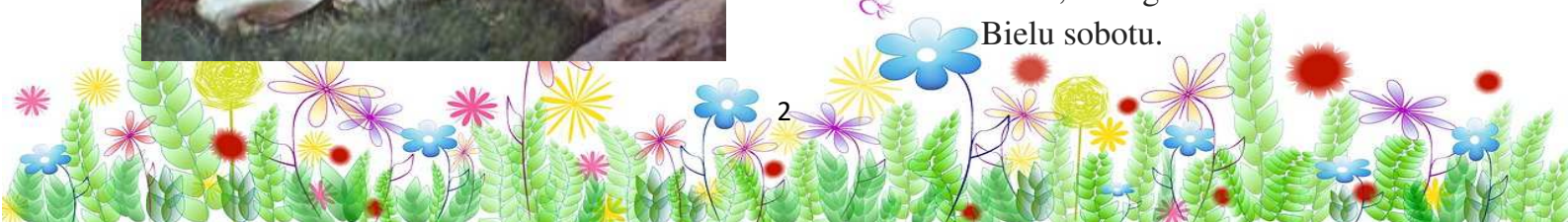
Zelený štvrtok

Pravdepodobne je pomenovaný podľa zelene v Getsemanskej záhrade, kde sa Ježiš Kristus modlil a kde ho zatkli vojaci cisára Tibéria. Iné vysvetlenie hovorí, že názov



pochádza z germánskeho bohoslužobného názvoslovía, zo slova greinen – nariekať. Podstatou Zeleného štvrtka je spomienka na ustanovenie Sviatosti oltárnej i Sviatosti kňazstva. Predpoludním slúžia biskupi sväte omše so všetkým kňazmi svojich diecéz.

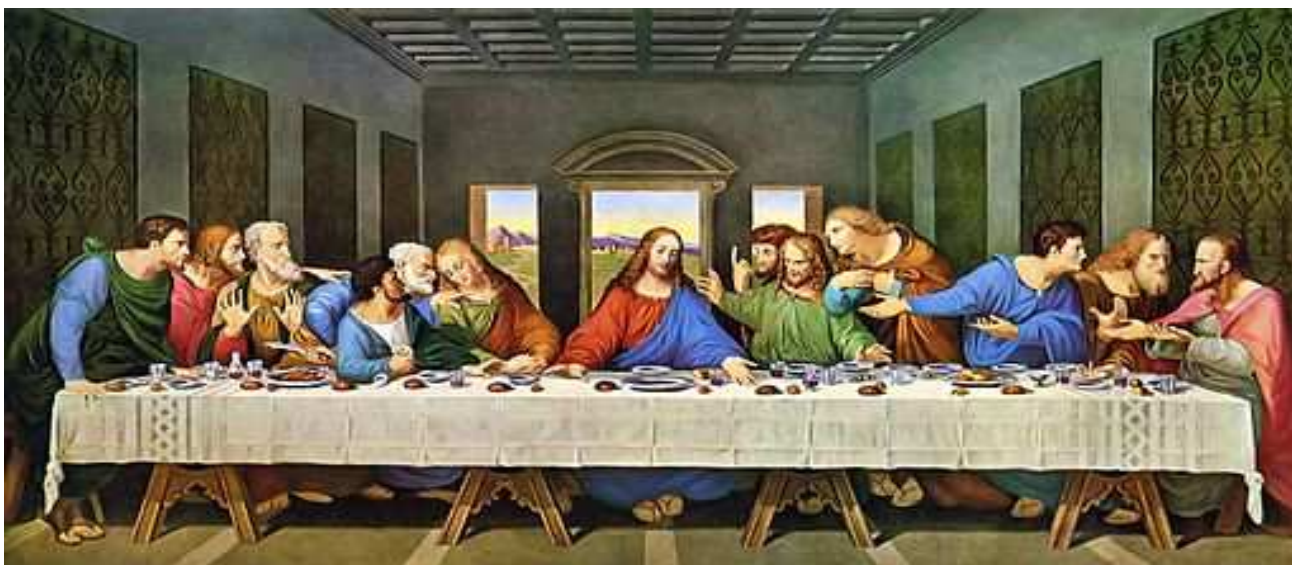
Posväcujú tri druhy oleja: krizmu, olej katechumenov a olej chorých. Olej je znamením sily a v liturgii sa používa pri krste, birmovaní, sviatosti pomazania chorých a pri vysvätení kňazov. V tento deň sa večerná svätá omša slávi na pamiatku ustanovenia Sviatosti oltárnej a na znak spoluúčasti s utrpením Krista prestávajú v kostoloch zvonit' zvony. Ich zvuk sa znovu ozve až na slávnostnú Glóriu, na vigíliu vzkriesenia na Bielu sobotu.





Veľký piatok

Kresťania si v tento deň pripomínajú potupnú smrť Ježiša Krista na kríži, deň utrpenia, a preto sa v rímskokatolíckych kostoloch neslúži svätá omša a oltáre sú bez chrámového rúcha. Iba na Veľký piatok sa liturgii neoslavuje Eucharistický obeta, namiesto nej sa koná liturgia umučenia Pána, pozostávajúca z bohoslužby slova, slávnostnej modlitby veriacich, z poklony Svätému krížu a svätého prijímania. Ježišovu smrť pripomína aj liturgická farba – farba krvi. V tento deň sa čítajú alebo spievajú pašie. Všetci veriaci sa postia od mäsitých pokrmov a najesť do sýtosti sa môžu len raz za deň. Veľký piatok uznáva asi 40 štátov ako sviatok pracovného pokoja.



