



Clementia News

Ročník 5

číslo 1

Marec 2024



...zo života v Centre sociálnych služieb Clementia...



. 3 .

Na slovíčko prosím
Prihovori sa riaditeľka
CSS Clementia Ličartovce
Mgr. Agáta Nirodová.

. 6 .

Fašiangy

Programom „S fašiangami
k Vám“ sme priblížili
atmosféru fašiangových
sprievodov a najznámejšieho
zvyku – Obchádzky.



. 10 .

Jarný výsev
Po dlhých zimných večeroch
nám trochu námahy v záhrade
prospelo a popreťahovalo
zhrdzavené kosti.



. 28 .

Tripolitana – Návšteva Krajského múzea v Prešove

K cestovaniu
neodmysliteľne patrí
nielen spoznávanie
krajiny, ale i návšteva
prírodných či kultúrnych
pamiatok.



. 42 .

Vianoce a naše tradície
Prekvapením boli žienky
z folklórneho súboru Drienka
z Drienova, ktorého členkou je aj
naša vedúca Ľudka.



. 46 .

PodĎakovanie spoločnosti HORNBACH

Podaná pomocná ruka v
materiálnej podobe je pre nás
pomocou pri skvalitňovaní
voľnočasových aktivít
prijímateľov v našom zariadení
a skrášľovaní prostredia nášho
centrá.



OBSAH

NA SLOVÍČKO PROSÍM

- 3 Prihovor riaditeľky CSS Clementia

CLEMENTIA NEWS

- 4 Arteterapia naživo
6 Fašiangy
8 Netradičné varenie v prírode
10 Jarný výsev
12 Magický Ľadový dóm
14 Výstava autorky Márie Cingelovej
16 Krížová cesta so sv. Ján Mária Vianney

„TÚLAVÉ NOHY“

- 18 Na Obišovskom hrade
20 Spoznávanie dedín – KYSÁK
24 Putovanie krajským mestom – KOŠICE
26 Tripolitána – Návšteva Krajského múzea
v Prešove
28 Túlavé putovanie po dedine Lemešany

BYLINKÁRIUM

- 32 Púpava lekárska
33 Kostihoj a jeho príbuzný

POINT

- 34 Ako sa oslavuje Veľká noc u nás a vo svete

DOBRÁ RADA Z PORADNE

- 36 Emócie a inteligencia

VARÍME A PEČIEME S PRIJÍMATEĽMI

- 38 Cesnakový trhací chlebič

Z KUCHYNE NA STÔL

- 40 Tradičná slovenská zabljačka

ETICKÁ KOMISIA

- 42 19. marec Svetový deň sociálnej práce

PELE-MELE

- 44 Poďakovanie spoločnosti HORNBACH
45 Návšteva skalného mesta Petra v Jordánsku
46 Posedenie pri bylinkovom čaji
47 Práca lieči

ČO NEBOLO V PREDCHÁDZAJÚCOM ČÍSLE

- 48 Vianoce a naše tradície

NAŠI OSLÁVENCI

- 50 Oslávenci v mesiacoch január, február a marec

Milí čitatelia a priaznivci Clementie,

tohtoročný prvý štvrťrok končí 31. marcom, teda veľkonočnou nedeľou, ktorá je pre všetkých kresťanov radostným sviatkom zmŕtvychvstania Ježiša Krista. Tento najstarší a najväčší sviatok sa slávi v prvú jarnú nedeľu po splne mesiaca a oslavujú ho nielen v cirkevnom prostredí, ale aj mimo neho, kedy ľudia slávia Veľkú noc rôznymi tradíciami.

Veľkej noci predchádzali fašiangy, ktoré predznamenávali očakávaný pôst, takže ľudia hodovali, robili zabíjačky, veselice a dokonca obdobie fašiangov sa spájalo aj s rôznymi obchôdzkami v maskách, ktoré slúžili na privolanie jari, hlavne magickými spôsobmi.



V Clementii sme prežili tento štvrťrok taktiež rôznorodo, a to duchovne, tradične, ale aj oslavne a radostne, čo zistíte aj na jednotlivých stránkach tohto časopisu, zároveň prichádzajúca jar nás čoraz častejšie vytiahla mimo CSS za novým poznaním..., lebo:

„Najvyššou úlohou nie je teoretické poznanie, ale praktické umenie žiť.“ — Sókratés

Periodicita striedania ročných období je nemenná, napriek tomu mnohých fascinuje, keď žezlo vládnutia prevezme jar, ktorá má zázračnú moc v prebúdzaní prírody. So slnečnými lúčmi, ktoré sa odrážajú v čistých odtieňoch zelenej, zrazu pribudne ohňostroj farieb, ktorý spolu s Veľkou nocou prináša čerstvý optimizmus, radosť a harmóniu.

Žijeme v „zvláštnej“ a hlavne hektickej dobe, teda využime obdobie veľkonočných sviatkov na nabratie novej energie a entuziazmu pre ďalšie obdobie.

„Prajem Vám radostné prežitie veľkonočných sviatkov. Nech váš dom je plný pokoja, stôl hýri hojnosťou a srdcia blízkych sú naplnené láskou a porozumením.“

*Mgr. Agáta Nirodová
riaditeľka CSS Clementia*

Arteterapia naživo



Rodinný domček uprostred malebnej dedinky Zdobá blízko Košíc, ktorý sa od ostatných domov líši farebnými obrazcami na omietke celého domu je „Maják n.o.“. Toto špecializované zariadenie sme navštívili dňa 13.02.2024. Zariadenie sa špecializuje pre hluchoslepých prijímateľov s celoročnou pobytovou službou.

Hluchoslepota je kombinované postihnutie zraku a sluchu, ktoré spôsobuje extrémne ťažkosti v oblasti výchovy a vzdelávania, v pracovnom a spoločenskom živote, v mobilita a v prístupe k informáciám.

Našu návštevu sprostredkovala konzultantka Mg. Jana Beťková v rámci Národného projektu deinštitucionalizácie, ako doplnkovú vzdelávaciu aktivitu. Exkurzie sa zúčastnila riaditeľka Mgr. Nírodová Agáta, štyria zamestnanci a dve prijímateľky sociálnej služby nášho Centra sociálnych služieb v Ličartovciach. Riaditeľka zariadenia „Maják n. o.“ Mgr. Henrieta Heidecker nás informovala o histórii neziskovej organizácie, fungovaní a činnostiach, ktoré sa u nich realizujú. Navzájom sme si rozhovormi vymenili skúsenosti. Nasledovala prehliadka priestorov celého zariadenia, ktoré je zaujímavo a vkusne riešené. Je to zariadenie rodinného typu, kde si všetci nažívajú ako jedna rodina.



Hlavným cieľom návštevy bola arteterapia, ktorú realizujú v novopostavenom ateliéri. Naše prijímateľky sociálnej služby z kreatívneho klubu Evička a Darinka sa zapojili do aktivity maľovania obrazov s dvoma prijímateľmi sociálnej služby „Majáku“ Peťom a Peťom, ktorí práve pracovali na svojich výtvarných dielach. Dni tam ubiehajú tak, aby naplňali život ich obyvateľov, rozvíjali ich zručnosti, schopnosti, návyky, ale aj vedomosti a vzájomné vzťahy. Pekný vzťah majú klienti s ergoterapeutom, výtvarníkom a slobodne tvoriacim umelcom Helmutom Bistikom, ktorý sa im venuje v už spomínanom výtvarnom ateliéri. Preniká do duše každého jednotlivca. Pracujú so štetcami a farbami, vytvárajú abstraktné diela aj veľkých formátov a tým sa tiež stávajú umelcami. Majú originálne pomalované svoje izby, chodby, a všade po stenách je vidieť obrazy. Je to určite zaujímavá, veľmi ťažká a obdivuhodná práca.



V našom zariadení máme dielne a kluby, kde prijímatelia tiež zmysluplne využívajú svoj voľný čas. Chceme sa pochváliť a ukázať, čo sme vytvorili. Preto, na záver, sme samozrejme všetkých z „Majáku“ srdečne pozvali na návštevu k nám do Centra sociálnych služieb Clementia a tešíme sa na naše milé stretnutie.

*Mgr. Gabriela Slezáková
Lucia Vicová*



Fašiangy

V čase fašiangov sa na mnohých miestach konajú fašiangové slávnosti, plesy, zábavy, a nie je to inak ani u nás. Spomínané fašiangové obdobie má veľké čaro. Tohto roku sme obveselili našich prijímateľov Fašiangovou slávnosťou, ktorú si pre nás pripravili členovia hudobno-dramatického súboru RADOSŤ. Programom „S fašiangami k Vám“ sme priblížili atmosféru fašiangových sprievodov a najznámejšieho zvyku – Obchôdzky, ktoré sa konali, a dodnes sa konajú v mnohých regiónoch na Slovensku.



Zaujímavosťou z obchôdzok bol fakt, že dom, ktorý fašiangový sprievod – fašiangová chasa nenavštívila, zostal vo veľkej hanbe. Sme radi, že Centrum sociálnych služieb Clementia v hanbe neostalo a fašiangová chasa navštívila aj nás...



Atmosféru fašiangového dňa ešte umocnila pestrá výzdoba našej jedálne a slávnostne vyzdobené stoly s výborným fašiangovým obedom, a to zabíjačkový tanier a šišky.

Ďakujeme členom hudobno-dramatického súboru RADOSTĚ za ich odhodlanie a chuť stále niečo tvoriť, čím prinášajú dobrú náladu a radosť do života iným. Ďakujeme všetkým zapojeným kolegom a kolegynkám za pomoc pri príprave programu.



„Žičíme vám lásky veľo, božeho požehnaňa a nadôvažek i takého, by sce nemali bugil'ára prázdneho a žeby še ušlo i nám daco z neho..."

„...teraz sa budeme štyridsať dní postiť a na sviatky jari môžeme sa opäť zabávať a hostiť.“

Jana Tomášová

Netradičné varenie v prírode



Tohoročnú sezónu varenia v prírode náš Klub labužníkov a kulinárov (KLK) začal už vo februári. Členovia KLK si pod Obišovským hradom pripravili výbornú fazuľovú polievku s údeninou.



Počas varenia sa prijímatelia zapojili do dobrovoľníckej akcie pri oprave prístrešku pod Obišovským hradom, ktorú organizovalo Dobrovoľnícke centrum košického kraja (DCKK). Tím dobrovoľníkov DCKK uvítal našu pomoc a veľmi ochotne sme sa zapojili do tejto akcie.



Veríme, že už čoskoro budeme variť pod vynoveným prístreškom pod Obišovským hradom.