Biela sobota

V tento deň bol Ježiš pochovaný do hrobu a katolícka cirkev slávi vigíliu už ako radostnú slávnosť vzkriesenia. Na kostoloch sa znovu rozozvučia zvony, ktoré nezvonili od štvrtka večera. Obrady Bielej soboty sa konajú po západe slnka v rámci tzv. Veľkonočnej vigílie (bdenia). V túto noc pred Veľkonočnou nedeľou sa konávala liturgicky veľmi bohatá bohoslužba, ktorá sa začínala v sobotu večer, trvala celú noc a končila sa v nedeľu ráno krstom katechumenov. V súčasnosti sú pobožnosti skrátené. Biela sobota dostala názov podľa bielej farby rúcha mladých katechumenov a týmto dňom sa končí pôst.

Veľkonočná nedeľa a pondelok

Každý rok sa na jar odohráva zápas života so smrťou, keď sa napr. zo zamrznutej zeme prediera na svet tráva, kvety začnú pučať stromy. Veľká noc však nie je len sviatkom jari, ale i oslavou zmŕtvychvstania Ježiša Krista. Veľkonočná nedeľa po noci, kedy bol vzkriesený Kristus a je tak vyvrcholením veľkonočných sviatkov. Veľkonočný pondelok prináša typické zvyky ako oblievanie vodou, šibanie mladými vŕbovými prútikmi, či, maľovanie veľkonočných vajčiek. V kresťanstve je jedným z dní veľkonočnej oktávy, kedy kresťania prežívajú veľkonočnú radosť zo svojho vykúpenia.



Koronavírus na Slovensku

Čo je COVID-19?

Je to nový kmeň vírusu, ktorý u ľudí nebol doposiaľ známy. Koronavírus spôsobujúci ochorenie COVID-19 bol identifikovaný v Číne na konci roka 2019. Odhadovaný inkubačný čas ochorenia je 2 až 14 dní a ochorenie sa prenáša kvapôčkovou infekciou podobne ako chrípka.

Kto je ohrozený?

Podobne ako iné infekčné choroby, napríklad chrípka alebo ochorenia spôsobené pneumokokmi, je nový vírus rizikový najmä pre seniorov a dlhodobo chorých ľudí. Sú však známe prípady, kedy sa vyľiečili aj ľudia vo veku cez 80 rokov a dokonca viac, najznámejší vyľiečený pacient je 100-ročný muž z mesta Wu-chan v Číne. Pre zdravého človeka je prekonanie infekcie COVID-19 zvyčajne niečo podobné ako nepríjemná viróza. Takto prebieha u 4 z 5 nakazených. U zhruba 14 až 15 % je priebeh ťažší a u 5 % závažný.

Aké sú prejavy ochorenia?

Vírus spôsobuje infekcie dýchacích ciest až zápal pľúc. Inkubačný čas pri tomto type koronavírusu sa udáva 2 až 14 dní. Vo väčšine prípadov je priebeh ochorenia len mierny. Ukazuje sa však, že vírus môžu prenášať aj infikované osoby, ktoré nemajú vonkajšie prejavy ochorenia. Ako v zásade každé respiračné ochorenie má všeobecné príznaky virózy, napríklad aj chrípky:

- teplota nad 38 °C,
- kašeľ,
- bolesť svalov,
- bolesť kĺbov,
- sťaženie dýchanie.



Ako sa môžem nakaziť?

Ochorenie sa prenáša kvapôčkami sekréty z nosa alebo úst, infikovaná osoba kašle, kýcha alebo tieto kvapôčky vydychuje po kašli. Hlavný spôsob prenosu sú teda kvapôčky vylúčené osobou, ktorá kašle. Ak ste neboli v krajinách, kde sa ochorenie COVID-19 vyskytuje, ak ste neboli v kontakte s osobami, ktoré tieto krajiny navštívili, alebo ak ste neboli v kontakte s osobou chorou na COVID-19, ale zároveň sa necítite vo svojej koži, ide s veľkou pravdepodobnosťou o iné respiračné ochorenie alebo chrípku či chrípke podobné ochorenie. Preto netreba podliehať panike.

Ako sa môžem chrániť?

- často si **umývajte ruky** mydlom a vodou, najmenej po dobu 40 sekúnd,
- očí, nosa a úst sa **nedotýkajte neumytými rukami**,
- **zakrývajte si nos a ústa** pri kašľaní a kýchaní jednorazovou papierovou vreckovkou a následne ju zahodte alebo použite na zakrytie úst svoj ohnutý lakeť či kus odevu,
- vyhýbajte sa blízkemu kontaktu s ľuďmi, ktorí javia príznaky nádchy alebo chrípky,
- **noste rúšku**,
- oddýchnite si a pite veľa tekutín,
- **zostaňte doma**, zbytočne nevychádzajte.



Ako v pokoji prežiť karanténu?

- pre dobré duševné zdravie si zachovajte svoje denné rituály a dodržiavajte režim,
- čítajte, maľujte, venujte sa ručným prácam,
- zavolajte svojim blízkym a známym alebo napíšte list,
- venujte čas modlitbe a rozjímaniu.



Umývate si správne ruky?

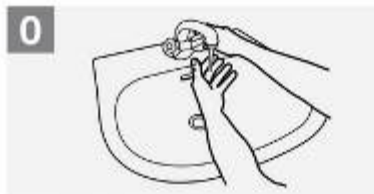
Viete, ktoré miesta ostávajú najčastejšie zanedbané, keď si umývame ruky?

- Umyté miesta
- Občasne neumyté miesta
- Najčastejšie neumyté miesta



Ako si správne umývať ruky?