*Marek Fertál'
Zuzana Slobodníková
Mgr. Miriam Lipková*



Tak ako to býva na jar, aj tentokrát sme sa vybrali na poličko v našej záhrade. Všetci členovia klubu zelených sme sa stretli v spoločenskej miestnosti a zopakovali si plán na tento rok.



Keďže sme si poličko pripravili už v jeseni, o to ľahšie sa nám spracovávala pôda na výsev skorých plodín. Počasie nám prialo v tento deň a prispelo k dobrej nálade krásnym slniečkom, tak sme sa s veľkým elánom pustili do práce. Prijímatelia sociálnej služby rozhrabovali zeminu, ďalší vyberali koreňky buriny, vyrovnávali hriadky, a tak sme postupovali a striedali sa, kým nebolo všetko hotové. Po dlhých zimných večeroch nám trochu námahy v záhrade prospelo a popreťahovali stuhnuté kosti.





Popri práci sme sa porozprávali o činnostiach v našom zariadení, o pestovaní rôznych plodín a samozrejme sme si aj trochu zažartovali, aby nám práca lepšie ubiehala. Po prvýkrát sme sa rozhodli tohto roku na malom kúsku nášho políčka vysiať pár semienok maku, aby sme trochu odbremenili pôdu od stonkovej a koreňovej zeleniny. Po dobre vykonanej práci sme si povedali: „Uff, stálo to za tú námahu“.



S dobrým pocitom sme sa odobrali naspäť do spoločenskej miestnosti, kde ešte doznievala dobrá nálada. Neskôr, počas leta, nás ešte čaká starostlivosť o zasiaty mak a už teraz sa tešíme na bohatú úrodu, aby sme si mohli upiecť chutný makový koláč, na ktorý Vás už v predstihu pozývame.

Jozef Kriššák



Magický Ľadový dóm



Dňa 29.02.2024 sme navštívili v rámci Turistického klubu Ľadový dóm na Hrebienku, ktorý patrí k najnavštevovanejšej atrakcii Vysokých Tatier. Jeho magickú atmosféru sa odhodlalo vidieť šesť prijímateľov.





Na Hrebienok sme sa pohodlne dopravili pozemnou lanovkou z Starého Smokovca. Tento rok interiér Ľadového domu zdobila monumentálna stavba z Londýna – Westminsterské opátstvo, ako pocta k 15. výročiu návštevy kráľovnej Alžbety II. na Slovensku. Krása z ktorej mrazí. Je to jediná atrakcia Vysokých Tatier pri ktorej sa návštevníci chodia zohriať von, čo postretlo aj nášho Jožka Suchého.



Cestou späť sme zašli na obed do reštaurácie v meste Poprad, kde sme si pochutnali na tradičnej slovenskej kuchyni.

Cieľom výletu bolo zlepšenie kvality života našich prijímateľov, pretože prispel k zlepšeniu zdravotnej kondície, rozvoju tolerance, porozumenia a predovšetkým k zmene zaužívaných stereotypov.



Mgr. Peter Červeňák
Mgr. Tomáš Chripák
Mgr. Branislav Brunner

Výstava autorky Márie Cingelovej



Na internete som si všimla, že jedna moja známa výtvarníčka, bude vystavovať svoje diela v Prešove, a pretože som Prešovčanka, nenechala som si takú príležitosť ujsť. Bola som si výstavu pozrieť a bola som veľmi milo prekvapená umením pani Márie Cingelovej. Rozhodla som sa o svoje umelecké dojmy podeliť s prijímateľmi sociálnych služieb Clementia, pozvala som ich tiež. Tak sme sa dňa 18.03.2024 s členmi kreatívneho klubu pobrali z Ličartoviec.





Výstava sa nachádzala v priestoroch budovy Zväzu Rusínov - Ukrajincov SR, v Prešove, ul. Janka Borodáča č.5. Pán Laco Cupák, člen zväzu Rusínov a Ukrajincov nám sprístupnil galériu a povedal nám na úvod viac slov o autorke výstavy.



Mária Cingelová pochádza z Uliča. Žije v Bardejove. Kresleniu sa venuje od detstva. Študovala kresbu v Taliansku, vo Florencii, kde žila 17 rokov. Vystavovala viackrát na Slovensku aj vo svete. Jej kresby, olejomaľby suchým pastelom na kartóne, aj na dreve. Sú jedinečné svojim štýlom, farebnosťou a jemným výrazom. V jej tvorbe prevládajú portréty, no maľuje aj kvety a zátišia. Autorka je nielen maliarkou, ale aj psychológom duše tých, ktorých maľuje. Vidí nielen tvár a vlasy, postavy, ale vidí ľudom do duše, vstupuje do ich životov, prežíva ich radosti aj utrpenia. Je nesmierne empatická, vnímavá a citlivá, preto sú jej práce také neopakovateľné a jedinečné.



Naším prijímateľom sa tiež veľmi páčili. Zaujali ich portréty rôznych žien, v náručí s deťmi, alebo starenky a starcov, mužov s osudmi v rôznych etapách svojho života majstrovsky zachytené. Prehliadka výtvarných prác v našich prijímateľoch zanechala silné nezabudnuteľné dojmy a obdivovali umenie autorky. Boli prekvapení, dojatí a plní nových inšpirácií. V najbližšom čase sa pustíme do práce v našom kreatívnom klube, aby sme objavili aj medzi našimi prijímateľmi skryté talenty a mohli sa prezentovať.

Lucia Vicová



Krížová cesta so sv. Ján Mária Vianney

Pôstne obdobie je časom stíšenia, zamýšľania sa nad svojim životom, no nie je to čas na smútok, ale skôr uvedomenie si cesty, ktorou kráčame a zároveň skúmaním jej smerovania. Kompasom na našom pozemskom putovaní je aj modlitba krížovej cesty.

Členovia hudobno-dramatického klubu „RADOSŤ“ spolu s členmi Duchovného spoločenstva „CESTA“ pripravili počas pôstneho obdobia Krížovú cestu, aby v CSS duchovne putovali na Golgotu spolu s Kristom, ktorý nás svojou smrťou vykúpil. Svoj duchovný život sme obohatili pôstnou piesňou i spoločným prednesom modlitby krížovej cesty, do ktorej boli zapojení prijímatelia spolu so zamestnancami zariadenia. Sme radi, že na tejto ceste nás sprevádzala aj naša vedúca úseku starostlivosti o klienta.

Krížovou cestou nás doprevádzal sv. Ján Mária Vianney, ktorého myšlienky v jednotlivých zastaveniach nás veľmi oslovili:

1. „Súkromné modlitby sa podobajú slame rozhádzanej na poli. Keď sa samotná slama zapáli, plameň je slabý. Ak však zozbierame slamu do snopov, oheň je jasný a stúpa vznešene k nebesiam. Taká je spoločná modlitba.“

2. „Trpieť s láskou, znamená už netrpieť.“ – Učí nás prijímať krivdu s trpezlivosťou a využiť ju pre svoj vnútorný rast.



3. Sv. J. M. Vianney nás povzbudzuje k neseniu denných krížov, tak ako Kristus niesol naše hriechy na kríži – s láskou. Nabáda nás, aby sme sa nespoliehali na svoje sily, svoj mobil či eurá...prvé miesto v našom živote patrí Ježišovi.

4. Často berieme Boha ako automat. Vhodíme Otčenáš a čakáme na zázraky... A keď to tak nefunguje, tak po automate búchame, možno i kopeme a potom sa od Boha obrátime. Sv. Ján Mária Vianney nás povzbudzuje k razeniu si cestu do budúcnosti zbraňami lásky, modlitby a pôstu.

5. Pre Arského farára bola posilou Panna Mária. Bola pre neho autoritou. My sa niekedy búrime proti autorite, nerešpektujeme nadriadených či ľudí, ktorí sa nám snažia pomôcť. Neodmietajme pomoc od druhých!

6. „Ak budete žiť v hriešnych závislostiach dlhú dobu, nebudete sa môcť z tohto stavu vymaniť vlastnými silami.“ Boh nám chce pomôcť niest' náš každodenný kríž. Je len na nás, či mu to dovoľíme aj v tejto dobe, kedy nám média mnohé hriechy ukazujú ako samozrejmosť.

7. Často počujeme o náhlej smrti našich rovesníkov, ba i mladších. Nemyslíme na večnosť a chceme si len užívať. No záleží len na nás v akom stave bude naša duša pri odchode z tohto sveta.

8. „Je vždy lepšie konať skutky kajúcnosti tu a teraz, ako znášať tresty v budúcom živote.“ Nemáme radi napomenutia, väčšinou sa nám zdá, že aj tak my sami vieme všetko najlepšie. Ale je to správne?

9. Čím bol sv. Ján starší, tým častejšie opakoval, začínal i končil svoje príhovory slovami: „Deti moje, milujte dobrého Boha.... Je taký dobrý.... Veľmi Ho milujte!“ Kto miluje viac ako Ten, kto položí svoj život za ten Tvoj...?

10. Umŕtvuj svoj sluch, vyhýbaj sa nepotrebným rozhovorom, nemravným piesňam, počúvaniu vulgarizmov a osočovania. Nebuď až natoľko zvedavý, aby si musel vedieť o všetkom, čo hovoria a robia iní! Zachovajme si čisté a láskavé srdce.

11. O svoje telo sa vzorne staráme, záleží nám na účese, oblečení, výzore. No záleží nám rovnako i na vlastnej duši?

12. Učme sa obetovať Bohu všetko, čo máme, ba i naše slabé stránky.

13. „Muchy nesadajú na vriacu vodu, padajú len do studenej alebo vlažnej vody.“ Ak v našom srdci bude vrieť láska k Bohu, potom sa nemusíme báť, žeby nás otravovali nejaké muchy roztržitosti.

14. Nezabúdajme na najväčšiu udalosť celých dejín: On vstal zmŕtvych! Naozaj vstal! Arský farár sa počas svojich kázni často obracal k Bohostánku a so zápalom zdôrazňoval: „On je tam.“

Cesta Božieho Syna na Golgotu je našou nádejou na večný život. Uvedomuješ si svoje chyby, berieš ich, priznáš si ich sám pred sebou a bojuješ s nimi... až do konca svojho pozemského života. Uvedomuješ si svoju malosť a pomínavosť, si pripútaný k Bohu, si s Ním spojený...no ak by Kristus nevstal z mŕtvych, všetko by bolo zbytočné...

Vďaka Ti, Pane, že si nám dal svätú spoveď. Nedopušť, aby Tvoja svätá krv bola za nás vyliata zbytočne a cena Tvojej smrti bola pre nás stratená.





Na Obišovskom hrade

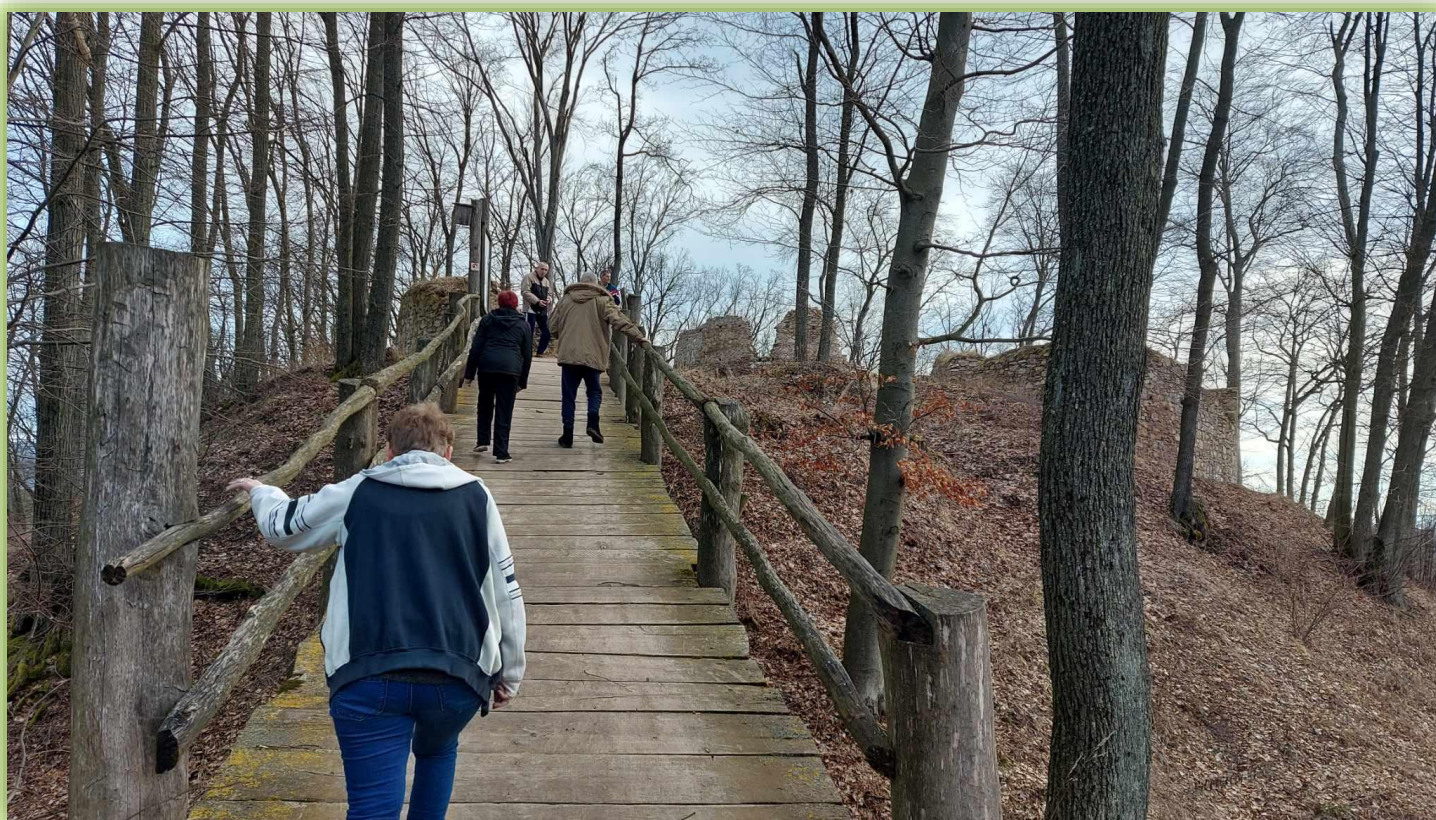
Po tmavých zimných dňoch nám začínajú dlhšie, teplejšie dni a to nás motivuje k novým nápadom, kam sa pôjdeme túlať. Začiatok februára a v ňom príjemný teplý deň sme sa rozhodli, že sa len tak prejdeme po okolí niekde v prírode. Nemali sme presne stanovený cieľ a nevedeli sme, ako je na tom naša kondička. Jednoducho sme išli, kam nás nohy zaviedli. Počasie bolo príjemné, teplé a naše túlavé nohy nás nasmerovali na lúky, čo sú nad našim zariadením.

I keď všetko vyzeralo dokonale, malo to jeden celkom vtipný problém. Dostali sme sa totiž do situácie, kde sa nám všetkým začali nohy rozchádzať. Ocitli sme sa totižto pod lesom a keďže tam sa ešte nedostali lúče slnka, tak bola zem úplne premočená, všade samé blato. Stáli sme pred otázkou či sa vrátiť, alebo sa zaboriť po členky do blata a prejsť túto prekážku. Keďže naši prijímatelia sú evidentne dobrodruhovia, tak sa všetci zhodli na tom, že to nejako spolu zvládneme. A tak sme sa všetci pochytili za ruky ako húsenica a jeden druhého sme ťahali von z tohto bahenného kúpeľa smerom do lesa. Pohľad na nás musel byť určite komický, no zároveň sa ukázala naša súdržnosť a empatia, pomôcť jeden druhému. Trocha sme túto našu situáciu predýchali a v tom sa ozval jeden z našich prijímateľov: „Odtiaľto sa už dostaneme na Obišovský hrad!“





Zhodli sme sa na tom spoločne, že už keď máme takto zablatené topánky, tak nech to stojí za to. A tak sme pokračovali, rozprávali sa, sem tam zastavili a pokochali sa výhľadom, počkali na tých, čo si potrebovali trocha oddýchnuť.



Ani sme sa nenazdali a boli sme na Obišovskom hrade. Cestou späť sme už vedeli, čo nás čaká, a tak sme si všetci zobrali halúzku a ňou sme si po návrate k nášmu zariadeniu ešte von očistili topánky od blata. Smiali sme sa pri tom, že keby sme toto priniesli do vnútra, tak by sme v tom bahennom nánose mohli sadiť zemiaky. Aj také vtipné vie byť naše túlanie sa. Nie vždy treba mať jasný cieľ. Niekedy je fajn sa len tak vybrať na vychádzku, užít si daný moment a nechať naše nohy len tak ísť, kam nás zavedú.

*Linda Varadyová
Mgr. Marek Hanudel'*

Spoznávanie dedín Kysak



Drahí naši čitatelia a priatelia klubu „Túlavé nohy“. V dnešnom okienku Vás zavedieme do neďalekej obce Kysak, kde sme nasmerovali naše kroky a vydali sa za spoznávaním dedín... Z nášho CSS sme vyrazili smerom na stanicu a využili železničnú dopravu SR, ktorou sme sa presunuli do spomínanej dedinky. Keďže sme vystupovali na druhej zastávke, cesta nám ubehla veľmi rýchlo. Len čo sme vystúpili, naši cestovatelia nás zasypali otázkami : „Čo tu budeme robiť?, Kam ideme?“... Po objasnení otázok sme sa vydali smerom ku vztýčenej veži rímsko-katolíckeho kostola sv. Kataríny Alexandrijskej, ktorú bolo vidieť už z vlaku. Po ceste sme si cibrili pamäť a orientáciu v cudzom prostredí, kochali sa okolitou prírodou a pohľadmi na rozmanité domy so záhradami.



Po zdolaní nemalého kopca sa pred nami objavili tri kostoly. Z jednej strany evanjelický kostol vedľa neho nový rímskokatolícky kostol, ktorý bol postavený ako posledný a najstarší rímsko-katolícky kostol z 13. storočia. Prekvapením bola pani kostolníčka, ktorá nás s úsmevom na perách vyčkávala. Prehodili sme pár slov a za malú chvíľku sme sa ocitli v interiéri najmladšieho kostola, ktorý bol dostavaný v roku 2008 a ktorý sa v súčasnosti využíva na bohoslužobné účely.

Tento kostol má tvar amfiteátra. Samotná stavba pozostáva s presbytéria, ktoré sa od veľkého kríža rozširuje do stúpajúceho priestoru, takže každá rada lavíc je na vyvýšenom stupni. Po obvode chóru sú umiestnené drevené plastiky s vyobrazeniami zastavení krížovej cesty Pána Ježiša.

Naši nadšenci píšťalových orgánov nezabudli ani na návštevu chóru, kde sa tento píšťalový nástroj nachádzal.



Neodmysliteľnou súčasťou kostola je socha sv. Kataríny Alexandrijskej-mučeníčky, ktorej je tento kostol zasvätený. V pravej ruke drží meč a v ľavej polámané koleso. Práve tie symbolizujú akou smrťou zomrela.

Bola neobyčajne krásnou a vzdelanou dcérou kráľa Kosta, narodila sa koncom 3.storočia v egyptskej Alexandrii. Zlom v jej živote nastal po stretnutí s pustovníkom, ktorý jej rozprával o Ježišovi Kristovi. Vtedy pochopila, že jej symbolickým ženíchom bude Ježiš Kristus, a nie syn cisára Maximina, s ktorým ju tajne zasnúbila jej matka bez Kataríninho vedomia. Po Kataríninom krste sa v Alexandrii slávila obeta ku cti pohanských modiel. Aj Katarínu vyzvali, aby sa tejto obety zúčastnila, tá tam však šla iba preto, aby vysvetlila cisárovi Maximinovi, že pohanskí bohovia sú modly. Mimoriadnou výrečnosťou sa jej podarilo dostať cisára do úzkych a následne aj obrátiť na kresťanstvo 50 najlepších filozofov, ktorí ju mali pôvodne usvedčiť z omylov. Zúriaci cisár Maximinus dal všetkých upáliť na hranici. Katarína podstúpila kruté mučenie, lámali ju na kolese obitom klincami, ktoré sa však polámalo, (preto sa znázorňuje so zlomeným kolesom). Cisár Maximinus, zdesený jej zázrakmi, ju dal napokon sťat' mečom, s ktorým sa sv. Katarína tiež zobrazuje.

Je patrónkou dievčat, panien, manželiek, teológov, filozofov a všetkých povolání majúcich do činenia s kolesom alebo nožom – napr. hrnčiarov, mlynárov, kníhtlačiarov, obuvníkov...