Ruky si umývajte aspoň 40 - 60 sekúnd



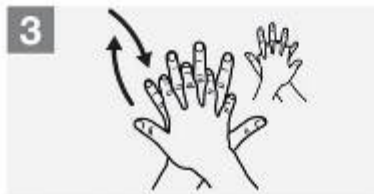
0 Namočte si ruky



1 Použite dostatok mydla



2 Krúživým pohybom si šúchajte dlane



3 Dlane si položte jednu na druhú a prepleťte si prsty



4 Dlane otočte proti sebe a prepleťte si prsty



5 Končeky prstov si chytte do druhej ruky



6 Do dlane uchopte palec a umývajte ho krúživým pohybom



7 Končekmi prstov pravej ruky umývajte ľavú dlaň a naopak



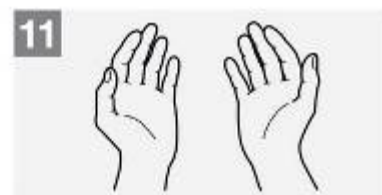
8 Opláchnite si obidve dlane



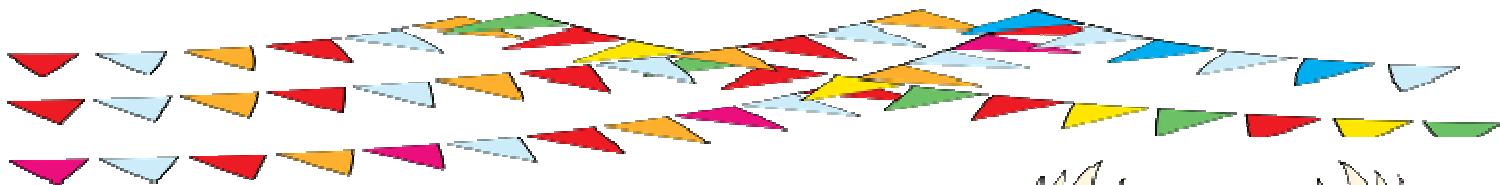
9 Ruky si poutierajte dosucha jednorázovým uterákom



10 Vodovodnú batériu zavrite s použitím uteráka



11 Teraz mi môžete podať ruku :)



Čo sme zažili.



Maškarný ples

Tak ako i po iné roky sa aj tento rok 25.februára uskutočnil Fašiangový ples. O dobrú tanečnú náladu sa postaral pán Hyža a chutné šišky a koláče napiekli v kuchyni nášho zariadenia. Zábavu otvoril príhovorom pán riaditeľ a vyzval prítomných do sprievodu masiek. Počas maškarného plesu vystúpil spevácky súbor Radovanka a veľmi pekné pásmo o pochovávaní basy si pripravila Literárno-dramatická skupina včera-dnes pri ZpS. Nálada bola výborná, masky veselé a vtipné a s tancom klientom pomáhali aj dobrovoľníci.

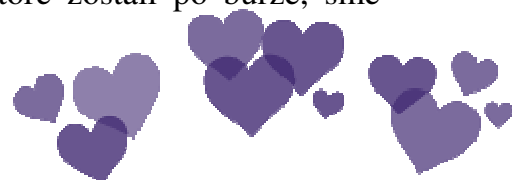


Burza oblečenia



Dňa 13. januára sa v spoločenskej miestnosti nášho zariadenia uskutočnila burza oblečenia. Na zbierku prispeli dobrovoľníci, firma DELL aj samotní zamestnanci či príbuzní našich obyvateľov. Klienti si mali možnosť vybrať z rôzneho oblečenia ako boli nohavice, blúzky, košele, tričká, kabáty a bundy, bolo taktiež aj na výber z množstva topánok, kabeliek i iných doplnkov. Určite si každý prišiel na svoje. Zbytok odevov, ktoré zostali po burze, sme darovali na charitu.

ĎAKUJEME



Ďakujeme všetkým, ktorí nám v čase koronavírusu COVID-19 pomohli zvládnuť situáciu s nedostatkom ochranných rúšok a rúška nám ušili. Menovite ďakujeme Bratislavskému dobrovoľníckemu centru a ich dobrovoľníkom, ktorí nám ušili pre zamestnancov aj pre klientov 200 kusov rúšok. Ďakujeme pani Hane Machalec, ktorá pracovala ako dobrovoľníčka v čajovni DSS a ZpS Rača a teraz, počas materskej dovolenky, nám ušila nádherné bodkované rúška. Poďakovanie patrí aj ostatným dobrovoľníkom ale aj zamestnancom DSS a ZpS Rača, informátorke pani Helene Sohlerovej, opatrovatelkám, zdravotným sestram a všetkým ostatným, ktorí šili rúška, aby zabezpečili ochranu zdravia pracovníkov a klientov. Patrí im veľké ĎAKUJEME!

napísala E.Řehořková





Prežitie radostných odpolední

Vo februári t.r. Stretli sme sa znovu s milými detičkami z MŠ Krasňanko. Tento raz nám pripravili prekvapenie – prišli s nimi aj dve dievčatá z Indonézie z ostrova Java – majú pekné mená: Iva a Dinda.

Detičky nám rozprávali o sopečných ostrovoch a najväčšej kvetine na svete Raflézii. Ukazovali nám ako vybuchuje sopka a tancovali tanec s miskami „TARI PIRING“. Tento tanec ich naučili Iva a Dinda. Boli sme radi, že môžeme ukázať dievčatám z ostrova Java ako žijú naši seniori. Toto bol vlastne ich záujem a budú o ňom rozprávať vo svojej domovine.

napísala A.Juricová



Keď sa príliš pevne chytíš tieňa, dávaj pozor, aby Ti neunikla podstata.

Ezop

Aký veľký sa zdá hriech, keď sa ho dopustia iní! A aký malý, keď sa ho dopustíme my sami.

Berg

Cestou od detí k rodičom sa láska ľahko zadýcha.

Hofifax

Priateľ je ten, ktorý nemá rád tých istých ľudí.