Po obhliadke nového kostola sme sa presunuli do najstaršieho kostola z 13. storočia, ktorý je zasvätený taktiež sv. Kataríne Alexandrijskej. Je to jednolodový kostolík s kvadratickým presbytérium bez veže, dlhý 21 m a široký 9 m. Interiér nás na prvý pohľad až tak neuchvátil, no keď sme vošli do stredu chrámu, dýchla na nás história. Koncom roku 2012 sa v ňom realizovali práce na odvodnení obvodových múrov spojené s menším archeologickým výskumom. V roku 2013 sa realizoval reštaurátorský výskum, ktorý priniesol objav gotických nástenných malieb. Nájdeme tu napríklad sv. Juraja, viacero svätcov či svätíc. V interiéri sa nachádza kamenná krstiteľnica (zrejme pôvodná).



V kostolíku sa ukrýva najstarší datovaný zvon na Slovensku z roku 1375.

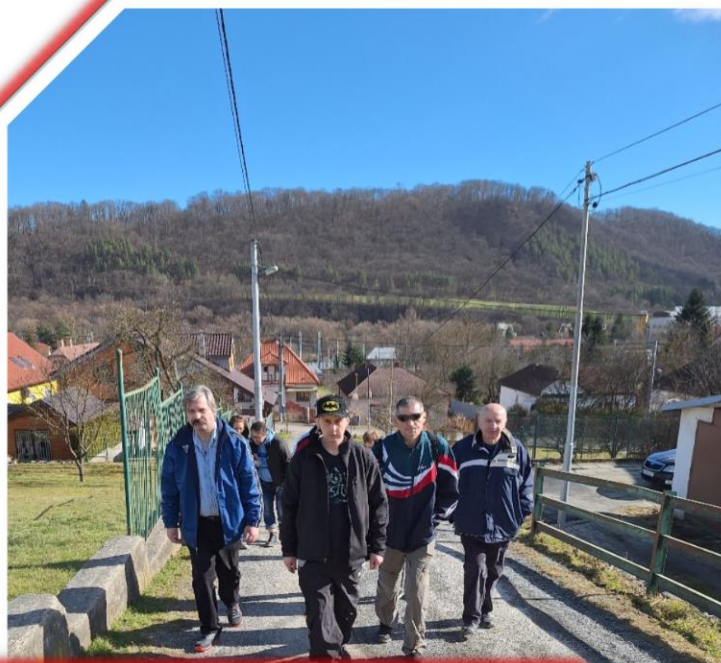
Dvere sakristie majú byť zo 17. storočia. Zachovala sa na nich aj stará maľba.

Tento kostolík sa v súčasnosti nevyužíva.



Po duchovnom a historickom obohatení sme sa poďakovali a rozlúčili s pani kostolníčkou a vyrazili do kysackých ulíc.

Obzreli sme si Obecný úrad, Základnú školu a poslednou zastávkou bola návšteva Zdravotného strediska v Kysaku, kde bol od roku 2017 zriadený Denný stacionár sv. Martina pre seniorov. Veľmi úprimne nás privítali zamestnanci tohto zariadenia spolu so seniormi, ktorí nás už vyčkávali. Sme radi, že si naši prijímatelia rozšírili poznatky a mali kontakt s iným druhom poskytovanej sociálnej starostlivosti ako je DSS.



Boli oboznámení ako funguje Denný stacionár a zároveň nadviazali nové kontakty. Pracovníci Denného stacionára nám pripravili malé sladké cukrovinky a chutný čaj, ktorý nás výborne zahrial. Po zaujímavých rozhovoroch a vzájomnom zdieľaní fungovania zariadení nás naše túlavé nohy niesli späť na železničnú stanicu, kde sme ukončili prehliadku Kysaku a dopravili sa železničnou dopravou bezpečne domov.

Naša veľká vďaka patrí Dennému stacionáru sv. Martina v Kysaku, ktorého pracovníci a klientky nám svojim prijatím a milým prístupom spríjemnili deň.

*Jana Tomášová
Linda Varadyová
Mgr. Marek Hanudel'*

Putovanie po krajskom meste



Rozhodli sme sa z klubu Túlavé nohy navštíviť mesto Košice. Naši prijímatelia sa už nevedeli dočkať a našou úlohou bolo, aby sme im to, samozrejme, umožnili. Vybrali sme sa vlakom, ktorý nám ide priamo od nášho zariadenia Clementia Ličartovce až do Košíc.

Keď sme vystúpili z vlaku, tak sme sa vybrali do mesta cez mestský park. Je to mimochodom najväčší verejný park v Košiciach. Hlavná parková promenáda spája historické centrum mesta Košice so železnicou. Pre nás to bola príjemná prechádzka, ktorou sme sa postupne dostali do centra mesta.

Tam už na nás čakali tie najvýznamnejšie stavby a pýcha Košíc. Štátne divadlo a Dom sv. Alžbety sú najvyhládavanejšie kultúrne pamiatky pre turistov z celého sveta. Štátne divadlo bolo postavené v roku 1897-1899 v novobarokovom slohu. Budovu sme si pozreli z každej strany. Bolo na nej čo obdivovať.

Naše kroky ďalej smerovali ku Dómu svätej Alžbety. Je to najväčší kostol na Slovensku. Z architektonickej stránky je najvýchodnejšou stavebnou pamiatkou svojho druhu v európskom meradle a v slovenskom meradle mu patrí prvenstvo. Výstavba sa realizovala pod kráľovským dozorom v niekoľkých etapách od roku 1380 a možno povedať, že dodnes nie je ukončená. Najzaujímavejší na kostole je stredoveký chrlič vody v juhozápadnom rohu. Má podobu ženy, ktorá pravdepodobne znázorňuje manželku staviteľa Štefana. Touto formou ju vraj majster potrestal za nadmerné pitie vína. Každopádne je táto stavba veľmi zaujímavá z každej strany. Je na nej toľko zaujímavostí a nehovoriac o tom, aké krásy sú vo vnútri kostola.





Pri kostole sme si pozreli aj Urbanovu vežu. Vo zvonici bol kedysi umiestnený zvon sv. Urbana. Tento zvon bol svojimi rozmermi jedinečné dielo zvonolejárskeho umenia. Je umiestnený vedľa kostola a naši prijímatelia sa s ním chceli odfotiť. Na fotografií je vidieť tú jeho veľkosť pri človeku. Ďalej sme pokračovali v obdivovaní pamiatok a išli sme si pozrieť Morový stĺp. Je to pamiatka na mor, ktorý zasiahol Košice v čase 1709 -1710.



Čas išiel a my sme mali chuť na niečo malé a tak sme sa rozhodli, že si pôjdeme na niečom pochutnať. Prešli sme celú hlavnú promenádu a zašli sme do obchodného centra Aupark. Tam sme navštívili rýchle občerstvenie a dali sme si hranolky. Tie nás tak akurát zasýtili, nakoľko v zariadení nás už čakal obed. Pokračovali sme na vlakovú stanicu. Nohy sme mali schodené, ale stálo to za to. Za tak krátky čas sme toho videli naozaj dosť. Sú isté momenty, ktoré nás mrzia, ako napríklad fontána, ktorá sa momentálne rekonštruovala. Všetko zlé je na niečo dobré a to nám dáva ďalší dôvod, prečo sa do Košíc ešte určite vrátíme.

Linda Varadyová
Jana Tomášová
Mgr. Marek Hanudel'

Tripolitana



Návšteva Krajského múzea v Prešove

K cestovaniu neodmysliteľne patrí nielen spoznávanie krajiny, ale i návšteva prírodných či kultúrnych pamiatok. No a akí by sme boli cestovatelia, keby sme si na takú návštevu nezašli?! Návšteva Krajského múzea v Prešove bola vynikajúcou príležitosťou rozšíriť si obzory a vedomosti. Veď približujú život našich predkov, ponúkajú možnosť vidieť exponáty z dávnej minulosti, ktoré niekto, kto tu žil pred nami, používal. Prihovárajú sa svojim vekom, ale i svojou formou či dizajnom.



Tam si človek uvedomí rozdiel medzi dnešnou dobou, ktorá dáva do popredia rýchlosť a praktickosť, a minulosťou, ktorá nebola taká uponáhľaná a stresujúca. Tam si uvedomíte, aké vymoženosti, ktoré berieme ako samozrejmosť, máme doma, od vodovodného kohútika, chladničky, umývačky riadu, elektrických rúr či plynových sporákov. No všetko má svoje klady i zápory.

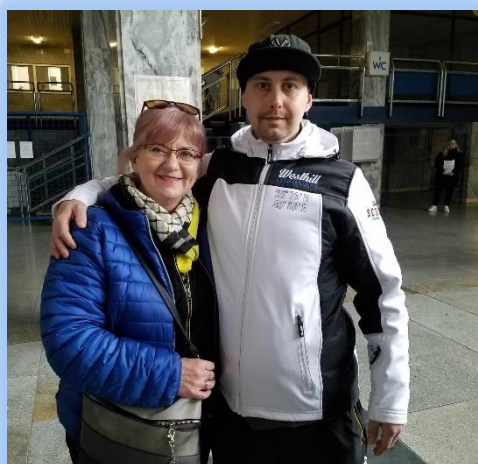


V expozícii na prízemí nás čakala výstava hasičskej techniky, kde sme sa dozvedeli, aké hasiace prístroje používali v stredoveku. Poviem vám, hasiť požiare slamenými vedrami, muselo byť zaujímavé... ☺ Predstavte si, že už v roku 250 pred n.l. bola vynájdená striekačka vďaka Ctesébionovi z Alexandrie v Egypte. Jeho žiak Héron ju vylepšil použitím piestového čerpadla. Potom sa rozšírila do starého Ríma, kde bola používaná pod názvom Syphon. Vedeli ste, že holandsky maliar Jan van Heyden z Amsterdamu vyrobil hasičskú hadicu z lodného plátna? Ak sa chcete dozvedieť viac, odporúčame vám navštíviť toto múzeum. Ukrýva nádhernú históriu a načerpáte nové obohacujúce poznatky.



Ďalším skvostom, ktorý nás uchvátil bolo reparované vtáctvo, ktoré na nás pôsobilo reálnym dojmom.

Aj keď nám v ten deň počasie veľmi neprialo, dopriali sme si prechádzku cez celé mesto až na železničnú stanicu. Cestou sme sa občerstvili nápojmi a plní dojmom sme rozmýšľali, kam sa s „túlavými nohami“ vyberieme nabudúce.



Ukončenie tohto „túľania“ mal nečakaný koniec, pretože na železničnej stanici jedného nášho prijímateľa čakalo veľké prekvapenie, a to nečakané stretnutie so svojou tetou. ...a to bolo objímania...