Veselosť a úprimnosť sú dvaja najlepší lekári.

napísala V.Gerzová





ZASMEJME SA

Policajt pri kraji lesa v chránenom území vidí zaparkované auto. Za kríkmi je niekto ukrytý, preto tým smerom zakričí silným hlasom: „Haló, máte na to úradné papiere?“ Vzápätí počuje odpoveď: „Áno, som tu, len mne stačí lopúch!“

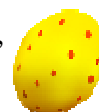


V nemocnici na urológii dedko kričí: „Pán doktor, pomôže mi, ja mám tak slabý tlak, že nedočurám ani na zem!“



Sestrička v ambulancii hovorí lekárovi: „Pán doktor, pacient v čakárni stratil vedomie.“ On na to: „No a čo? Za stratené veci v čakárni neručíme!“

Rozprávajú sa dvaja muži na cintoríne: „Počuj, Fero, už sa teším, čoskoro tu máme jar, všetko začne vyliezať zo zeme.“ „Preboha, neblázni, ja tu mám pochovanú svokru...“



Raz v noci vidí zajac medveďa, opitého na mol. Keďže mu už dlhšie liezol na nervy, chopil sa ušiak-bojko príležitosti a zmlátil ho palicou. Na druhý deň medveď zvolá poradu a hovorí: „Včera v noci ma niekto zbil. Nevieť kto to bol, ale pamätám si, že mal na hlave nejaké výrastky!“ Zajac sa otočí k slimákovi a hovorí: „A si v prdeli, kamarát...“

KAČKA - KÁDER - KADERNÍK - KADET - KAKAO - KAKTUS - KAMERA
 KARTA - KARTEL - KASTA - KAVERNA - KAVKA - KLADIVÁR - KLDKA
 KLOAKA - KLOBÁSA - KLOKAN - KOBEREC - KOBYLKA - KOCKA
 KOFOLA - KOKETA - KOKOS - KOLIBA - KOLÍK - KOLOTOČ - KONINA
 KOREC - KORNÚTOK - KORUNA - KOSTLIVEC - KOTLÍK - KOVÁČ - KRAVA
 KRAVÍN - KRESLO - KREVETA - KRIEDA - KRÍŽE - KROKETA
 KROKODÍL - KRONIKA - KRTKO - KUKUČKA - KVARTETO

napísal T.Žatko

			2				5	
8					9		4	
			1	8			2	
3						5	9	
5							7	
	6						4	
							6	
			1		3	4	9	8
9	2			6	5			3



K O S T L I V E C E R E B O K
 O K L O A K A Z N A K O L K O
 L L Á A L N K K O T L Í K O B
 O A A D R S A O E M D R L K Y
 T D B E E **D E D K O** C K A O L
 O K V I E R A R K E Z R K S K
 Č A N R L K R O K E T A K K A
 K K N K A O R K E A R A R K M
 U Í A V I K K N O T S A T O K
 K Č K M K R Í Ž E T V N K R A
 U A Á Ú E V S L A A Ú I O U L
 Č M K V A R T E T O E N V N O
 K C E R O K A Č K A I O R A F
 A T K K A K T U S K A K A O O
 A S Á B O L K L A D I V Á R K

Rozprávajú sa dvaja dedkovia:
 "Asi príde tuhá zima. Ako to vieš?"
 "Vždy, keď sa pozriem do peňaženky,.....tajnička má 14 písmen."

Duchovné okienko

Pôstny čas a príprava na Veľkú noc

Všetci kresťania prežívajú tento čas roka ako prípravu na Veľkú noc. Táto noc je skutočne veľká a jedinečná, lebo na svitaní nedeľného rána vstal z mŕtvych – JEŽIŠ. Boh, ktorý prišiel na tento svet, poslaný svojím otcom, aby premohol smrť, tmu, hriech a každé zlo. A my si pripravujeme srdcia v tento čas, aby v nás mohol kralovať ako pravda, cesta a život. A on je svetlo, ktoré preniká tmu a v beznádeji sa rodí nádej.

V smútku radosť zo spásy, ktorú nám dáva. Odstraňuje neveru, ktorú v našich srdciach premieňa na vieru v neho. Odstraňuje nelásku a egoizmus a ponúka sa, že bude v našich srdciach panovať ako láska. Láska, ktorá sa daruje. To darovanie sa prejavuje v troch úkonoch milosrdenstva. Pripomína to aj cez svätú Faustínu.



Milosrdenstvo prejavujeme

- * skutkom
- * slovom
- * a modlitbou.

Pozvaní sme hlavne v tomto čase k modlitbe. Modlitba ako rozhovor s Bohom posilňuje naše srdcia a uspôsobuje pre pokoj a harmóniu.

Vieme, že teraz túto pomoc veľmi potrebujeme. Boh je blízko a cez modlitbu nás objíma a uisťuje o svojej pomoci. Žalm nám hovorí: „**Keď je Boh s nami, kto je proti nám?**“

Táto situácia nás pozýva, aby sme prosili o pomoc Božiu pre seba a pre našich blízkych. Život Ježiša nás učí ako máme kráčať, aby sme došli k víťaznému cieľu.

Cirkev nám ponúka množstvo prostriedkov a modlitieb. Jednou z nich je aj modlitba Krížovej cesty. Je to modlitba, v ktorej spolu s Ježišom kráčame a sme uzdravovaní. Jeho Božské rany uzdravujú ľudské rany.

V jeho pádoch aj my nachádzame svoje pády. Ale on Boh nám dáva vyslobodenie a každý pád je našim povstaním k ešte väčšej dôstojnosti života. Dostávajú sa nové duchovné šaty, ktorý žiari čistotou. Naša duša je umytá a očistená vodou z prebodnutého Ježišovho boku. Jeho krvou sme posilnení. aby sme kráčali v dôvere a v nádeji. Ježišu buď s nami, žehnaj nás a chráň. Amen.

A. Mezeyová



Jeden misionár sa spriatelil s indiánskym lovcem perál.

Strávili spolu veľa hodín rozhovormi o Bohu a o Jeho láske.

Indián nedokázal pochopiť, že niečo také vzácne ako spasenie (záchranu pre večný život v nebi) dáva Boh človeku zadarmo.

Lovec bol rozhodnutý prejsť kolenačky púť vyše tisíc kilometrov, pretože si myslel, že si tak zaistí vstupenku do neba.

Misionár sa mu snažil vysvetliť, že je nemožné kúpiť si vstupenku do neba, pretože jej cena je príliš vysoká. Pripomínal mu, že Ježiš za jeho hriechy, ale aj za hriechy každej jednej duše, ktorá kedy uzrela svetlo sveta, zaplatil svojou smrťou na kríži Golgoty.

Urobil to z lásky k nám, lebo iná cesta pre našu dokonalú záchranu a večný život v nebesiach nebola.

Skôr, než sa Indián vybral na dlhú púť, chcel venovať misionárovi najväčšiu a najdrahšiu perlu, akú mal.

Misionár mu navrhol, že mu za ňu zaplatí.

Indián sa rozčúlil a povedal, že perla zďaleka prevyšuje akúkoľvek cenu.

Jeho jediný syn totiž prišiel o život, aby ju získal.

Perla mala cenu krvi jeho syna.

Keď to vypovedal, stal sa ten zázrak, keď náhle pochopil aj to, že Boh mu ponúka spasenie ako dar, ktorý sa nedá ničím oceniť, ani zaplatiť.

Je taký vzácny, že nikto z ľudí si ho nemôže kúpiť, lebo má cenu krvi Božieho Syna.

Kúpiť si ho nemôžeme, ale úprimne prijať s veľkou vďakou a celým srdcom áno.

Ja som mala štyridsať rokov, keď som sa v mojom živote s veľkou radosťou a dôverou rozhodla vykročiť na cestu života s Pánom Ježišom.

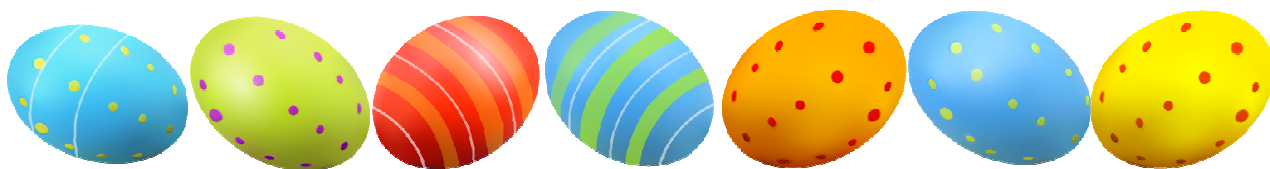
Nikdy som to rozhodnutie neoľutovala.

Odvtedy zažívam v plnosti Božiu radosť i Boží pokoj, často krát aj uprostred neradosti tohto sveta.

Ale nadovšetko som vďačná za bezpodmienečnú Božiu lásku, ktorá ma a každé po nej túžiace srdce obklopila a zaplavila ako more, keď som sa, keď sme sa pre ňu rozhodli.

S láskou a veľkou vďačnosťou sa s Vami rada podelila

Magda Peniašteková



PRIPRAVUJEME ...

Milí naši čitatelia,
za iných okolností by sme vám na tejto stránke priblížili program nasledujúcich mesiacov. Mohli by sme sa tešiť na tradičné podujatia ako oslava Dňa matiek, Športový deň, Župná olympiáda a mnohé ďalšie.

Bohužiaľ v súčasnej situácii si netrúfame robiť veľké plány, musíme byť trpezliví a počkať, ako sa situácia vyvinie.


Určite si dobre pamätáte akcie Naše mesto či Dell loves Bratislava, kedy k nám prišli dobrovoľníci a spoločne sme si pripravili program ako bol minuloročný výlet na Červený kríž či prechádzka do cukrárne a mesta. Tieto aktivity však nie sú v našej „réžii“, nevieme ovplyvniť či sa konajú budú alebo nie, či ich organizátori iba posunú alebo úplne na tento rok zrušia.

Čo vám ale môžeme sľúbiť a na čo sa všetci veľmi tešíme, je už pomaly dobre známy
Deň otvorených dverí.

Nech už nám to situácia kedykoľvek dovoľí, či v júni, či v septembri, tento rok alebo rok budúci, tak sa môžeme spoločne tešiť na kultúrne vystúpenia, občerstvenie, tvorivé dielne, prezentácie, športové aktivity, súťaže pre jednotlivcov aj rodiny a možno aj obľúbený skákací hrad pre deti.

Držme si palce, aby sa situácia ukludnila čo najskôr, aby sa život vrátil do starých koľají a mohli sme sa opätovne tešiť z počasia, aktivít, prechádzok, dobrovoľníkov a návštev, koncertov a športových podujatí.





Občianske zduženie svätého Jozefa

Väčšine z vás naše občianske združenie nemusíme predstavovať. Máme však medzi nami aj nových obyvateľov a tí možno už rozmýšľali, kto sme a čo robíme pri pohľade na nástenku vo vstupnej hale. Dovoľte nám preto sa predstaviť sa a zároveň zhrnúť touto cestou aj našu činnosť za uplynulý rok.

Občianske združenie svätého Jozefa je nepolitické, dobrovoľné, záujmové združenie občanov, ktorého cieľom je združiť občanov hlavne za účelom podpory rozvoja Domova sociálnych služieb a zariadenia pre seniorov Rača.

Náplňou občianskeho združenia je na dobrovoľnej báze hľadať financie a dobrovoľníkov pre organizovanie a realizáciu spoločenských, športových a kultúrnych podujatí pre prijímateľov sociálnej služby napr. koncerty a divadlo v priestoroch zariadenia ale aj mimo, obnova vnútorného vybavenia a zariadenia budov, úprava okolia, projekty zamerané na starostlivosť o duševné a fyzické zdravie atď.