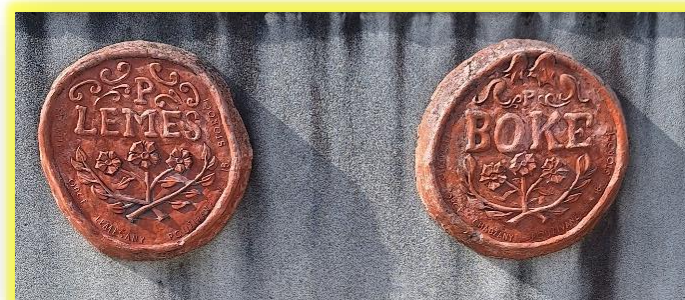
Po príjemnom rozhovore, povzbudzujúcich slovách a ešte jednom objatí, sme sa síce unavení, ale spokojní, vybrali na cestu domov...

*Jana Tomášová
Linda Varadyová*

Túlavé putovanie po dedine Lemešany



Prešlo pár dní od nášho túlania sa po Kysaku a už opäť mierime do ďalšej malebnej dedinky – Lemešany. Táto dedinka je od nášho Centra sociálnych služieb Clementia vzdialená len 2 km. Cez mnohé dediny prechádzame celé roky a ani netušíme aké zaujímavosti ukrývajú. Preto sme sa rozhodli preskúmať ju. A tak obúvame pohodlné topánky, nasadáme do auta a vyrážame. Po krátkej chvíľke vystupujeme pri budove Rozličného tovaru neďaleko autobusovej zastávky. Po príchode všetkých účastníkov sa kocháme pohľadmi na obnovené budovy.



Musím podotknúť, že Lemešany prešli za posledných 20 rokov veľkou zmenou. V mieste, kde cesta opisuje zákrutu, sa nachádza námestie, na ktorom bol vybudovaný nový kostol sv. Martina, ktorého základný kameň sa položil dňa 15.08.2007.

Neskôr pribudla farská budova. Zároveň s výstavbou týchto dvoch objektov sa realizovali aj revitalizácie spevnených plôch, ktoré sú vstupom k novej sakrálnej stavbe. V časti pred kostolom sa na Vianoce umiestňuje vianočný stromček s adventným vencom, no a v čase veľkonočných sviatkov miestni obyvatelia inštalujú na toto námestie 510 centimetrové veľkonočné vajce, ktoré je dekorované farebnými vrchnákmi z PET fliaš. Dokonca je zapísané do Knihy slovenských rekordov. Autorom myšlienky a realizátorom tohto majstrovského diela je Ing. Jozef Kuruc z Lemešian.

V priestore súčasného námestia sa v minulosti nachádzali staré budovy, ktoré nepôsobili práve reprezentatívne, ale vďaka miestnej katolíckej cirkvi, ale aj s príspevím Obecného úradu sa podarilo pozdvihnúť obec na novú kvalitatívne vyššiu úroveň.

Taktiež sa každoročne pred štartom motorkárskej sezóny koná svätenie motoriek a to vďaka duchovnému otcovi PaedDr. Petrovi Lazorovi, ktorý je nadšencom motoriek.

Na pravej strane cesty smerom na Košice je vybudovaný altánok, v ktorom sú umiestnené rôzne dekorácie, či už na Vianoce alebo iné významné sviatky. Vo veľkonočnom období zdobili tento priestor nádherné slamené zajace na bicykloch.

Obci sa podarilo vybudovať Komunitné centrum, novú Škôlku, ktorá sa nachádza v blízkosti Základnej školy, taktiež Zdravotné stredisko, kde sa nachádza pediatrická ambulancia, ambulancia praktického lekára pre dospelých ale aj zubná ambulancia. Hneď vedľa zdravotného strediska sa nachádza lekáreň. Oproti lekární bol zriadený Denný stacionár sv. Martina, ktorý poskytuje sociálne služby, poradenstvo a stravovanie pre seniorov, ktorým stacionár zabezpečuje rozvoj pracovných zručností a záujmovú činnosť. Nájdete tu reštauráciu, ubytovne, poštu, OD Jednotu, Milk Agro, kaderníctvo... Obec nasadla na vlnu modernizácie celkom dobre a ponúka plnoobčianskú vybavenosť.



Po príchode druhej skupiny „túlavých nôh“ prechádzame cez cestu a kráčame okolo Obecného úradu k pôvodnému starému kostolu sv. Martina, ktorý bol postavený v roku 1635 na náklady Imricha Füzyho. Cesta, ktorá vedie k tomuto kostolu, je najstaršou cestou a nazýva sa Lemeš.

V kostole nás slovom doprevádzal pán Daniel Fialka, ktorý nám prišiel kostol nielen otvoriť, ale urobil nám aj stručný prierez histórie kostola s jeho opravami a zaujímavosťami.

V minulosti prešiel kostol rôznymi prestavbami. V roku 1781 bol obnovený po veľkom požiari, neskôr v roku 1873 prebehla rekonštrukcia, kedy bol kostol obnovený a maľovaný zvnútra. V roku 1936 sa obnovoval chór, ktorý bol rozšírený. V 80. rokoch 20. storočia bol odstránený oporný systém kostola a pristavila sa väčšia sakristia. Napokon veriaci sami v roku 2020 začali s rekonštrukciou a došlo k odkrytiu iluzívnej dekoratívnej nástennej maľby vo svätyni ako aj lodi kostola. Objekt je momentálne nevyužívaný a po rekonštrukcii je snaha o jeho revitalizáciu, najmä na osobitné aktivity cirkevného života. Patrí medzi najstaršie zachované stavby v obci.



Po rozlúčke s pánom Fialkom sme zamierili po lemešianských cestách a poniektorí, kráčaním do kopca, zisťovali stav svoj kondície. No po zime je niekedy náročná aj zdravotná prechádzka...





Posilnení keksíkmi sme nakoniec zamierili k novému kostolu sv. Martina na námestí. Moderný kostol je na obdĺžnikovom pôdoryse. Strop nižších šikmých častí je drevený. Na bočných stranách strednej časti vidieť súvislý pás okien, ktorým je stredná časť presvetlená.

S hlbokých nádychom stláčame kľučku na bočných dverách a ocitáme sa v jeho interiéri. Prázdny kostol má svoje čaro, dýchol na nás úplne inú atmosféru. Človek vníma božiu prítomnosť, to ticho a pokoj, až sme mali miestami pocit, akoby zastal čas. Po tichej meditácii sme poďakovali za požehnaný, slnečný čas a ukončili štvrtkové túlanie sa po obci Lemešany.



Ďakujeme duchovnému otcovi Petrovi Lazorovi a pánovi Danielovi Fialkovi, ktorí nám umožnili vstup do kostolov a mohli sme nazrieť do „truhlice pokladov“ obce Lemešany.

*Jana Tomášová
Linda Varadyová
Mgr. Marek Hanudel'
Mgr. Miroslav Kul'ha*

Púpava lekárska

Na našom stretnutí v klube bylinkáruim sme sa porozprávali o tom, že sa nám pomaly, ale isto blíži obdobie jari. V zime sme si oddýchli a tešíme sa na novú sezónu. Onedlho v marci začnú kvitnúť prvé bylinky ako podbeľ, fialky, zbehovec, prvosienky a iné. Pripravujeme sa na zber púpavy. Obyčajná burina, ktorá rastie všade, s čím sa však nestotožňujeme. Púpava lekárska má totiž neobyčajnú liečivú moc. Rastlinka je celá liečivá, stonka, listy, kvety, aj koreň. Patrí do čeľade čakankovitej. Obsahuje bielu šťavu, ktorá sa neskôr mení na tmavé škvrny, tak pri jej zbere treba byť opatrný. Kvety púpavy sú nádherné slniečka, celé lány lúk rozjasní krajinu navôkol, nad ktorými počuť bzukot včiel. Jej benefity oceníme, ak sa dozvieme o jej liečivých účinkoch pre naše zdravie. Už v stredoveku ňou ľudia liečili ochorenia očí. Kvety kvitnú od apríla do júna iba za slnečného počasia, v nepriaznivom počasí sa zatvoria. Budeme sa snažiť nazbierať si ich čo najviac.

Zo žltých hlavičiek si podľa receptu každý rok pripravujeme púpavový med – sirup alebo čaj, vhodný pri ochoreniach dýchacích ciest. Nazbierame listy, ktoré sú plné vitamínov, dajú sa využiť aj do šalátov, smoothie /smúty/, praženice a podobne.



Po odkvitnutí sa púpavy zmenia na okrúhle mesiačiky, plné páperových padáčikov- semienok, ktoré vietor rozfúka do všetkých strán. Listy púpavy sú ozubené a vykrajované. Nasušíme si ich do zásoby. Nachádzajú sa v nich horčiny, ktoré nám môžu pomôcť pri tráviacich ťažkostiach, tiež povzbudzujú chuť do jedla. Stvol-čiže stonka rastliny pomáhajú pri cirhóze alebo stukovatení pečene, stačí denne požiť a zjesť zopár čerstvých dutých stvolov alebo listov. Listy a koreň tiež podporuje tvorbu žlče, rozpúšťajú žlčové kamene. Pôsobia trochu ako laxatívum. Je to najrýchlejšia forma liečby. Koreň obsahuje inulín, ktorý pomáha pankreasu regulovať hladinu cukru v krvi. Používa sa pri liečbe cukrovky, upravuje funkciu žľzníka. Podporuje a regeneruje pečeň a tým detoxikuje organizmus. Koreň vykopávame od augusta do októbra, umyjeme, nakrájame a nasušíme. Použijeme na prípravu tinktúry alebo čaju, ktorý pomáha pri liečbe rakoviny. Odvar z koreňa je liečivým prostriedkom pri liečbe reumatizmu a psoriázy. Budeme si vyrábať masť, ktorá nám veľmi dobre poslúži pri rôznych kožných problémoch. Budeme mať plné ruky práce, ktorá nás baví a hlavne nám pomáha udržiavať si svoje zdravie.



Kostihoj a jeho príbuzný

V tomto čísle nášho časopisu vám predstavujem z klubu Bylinkária ďalšiu veľmi známu bylinu, ktorou je kostihoj lekársky. Bol známy v ľudovom liečiteľstve viacerými národmi už pre vyše 2000 rokmi. Určite je vám povedomý a známy. Svojou pevnou, veľkou stonkou s chlpatými veľkými listami s fialovo-ružovými, krásne sfarbenými kvetmi Vám učarí. Jeho usporiadané kvety v strapcoch pripomínajú zvončeky.

Na našich prechádzkach po lúkach a lesoch sme sa stretávali aj s podobnou bylinkou nášho fialového kostihoja, avšak mala žlté krémové kvety. Podobali sa na naše jarné bylinky prvosienky, no majú odlišné kvietky aj listy. Zistili sme, že táto nízka, veľmi zaujímavá rastlina je príbuzná kostihoju a volá sa kostihoj hľuznatý. Vlastne oba druhy sú rovnaké, odlišujú sa iba farbou kvetov. Hľuznatý kvitne od apríla do mája, opelujú ho hlavne čmeliaky a potom včely. Rozmnožujú sa vegetatívne -podzemkami. Rastlina patrí do čeľade - rodiny borákovitých. Stonka je jemne chlpatá, listy majú hlboké žilkovanie. Stonka je nerozvetvená. Rastie na vlhších výživných miestach, popri potokoch, hrabinách a dubinách s priaznivými teplotnými pomermi. Ako z jeho názvu vyplýva, rastlina lieči hlavne kosti. Používa sa na vonkajšie použitie.

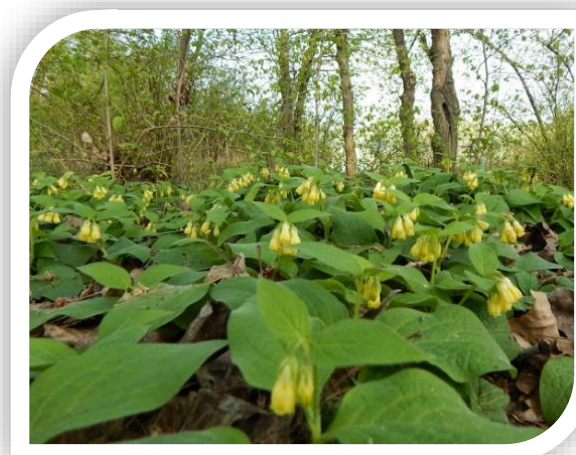


Na liečebné účely sa zbiera jeho koreň, ktorý si vykopeme, umyjeme narežeme a nasušíme. Môžeme ho podrviť, urobiť si z neho tinktúru na obklady. V klube bylinkárium si zhotovíme kostihojovú masť, vhodnú na zlomeniny, zápal svalov, bolesti svalov a šliach, nárazoch, vyvrtnutiach. Koreň zbierame na jar alebo v jeseni, vtedy má najväčšiu silu. Kostihoj hľuznatý sa využíva sa aj v paradentóze - ochorení zubov ústnej dutiny, na vonkajšie použitie, obklady na okostnicu. Pre zaujímavosť - extrakt z kostihoja sa pridáva sa do zubných pást, ako účinné liečivo.

Kvety z kostihoja sa neodporúčajú piť ako čajovinu, lebo obsahuje alkaloidy, toxické látky. Listy poškodzujú náš organizmus, môžu spôsobiť fibrózu pečene, alebo hepatitídu. Najčastejšie liečebné lekárske praktiky zahŕňajú použitie na poruchy pečene, osteoartritídy a reumatické artritídy, gastritídy a žalúdočnočŕňých vredoch.

Zdroj:

www.fotografiedb.wordpress.com/2016/04/13/kostihoj-a-jeho-pribuzny



POINT



Ako sa oslavuje Veľká noc u nás a vo svete

Na Slovensku a v Čechách máme šibačku ako sa patrí Veľká noc, veselé a pestrofarebné sviatky jari, so sebou prinášajú rozmanité zvyky. Niektoré sú príjemné a iné by si hlavne ženy asi najradšej odpustili. Tradičnú šibačku, ako máme my na Slovensku, vo svete nepoznajú. Keď sa chlapci prirútia za zvukov korbáčov, aby nás náležite vyšľahali, poteší nás snáď jedine skutočnosť, že im to popoludnie môžeme beztrešne vrátiť studenou sprchou. Najvýraznejším zvykom na Slovensku je teda **obľúbené šibanie** na Veľkonočný pondelok. Robí sa tak vraj preto, aby sme boli zdravé a krásne. Ženy potom dajú šibačom na znak odpustenia **farebné vajíčko**. V súčasnosti sa však často dávajú aj čokolády, peniaze alebo iné dary. Symbolom Veľkej noci či jari ako takej sú aj **bahniatka a zlatý dážď**, ktoré si ľudia dávajú do váz. **Rovnakým spôsobom oslavujú Veľkú noc aj v Česku.**



V Anglicku a Amerike hľadajú vajíčka

V Anglicku ohlasuje príchod Veľkej noci už fašiangový utorok, alebo „**Pancake Day**“, teda palacinkový deň, kedy **ženy napečú veľké množstvo palacinek a všetci si na nich pochutnávajú s javorovým sirupom, cukrom, citrónom a Nutellou**. Jednou z najväčších veľkonočných tradícií v Anglicku, rovnako ako aj v Amerike a Austrálii je **hon na vajíčka**. Veľkonočný zajac, ktorý je symbolom Veľkej noci, v nedeľu nadeľuje čokoládové vajíčka, ktoré poschováva na rôzne miesta po dome a hlavne po záhrade. Deti, akonáhle ráno vstanú, predbehujú sa, kto nazberá najviac vajíčok a na svojich úlovkoch si ihneď pochutnajú.

Pre niektorých najdôležitejší náboženský sviatok, pre iných je Veľká noc vyhodenie si z kopytka.



Cyprus loví kusy dreva

Cyperčania hľadajú na Veľkonočný pondelok ukryté vajíčka, neskôr oslavy pokračujú lovom na vyhodené kusy dreva. Staré dvere, vyschnuté konáre a haluze potom končia na jednej veľkej kope, ktorá sa na konci dňa zapáli a dediny medzi sebou súťažia, ktorá má najväčšiu veľkonočnú vatru. Miestna polícia je počas sviatkov v plnom nasadení, aby v prípade potreby urovnávala hádky medzi skupinkami tínedžerov, ktoré sa často pohádajú na posledných kúskoch dreva.

So šarkanom na Bermudy

Koľko ľudí, toľko chutí. Toto porekadlo obzvlášť platí na obyvateľov Bermúd, ktorí počas Veľkonočného pondelka púšťajú šarkany ako symbol zmŕtvychvstania Ježiša Krista. Nie sú to však žiadne obyčajné šarkany, ale vlastné výtvary miestnych s jedinečnými tvarmi a motívami, ktoré sa vyrábajú špeciálne pre túto udalosť. Na konci dňa sú vyhlásení víťazi v najrôznejších kategóriách. A ďalší rok všetci skúšajú šťastie znova, s novými, ešte nápaditejšími výtvormi.

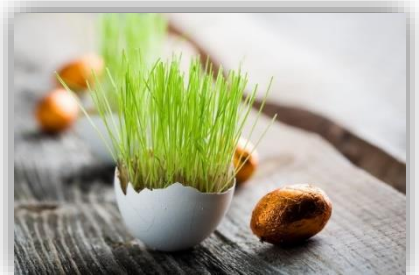


Nórsko oslavuje kriminálkami

V Nórsku sa oslavuje Veľká noc naozaj netradične – celé rodiny pozerajú a čítajú kriminálky. Večer si všetci sadnú k jednému stolu a snažia sa uhádnuť, ktorá z postáv je vrahom. Nóri milujú veľkonočné morbidne príbehy, a keďže je po nich počas sviatkov značný dopyt, vydavateľstvá aj televízie prispôbili svoje knihy a programy tak, aby tie zožali čo najväčší úspech. Vydávajú sa limitované edície detektívnych románov a poväčšine sa vysielajú iba filmy a seriály s vraždami v nich. Už týždeň pred sviatkami vychádzajú špeciálne mini-komiksy s tajomnými vraždami, ktorých koniec je jasný až počas Veľkonočného pondelka.

Fíni majú trávu a dostatočne vysokú

Fíni sú extrémne trpezlivý národ, o čom svedčí aj ich tradičná veľkonočná aktivita. Pár dní pred sviatkami zasadia do sviatočných kelímkov trávu a sledujú, ako rastie. Do Veľkonočného pondelka by mala byť tráva aspoň tak vysoká, aby mohol do nej veľkonočný zajac ukryť vajčka, sladkosti a darčeky. Okrem Veľkej noci týmto zvykom Fíni pripomínajú aj príchod jari.



Francúzska extravagantnosť je skvelá

Ak si myslíte, že v krajine galského kohúta nosí darčeky veľkonočný zajac, mýlite sa. To by bola podľa Francúzov nuda. Sviatky začínajú „Tichou sobotou“, kedy vo francúzskych kostoloch prestanú zvonit zvonky, aby pripomenuli Ježišovu smrť. Všetky zvonky v krajine opustia kostolné veže, aby navštívili pápeža v Ríme a cestou naspäť zanechávajú deťom veľkonočné vajčka a sladkosti. Ďalší deň ich počuť znova.

Korfu rozbíja nádoby

Počas Veľkej soboty ľudia na Korfu vyhadzujú z okna veľké hlinené nádoby, riady, hrnce a džbány, ktoré končia na zemi, pod oknami a rozbité na márne kúsky. Podľa miestnych je táto tradícia symbolom začiatku niečoho nového a koniec starého. Zbavujú sa starých a nepotrebných vecí preto, aby oslávili novú úrodu, žatvu, ku ktorej sa hodia nové riady. Okrem toho Gréci tak oslavujú aj príchod jari.

Sicíliu ovládnu diabolské masky

V sicílskom mestečku Prizzi miestni pochodujú vo veľkých róbach a tváre si zakrývajú pozinkovanými diabolskými maskami. Naobliekani diabli celý deň naháňajú „duše“ po meste a nútia ich, aby im platili za nápoje. Na konci dňa diablov už tradične zaháňajú Panna Mária a Ježiš Kristus a namiesto nich posielajú do mestečka anjelov.

Filipínčania dobrovoľne trpia

Na Filipínach sa oslavuje Veľká noc tak, že miestni mladíci sa na Veľký piatok dobrovoľne dávajú pribiť na kríže, bičujú sa, alebo inak trýznia, aby odčinili hriechy, ktoré vykonali počas celého roka. Cirkev oslavy na Filipínach odsudzuje a bojuje proti nim aj miestna vláda. Keďže však ukrižovanie mladíkom zakázať nemôžu, záchranári im tak po oslavách bezplatne očisťujú rany.