V roku 2019 občianskeho združenia sv. Jozefa finančne podporilo a organizovalo nasledovné aktivity:

- ✓ letný pobyt seniorov v Griňave - návšteva Červeného kameňa, pekárničky v Častej, Schaubmarovho mlyna, prednáška o dravých vtákoch, výrobe medu a včelách atď.
- ✓ Deň otvorených dverí DSS a ZpS Rača
- ✓ podujatie Naše mesto – spolufinancovanie výletu na Červený kríž v spolupráci s dobrovoľníkmi z firmy Hewlett-Packard a nadácie Pontis
- ✓ nákup a osadenie cvičiacich strojov do záhrady zariadenia v spolupráci s firmou DELL a nadáciou Pontis
- ✓ spolupráca so škôlkou na projekte „Benjamín“

Partneri OZ sv. Jozefa

- ✓ Nadácie: Pontis, 12 mesačikov, Ministerstvo financií Slovenskej republiky,
- ✓ Firmy: Hewlett - Packard, Dell Slovakia, Henkel, Metro s.r.o., Deloitte, Volkswagen,
- ✓ Umelecké telesá: Zdenek Sychra, Rodostrom, Zbor sv. Teobalda
- ✓ Základná umelecká škola Eugena Suchoňa v Pezinku, Základná umelecká škola Vrbenkého v Bratislave, Základná škola Tbiliská v Bratislave, škôlka Benjamín v Pezinku

Hádanka: Sedíte v krásnom červenom Cabriolete. Pred vami je lietadlo a za vami námorná loď. Ako prestúpite z auta na lietadlo?

Riešenie: Zastavíte (TAJNIČKA)



autor: Pav©l Surovec	vlastný (skr.)	okrem iného	neúspech (hov.)	tajnička	osobitne	štýl
včelí produkt					symetrála	
nealkohol. nápoj					slečna (skr.) zverník	
	nástroj ženca	ťažký kov okovaná nádoba				
cirkulácia, obeh						
očividne (expr.)					chem. zn. astátu	popovok
predložka so 7. pádom			plúžil			
zn. abvolt			vojenská jednotka			



Už to zase začína. Medveď sa prebral zo zimného spánku a my budeme musieť celé leto počúvať čo sa mu snívало a čo to znamená...

VIANOCE V LETE

Môj najmladší syn žije na druhom konci zemegule, na Novom Zélande. Už niekoľko rokov ma pozýval na návštevu, pretože si tam založil rodinu. Veľmi som túžila vidieť syna (po 15-tich rokoch) a 6-ročného vnúčika Liama. Váhala som, či tam niekedy pôjdem, cesta je tam ďaleká a v mojom veku (seniora) som si nebola istá, či to zvládnem.

Nakoniec som sa rozhodla, že áno, pôjdem, dokážem to, aj keď pcestujem sama. Nebolo to pre mňa jednoduché, neovládam anglický jazyk a s mojou ruštinou sa asi nedorozumiem. No aj tých 10 anglických slovíčok (ktoré ovládam z televízie) mi celkom stačilo.

Presvedčila som sa o tom po ceste tam z Viedne do Tokia. V Tokiu som sa akosi stratila na obrovskom letisku Narita (mal ma čakať asistent, no nečakal). Po 3 hodinách strachu a zúfalstva (boli aj slzy) sa mi podarilo zalarmovať celé letisko a „šéfka letiska“ ma šťastne doviedla k lietadlu na Nový Zéland – do Aucklandu. Po 12 hodinách letu ma čakal znova 12 hodinový let, mala som strach. Po vystúpení z lietadla som rýchlo zabudla na všetky „útrapy“, keď som sa stretla s mojimi blízkymi.

Miliónové mesto ma „ohúrilo“ - centrum plné mrakodrapov a v okolí samé nízke drevené domčeky s bazénmi, palmami, nádherne kvitnúcimi stromami a upravenými trávnikmi. Toto mesto (100 km na šírku aj na dĺžku) je obklopené Tasmánskym morom a Pacifikom, je plné zálivov a krásnych pláží. Krásna krajina, samá zeleň, veľmi milí a priateľskí ľudia (všetkých národností), dobrí a spoľahliví susedia, ktorí sa často navštevujú a trávajú spolu víkendy – pikniky na plážach. Kriminalita je tam nulová, domy a autá sa nezamykajú.

Môj pobyt v tejto úžasnej krajine bol „spestrený“ požiarom synovho domu, 6 týždňov sme sa potulovali po známych a hoteloch, lebo sa rekonštruoval dom, do ktorého (vynoveného) sme sa vrátili deň pred Vianocami.

Môj 3 mesačný pobyt sa tak zmenil z dovolenky na putovanie po krajine Maurov. Chodili sme často na pláže, i stanovať, kúpať v mori sa ešte nedalo, v novembri a decembri boli „len 25 °C teploty“, takže moja zásoba plaviek bola zbytočná.

Nový rok sme vítali v centre mesta pri ohňostroji (bez alkoholu), bolo to veľmi pekné.

Môj vnúčik ma pilne učil anglicky, ja zase jeho slovensky, veľmi sa pri tom zabával, takže som si ho užila do sýtosti.

V januári (vrcholilo tam leto) som sa vrátila domov. Bála som sa tej dlhej cesty – 24 hodinového letu cez Čínu a Rakúsko. Prežila som to v zdraví (až na opuchnuté nohy v lietadle) a šťastná s peknými spomienkami na toto mesto a na mojich najbližších.

Budem určite spomínať na všetko pekné, čo som tam zažila. Stálo to za to.



Napísala M. Rakovská

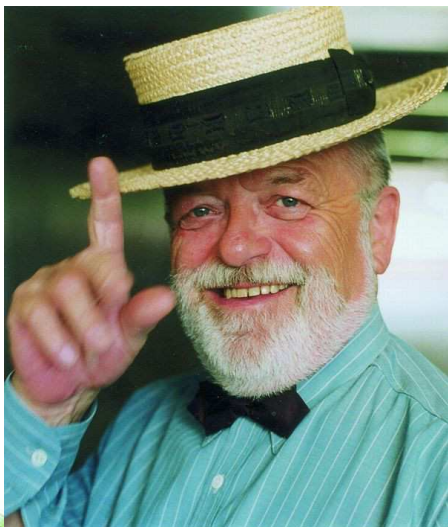


SPOMÍNAME...