<https://www.invia.sk/blog/zaujimave-velkonocne-zvyky-a-tradicie-vo-svete/>

<https://bratislavskykraj.sk/velka-noc-vo-svete-ako-ju-ludia-oslavuju/>

<https://pelipecky.sk/velka-noc-vo-svete/>

Mgr. Eudmila Cviková
vedúca úseku starostlivosti o klienta

Emócie a inteligencia



Vedeli ste, že existuje viac druhov inteligencie? Tú najčastejšie skloňovanú poznáme všetci. Napovedá o našich rozumových schopnostiach, vyjadruje ju intelligenčný kvocient (IQ) a hovoríme jej tiež racionálna alebo rozumová inteligencia. Existuje však aj iná, a to emocionálna inteligencia. Vyjadrujeme ju emocionálnym kvocientom (EQ) a zjednodušene môžeme povedať, že ide o schopnosť identifikovať, hodnotiť a kontrolovať svoje vlastné emócie a emócie druhých. Veľmi rozšírený je predpoklad, že ľudia s vysokým IQ, nedosahujú v emocionálnom meradle ani priemer. Tento mýtus však bol niekoľkokrát vyvrátený rôznymi výskumami a jeho vznik súvisí s tvorbou pútavých a zaujímavých postáv pre televízny svet. Tieto schopnosti sú v skutočnosti úzko prepojené a je veľmi nepravdepodobné, že sa vyskytnú u zdravého jedinca na opačných protichodných póloch.

Na prvý pohľad sa môže zdať, že úspech jedinca je závislý len na IQ. Opak je však pravdou, keďže bez dostatočnej emočnej inteligencie nie je človek schopný svoj intelekt naplno využívať. Rozpoznávanie vlastných emócií a vedomé rozpoznávanie citu v okamihu jeho vzniku, je jedným zo základných znakov emocionálnej inteligencie. EQ tiež súvisí so zvládaním emócií a tiež s vnímanosťou k emóciám iných ľudí, teda s empatiou. Úspech na pracovisku tiež súvisí s tým, ako vytrvalí sme, akú máme sebakontrolu, schopnosť vychádzať s kolegami, pracovať v tímoch, či byť flexibilný. Obrazne povedané, postgraduál je nám zbytočný, keď nemáme emočné schopnosti - úspech sa pravdepodobne nedostaví.

Na optimalizáciu fungovania našej emočnej stránky je možné použiť niektoré spôsoby, ktoré si predstavíme. Možno sa to na prvý pohľad nezdá veľmi pravdepodobné, na kvalitu nášho prežívania, na naše emócie a frustračnú úroveň, má kľúčový vplyv spánok. Jeho znížená kvalita, či nedostatočná dĺžka výrazne vplývajú na našu sústredenosť, schopnosť empatie, či adekvátne reakcie počas dňa. Je ťažké byť vnímavý voči iným, či voliť vhodné reakcie na podnety, keď náš mozog počas dňa zívá od únavy.



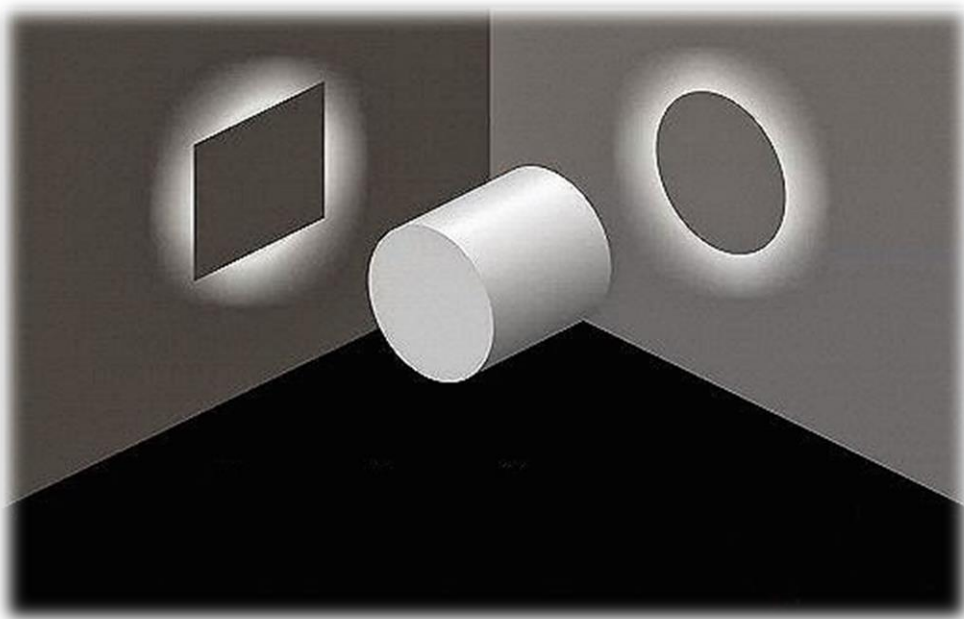


Na kvalitu spánku nadväzuje priestor pre myseľ. Obrazne povedané, ak sme dopriali oddych telu, dovoľme oddýchnuť aj našej mysli. Nájdime si 10-15 minút na pokojnom mieste, stíšme myšlienky, vnímajme svoj dych. Nie je nutné praktizovať komplexné meditačné cvičenie ani zložité jóga asány. Postačí svojej mysli dovoliť vnímať okamih, v ktorom sa nachádzame - spev vtákov, šumenie stromov, relaxačnú hudbu alebo pokojne aj úplné ticho. Výber je celkom na vás. Takto odpočinutá myseľ vám výrazne pomôže pochopiť iných ľudí aj vhodne reagovať.

Svoje emócie, a s nimi aj vaše prežívanie, verbalizujte. Pokúste sa zdieľať primeraným spôsobom so svojim okolím, čo vo vás tá-ktorá situácia vyvoláva. Ak sa vás niečo dotkne, upozornite na to osobu, ktorá tak učiní. Ak vás niečo prekvapí, či poteší, dajte to najavo. Nie je nutné každej emócií venovať dlhú dobu, ani ju zdieľať s každým a za každých okolností. No tým, že budete svojmu okoliu otvorene komunikovať svoje prežívanie, stanete sa preňho čitateľnejší, a to je pre tvorbu zdravých vzťahov skutočne dôležité. Pomôže to tiež nastaveniu vlastných hraníc a následnej stabilizácii vášho prežívania.

Snažte sa nazerať na sporné situácie z dvoch rôznych uhlov. Skúste sa na problém pozrieť nezaujato. Zistite, čo iné mohol daný človek sledovať svojím konaním. Hľadajte odpovede na otázky, čo ho k tomu viedlo, aké mal iné možnosti, aké sú jeho limity, či pozadie jeho konania. Pomôže vám to trénovať empatiu a možno aj predchádzať konfliktom. Je predsa jednoduchšie usmíť sa na osobu, ktorá v rozhovore nečakane vybuchla, keď si uvedomím, že má toho skutočne veľa, pretože sa, napríklad, stará o chorú mamu, či dieťa. Jej reakcia je zrazu pre nás ľudsky bližšia, a aj keď je rovnako neprimeraná, je pre nás ľahšie pochopiteľná a teda aj odpustiteľná.

A na záver - rešpekt. Na budovanie a fungovanie vzťahov je potrebné získavať si dôveru a tiež môcť dôverovať iným ľuďom. Boj o moc, či rôzne druhy podrazov tu nemajú svoje miesto. Potrebné je rešpektovať svoje hranice a možnosti, ale rovnako rešpektovať hranice a autonómiu ľudí naokolo. Emocionálne zrelý ľudia vedia, že pre zdravé fungovanie je nutné hľadať balans medzi svojimi potrebami a potrebami iných, medzi právami a povinnosťami, či skúsenosťami a vedomosťami.



*PhDr. Monika Hynek Girmalová
Psychologička*

Cesnakový trháci chlebík

Tenké, mäkké plátky slaného koláča. Netreba nič krájať, len ho odtrhať.
Keďže začína sezóna medvedieho cesnaku, tak to určite vyskúšajte.



Suroviny:

300 g hladká múka
180 ml vlažná voda
30 ml olej
12 g droždie
½ ČL cukor
1 ČL soľ

Na potretie:

70 g maslo
5 strúčikov cesnaku
1 ČL soľ
Medvedí cesnak, rozmarín, tymián, bazalka



Postup:

1. V troche vlažnej vody s cukrom necháme napučať droždie. Pridáme k preosiatej múke, ako aj soľ, zvyšnú vodu a olej, vymiešame cesto a necháme vykysnúť. Počas toho si pripravíme cesnakové maslo. Maslo rozpustíme, pridáme pretlačený cesnak, nasekaný medvedí cesnak, soľ a ostatné bylinky podľa chutí, napr. rozmarín, bazalka
2. Cesto vyvalkáme a potrieme cesnakovým maslom.
3. Nakrájame po dĺžke.
4. Platy položíme na seba a nakrájame.
5. Formu na biskupský chlebík vymastíme a platy ukladáme na stojato.
6. Upečieme vo vyhriatej rúre pri 190C – 30 min.



*Krásne veľkonočné sviatky prajú členovia
Klubu labužníkov a kulinárov*

Mgr. Miriam Lipková
Zuzana Slobodníková
Marek Fertál

Tradičná slovenská zabíjačka

Zatiaľ čo z veľkochovov sa mäso a zabíjačkové pochúťky na náš stôl dostanú cez obchodné reťazce, množstvo slovenských domácností dodržiava tradíciu domácich zabíjačiek. Nemusíte hneď zabíjať prasa, aby ste si mohli pripraviť domácu klobásu, jaternice alebo tlačienku. S receptami, ktoré nájdete na internete to zvládnete aj v menších množstvách doma v kuchyni. Zabíjačkové recepty z bravčového mäsa môžete doplniť mnohými ďalšími tradičnými dobrotami!

Zabíjačka je spájaná s fašiangovou tradíciou, po ktorej až do Veľkej noci nasledovali bezmäsité týždne. Hoci ide o porážku zvieratá, domáca zabíjačka si ctí svoje pravidlá.

- Hlavné pravidlo hovorí, že ani kúsok zvieratá nesmie prísť nazmar. Preukazuje sa tým úcta k zvieratú, preto je spracované bezo zvyškov.
- Stálicou slovenskej kuchyne je aj údené mäso, ktorým sa potom po zvyšok roka vylepšovali chudobné jedlá z obilnín a zemiakov.
- Aj svadba alebo oslavy, sa nezaobišli bez pečienky. Slávili sa najmä v chladných mesiacoch, kedy sa mäso dobre spracovávalo aj uchovávalo.
- Po bravčovom vývare, jaterničke, pečenom mäse, či pečienke prišli na rad šišky a koláče. Ako doplnok k masnému mäsu sa jedla domáca kyslá kapusta.
- V kuchyni určite oceníte jeden z najdôležitejších produktov zabíjačky - masť. Usmažiť na nej môžete tie najlepšie rezne alebo zo slaniny pripravíte dokonalé domáce škvarky, škvarkové placky či škvarkovú nátierku.