V piatok 3.apríla nás vo veku 84 rokov opustil Zdeněk „Zdeno“ Sychra. Stalo sa tak iba 24 hodín po pohrebe jeho milovanej manželky pani Emílie, ktorá bola dlhoročnou obyvateľkou nášho zariadenia. Poznali sme ho nielen ako starostlivého manžela, ktorý pravidelne navštevoval svoju pani manželku a robil jej spoločnosť, ale aj ako speváka, divadelníka, kabaretiéra, ktorý naspieval viac ako 200 piesní a ktorý sa o svoju lásku k hudbe podielil aj s nami. Mnohí si ho iste pamätajú aj z minuloročného Dňa otvorených dverí či z vystúpení pri mnohých iných príležitostiach, kedy sme mali tú česť vypočuť si ho.

Narodil sa v roku 1936 v Holasiciach na Morave. Pôvodne sa vyučil za automechanika, avšak začal navštevovať brnenské konzervatórium, hrať na kontrabas, gitaru a iné nástroje a začal spievať. Štúdium nedokončil, v speve bol v podstate samouk. Počas vojenskej prezenčnej služby v Martine účinkoval v tamojšom Armádnom divadle, potom sa usadil v Bratislave. Svojím barytónom si v 60.-tych rokoch postupne našiel cestu a hral s rôznymi profesionálnymi súbormi v nočných podnikoch. Napokon prijal ponuku účinkovať s Orchestrom Juraja Velčovského, s ktorým absolvoval viacero zahraničných zájazdov. Nasledovalo aj prvé intenzívnejšie nahrávanie v rozhlase v Bratislave. Aj keď jeho rodným jazykom bola čeština, spieval po slovensky a slovenčina mu nerobila problémy. V roku 1965 prijal angažmán v legendárnom kabaretnom divadle Tatra revue, kde sa dostal na odporúčanie skladateľa Pavla Zelenaya. V Tatra revue účinkoval vo všetkých predstaveniach až do jej zániku v roku 1970. Od roku 1973 pôsobil na bratislavskej Novej scéne. Spieval aj s Dychovou hudbou bratislavskej posádky, Zlatou krídlou a mnohými ďalšími telesami, účinkoval aj na festivale Takú mi zahraj v Trenčianskych Tepliciach.



V 90. rokoch sa popularizoval svojou najúspešnejšou skladbou „Pod Akropolou“ v televíznej relácii Repete. Od roku 2007 sa stal hlavnou osobnosťou tohto programu pod vedením speváka a producenta Dr. Martina Jakubca. V rokoch 2010 - 2018 bol stálym hosťom Art Music Orchestra v spomienkovom zájazdovom programe Pocta Eve Kostolányiovej, ktorý mal aj svoju rozhlasovú verziu.

Až do svojho konca bol aktívny, brázdil Slovensko so svojím vlastným programom a priniesol tak hudbu mnohým ľuďom. My si ho budeme pamätať nielen ako výborného umelca ale aj ako človeka s dobrým srdcom a milým úsmevom.

vstúpili sme do roku, ktorý má o 1 deň viac. To je príležitosť o 1 deň viac blahorečiť Bohu za ochranu a pomoc, ktorú nám, prostredníctvom personálu tohto zariadenia, poskytuje. Vyjadrime vďaku všetkým pracovníkom tohto zariadenia za starostlivosť a námahu, ktorú nám dennodenne poskytujú. Pomáhaj im Pane, aby svojou trpezlivosťou zmierňovali naše bolesti a žiale. Nech sa cítíme spriaznení a navzájom si priali úprimnú bratskú lásku.

Niekoľko zrníek múdrosti

- Život je nádherný ako diamant, no krehký ako okenná tabuľa.
- Ak je k tebe niekto milý, buď aj ty k nemu milý, ak Ti je nepriateľom, buď k nemu spravodlivý.
- Život by bol rajom, keby všetci ľudia boli takými, za akých sa považujú.
- Nejestvuje nič skutočne cenné, čo môžeme dosiahnuť bez práce a námahy.
- Aj nekonečné more má svoje brehy – bezbrehá je len ľudská hlúposť.

Zo zásad niektorých našich dejateľov -životné kréda-

biskup Moyses – prvý predseda Matice slovenskej

Ako nad blaho môjho národa nie je mi nič vznešenejšieho, tak ani nad priazeň môjho národa nie je mi nič vyššieho.

literát Eudovít Štúr

V mladosti je učenie rytie do kameňa a v starobe písanie do piesku.

spisovateľ Janko Kráľ

Príbuzných nám dáva osud, aké šťastie, že priateľov si môžeme vyberať sami.



Zasmejme sa



Smiech je nielen tréningom našej bránice, ale aj prejavom našej pohody, spokojnosti či radosti. Niekoľko námetov na jeho podnecovanie:

- Učiteľ sa pýta malého Jožka: „Vieš prečo som ťa nazval malým hlupáčikom?“ „Áno, lebo nie som taký veľký ako vy!“



- Suseda vraví mladej matke: „Ten váš chlapec – to je celý otec!“ „Aj ja si to myslím, ale manžel ma presviedča, že sa podobá na neho.“
- Škóta zrazilo auto, vodič mu podáva 100 libier ako odškodné. Tomu sa rozžiarili oči a pýta sa ho: „Pán vodič, jazdíte tadeto často?“
- Pri cestnej kontrole sa policajt začudovane pýta vodiča: „Pre Boha, ako ste mohli taký opitý sadnúť za volant?“ „Veľmi ťažko pán policajt, ale pomohli mi kamaráti!“



Súťaž

Správne doplňte nasledujúceho príslovia:

- Komu sa nelení, tomu sa
- Kto sa chce biť – palicu
- Kam vietor – tam
- Jedlo zaháňa hlad. Učenie
- Milujúce srdce je večne

Správne odpovede vhodte do schránky podnetov na svojom poschodí do 30.4., tieto potom vyzbiera sociálna terapeutka.

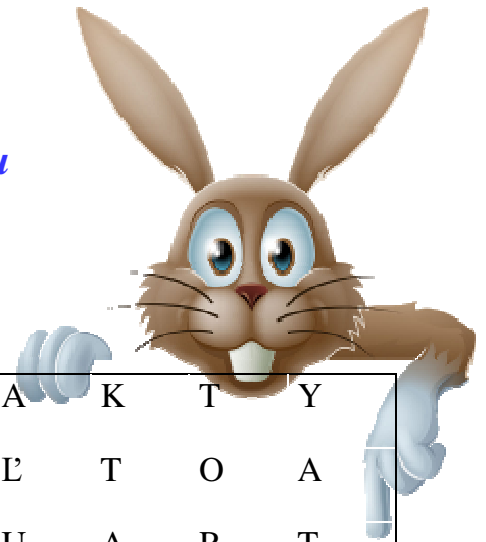
Víťaza vyžrebujeme a odmeníme, preto svoje odpovede podpíšte s uvedením mena a čísla izby!



napísal I.Kudej

- Bankovní zloději utekajú po krádeži s plnými vrecami peňazí. Polícia im je pätách.**
- Čo som hovoril?
 - vraví jeden z nich,
 - len čo máš trochu
 - peňazí, hned' ...
 - tajníčka má 14 písmen!





*Dobrá rada:
Ak chcete zdvojnásobiť cenu
svojho trabantu, ...*

(TAJNÍČKA – 14 písmen)

A	N	R	O	T	K	A	R	T	A	K	T	Y
F	M	A	S	Y	T	S	E	T	L	T	O	A
I	Y	A	E	N	N	T	A	M	U	A	R	T
R	N	G	L	K	E	K	A	A	B	U	T	A
A	A	J	E	T	L	A	J	K	A	A	A	I
T	T	A	T	R	A	B	A	N	T	T	T	C
E	E	T	O	O	T	A	T	Á	O	I	E	Í
P	T	R	U	S	K	T	R	P	M	T	K	D
A	E	P	K	K	L	I	O	O	N	A	Ú	A
T	O	L	I	A	R	R	R	T	E	N	O	R
T	R	I	E	D	A	N	I	T	U	K	E	T

autor: Pav©l Surovec

TABAK, TABUĽA,TAJGA, TAKTIKA,TAKTY, TALENT,TAPETA, TARIFA,TATÁRI,
TATRA,TEKUTINA, TELESO,TENOR, TERKA,TEROR, TESTY,TETANY, TIMOR,TITAN,
TLAMA,TOLIAR, TOPÁNKA, TOPOR, TORKA,TRADÍCIA, TRAKTOR,TRAUMA,
TRIEDA,TRIKO, TROSKA,TUKAN.



Ty si bola u kaderničky, miláčik? Veľmi ti to sluší...

Príbeh na záver



KEBY SOM MOHLA ŽIŤ ZNOVA

Prednedávnom sa ma ktosi opýtal, či by som žila inak, keby som sa znova narodila. V tej chvíli som povedala, že nie, ale potom som o tom premýšľala a...

Keby som mohla žiť znova, menej by som hovorila a viacej počúvala. Neodmietla by som pozvať priateľov na večeru, hoci mám na koberci veľkú škvrnu a vyblednutú pohovku. Jedla by som obložené chlebíky v dobre zariadenom salóniku a oveľa menej by som sa znepokojovala pre sadze z horiaceho kozuba. Našla by som si čas počúvať dedka, keď spomína na roky svojej mladosti. Nikdy by som už nechcela, aby boli okná v aute v lete zatvorené len preto, že mám práve čerstvú vodovú onduláciu. Nikdy by som nenechala roztopiť sviečku v tvare ruže, zabudnutú niekde v komore. Sama by som ju roztopila tým, že by som ju zapálila. Váľala by som sa s deťmi na lúke a nedbala by som na zelené škvrny po tráve.

Plakala a smiala by som sa menej pri televízii a viac pri sledovaní života. Viac by som sa delila s manželom o zodpovednosť. Keby som ochorela, zostala by som v posteli a nešla by som do práce s horúčkou. Svet sa predsa nezastaví, keď tam nebudem. Aj keby som nevedela, kedy sa skončí deväť mesiacov ťarchavosti, radovala by som sa z každej chvíle, lebo by som vedela, že pod srdcom mi žije niečo úžasné a že je to jedinečná príležitosť spolupracovať s Bohom na skutočnom zázraku.

Svojmu synčekovi, ktorý ma radostne bozkáva, by som nikdy nepovedala: „Dost' už, dost'. To stačí. Choď sa umyť, večera je na stole.“ Hovorila by som mu častejšie: „Mám ťa rada.“ A čo najmenej: „Je mi ľúto...“ A predovšetkým, keby som mohla začať všetko znova, využila by som každú chvíľu... brala by som ho takého, aký je... prežívala by som s ním všetko, čo prežíva on... a nedala by som ho ani za svet.

Erma Bombecková

Každá chvíľa, ktorú ti Boh dáva, je nesmierny poklad. Nepremárni ho. Nenaháňaj stále ktovie aký zajtrajšok. „Ži lepšie, ako môžeš, myslí lepšie, ako môžeš, a vydaj zo seba to najlepšie už dnes. Lebo dnešok sa čoskoro zmení na zajtrajšok a zajtrajšok sa čoskoro zmení na večnosť.“

A.P.Gouthey

Naše Noviny vydáva DSS a ZpS Rača. Redakčná rada: Ingeborg Gerzová, Anna Juricová, Eva Kovačovská, Teodor Žatko. Grafická úprava textu: Mgr. Zuzana Koníková. Redakcia si vyhradzuje právo upraviť príspevky podľa potreby tak, aby sa nezmenil ich význam