Svižná práca od svitania do súmraku

Zabíjačkou väčšinou vrcholili oslavy fašiangov.

- Základom dobrej a úspešnej zabíjačky je poctivá príprava, ktorú je nevyhnutné vykonať už deň vopred. Hospodár a gazdiné pripravujú potrebné náčinie, umývajú riady a kotly, chystajú korenie a dochucovadlá, vytvárajú priestor v mrazničke a zarábajú na slávnostné sladké buchty, koláče a šišky, na ktoré sa pri hodovaní nesmie zabúdať.
- Zabíjačka si žiada veľa pomocníkov, preto sa pri nej schádzajú početnejšie rodiny a priatelia. Každý priloží ruku k dielu, každá pracovná sila sa hodí. Ak si hospodár na porážku sám netrúfne, môže si pozvať mäsiara.
- Porážka sa vykonáva skoro ráno a celý deň sú všetci pomocníci na nohách. Guráž a silu si priebežne dodávajú domácou pálenkou. Po samotnej porážke sa pracuje svižne a jednotlivé úkony majú svoj poriadok.



Zdroj: <https://www.apetitonline.cz/menu/tradicni-zabijackove-hody-je-libo-jitrnicku-nebo-uzene-z-komina>

Na týchto zabíjačkových dobrotách a špecialitách si pochutnali prijímatelia sociálnej služby a zamestnanci nášho zariadenia.



Krúpková polievka

Zabíjačkový tanier

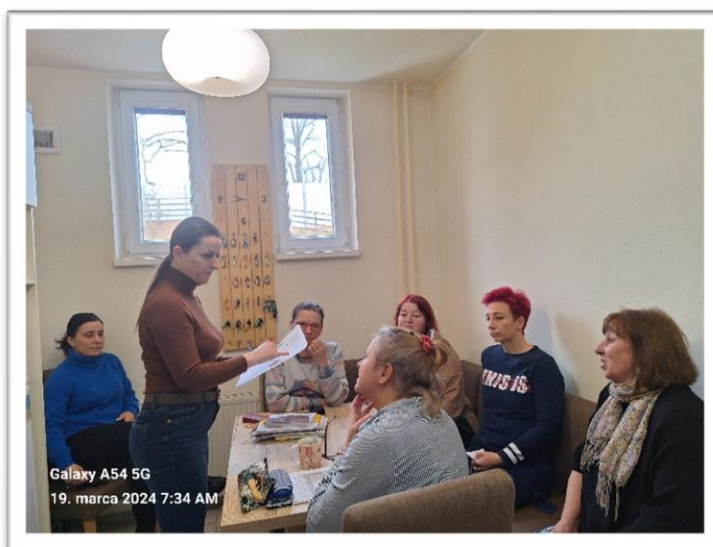
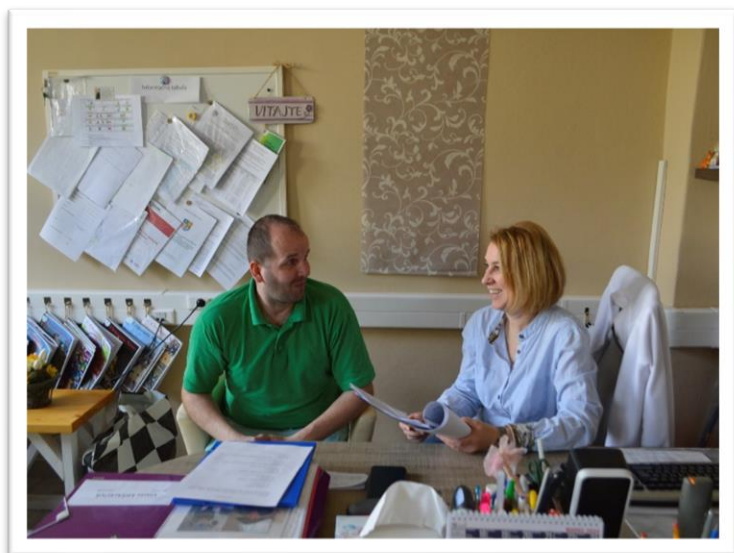


Šišky s džemom

19. marec Svetový deň sociálnej práce



Svetový deň sociálnej práce a sociálnych pracovníkov vznikol v roku 2007 na podnet Medzinárodnej federácie sociálnych pracovníkov (IFSW). Sociálna práca zameriava svoju pozornosť na podporu ľudských práv a sociálnej spravodlivosti.



Tento sviatok sa oficiálne oslavuje vždy tretí utorok v mesiaci marec. V tento deň sociálni pracovníci na celom svete dávajú do pozornosti svojim vládám, komunitám a kolegom jedinečný a významný prínos sociálnej práce.

Úlohou sociálnej práce v našom zariadení je umožnenie prijímateľom sociálnej služby zapojiť sa do množstva aktivít, podľa ich záujmov, možností a schopností, poskytnúť im väčší priestor pre seberealizáciu, zvýšenie samostatnosti, rozvoj osobnosti a tým prispieť ku postupnej eliminácii patologických javov v správaní s cieľom dosiahnutia najvyššieho možného individuálneho stupňa všestranného rozvoja prijímateľa sociálnej služby.



V našom zariadení starostlivosť o prijímateľov zabezpečuje úsek starostlivosti o klienta a päť odborných tímov, kde sociálny pracovník je zároveň koordinátor tímu v zložení – sociálny pracovník, inštruktor sociálnej rehabilitácie, zdravotnícky asistent, opatrovateľ, upratovačka. Každý tím svojím pôsobením sa snaží pomáhať, sprevádzať a podporovať prijímateľov sociálnej služby nadobudnúť dostatočnú úroveň sociálneho fungovania a utvárať priaznivé sociálne podmienky na dosiahnutie stanovených cieľov.



„HPa, sociálna práca je poslaním pre tých, ktorí vedia, čo je v živote dôležité.“

**František Neupauer,
historik a učiteľ**

Mgr. Miriam Lipková

*Pod'akovanie spoločnosti **HORNBACH***



Centrum sociálnych služieb Clementia v Ličartovciach vyjadruje svoje **pod'akovanie spoločnosti HORNBACH - Prešov** za darovanie rôznych cibul'ovín a semien na výsadbu.

Podaná pomocná ruka v materiálnej podobe je pre nás pomocou pri skvalitňovaní voľnočasových aktivít prijímateľov v našom zariadení a skrášľovaní prostredia nášho centra.

Vážime si Vás ako ľudí s Veľkým srdcom, ktorí berú zdravotne handicapovaných ľudí ako súčasť našej spoločnosti, chápu ich ťažkosti, sny a skryté túžby, ktoré nie každý človek pochopí a podporí.



Vyjadrujeme Vám preto jedno veľké ĎAKUJEME!

Mgr. Miriam Lipková

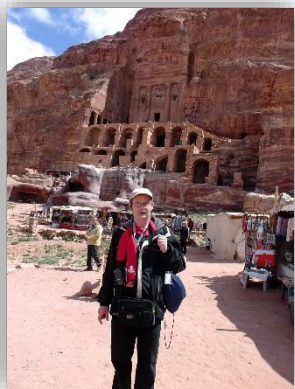


Návšteva skálneho mesta Petra v Jordánsku

V roku 2019 som sa, spolu s mojou mamkou, zúčastnil pútnického zájazdu do Jordánska. Tento zájazd bol spojený aj s návštevou Izraela, Palestíny, ale dnes spoločne nahliadneme do Jordánska, kde sme mali možnosť vidieť jeden z divov sveta – skálne mesto Petra.

Petra /v preklade skala, po arabský Al – Butrá/ je skálne mesto a archeologická lokalita v Jordánsku. Od roku 1985 je zaradené do zoznamu svetového kultúrneho dedičstva UNESCO. Trosky mesta Petra boli odkryté v 19. storočí a boli prístupné návštevníkom.

Mesto Petra sa nachádza za vstupnou bránou siq. Vzniklo v dokonale krytom mieste, kde sa stretávajú tri údolia. Bolo založené pravdepodobne medzi 3. st. pred Kristom a 1. st. po Kristovi. V tom čase údolie obsadili Nabatejovci. Neskôr ovládli mesto Rimania. Leží na mieste, kadiaľ viedla cesta do južnej Ázie, takže ovládlo obchod s korením.



Všetky stavby na vôkol - hrobky, chrámy, amfiteáter boli vytesané do pieskovca. Najväčší rozkvet dosiahlo okolo roku 62 pred Kristom, kedy tu žilo asi 30 000 ľudí. Poslední ľudia opustili toto mesto po druhom ničivom zemetrasení v 6. storočí po Kristovi. Údolie postupne upadalo do zabudnutia.

Prvým Európanom (od čias križiackych výprav), ktorý uvidel Kráľovskú hrobku v Petre, bol v roku 1812 švajčiarsky bádateľ a cestovateľ Johann Ludwig Burckhardt, ktorý cestoval zo Sýrie do Egypta v prezlečení za Araba.

Scenériu využilo veľa filmov napr. *Transformers*, okrem iných *Indian Jones a posledná krížová výprava*, či *Múmia sa vracia*. Dňa 7. 7. 2007 bolo mesto Petra vyhlásené za nový div sveta.

Do spomínaného mesta sme cestovali niekoľko hodín po púšti. Stretli sme tam cudzincov z celého sveta, par. Čadu, Austrálie, Východného Timoru a bolo čo obdivovať. V samotnom meste sme strávili takmer celý deň. Fotoaparátom sme urobili mnoho krásnych momentiek. Dopriali sme si občerstvenie v podobe ovocných džúsov, kúpili sme si magnetky a nezabudli sme ani na turban „HATTA“, ktorý máme dodnes ako najkrajší suvenír z Arabského sveta. Odporúčam každému, aby navštívil tento krásny skvost Jordánska a arabského sveta.



Zo srdca ďakujem svojej mamke, že sa podujala na tak náročnú cestu a navštívila toto nezabudnuteľné miesto spolu so mnou, na ktoré mi ostalo množstvo spomienok, akou je aj skvost mojej kravatovej zbierky - kravata od Jordánskeho kráľa Abdulláha. Bol to úžasný zážitok a verím, že ešte raz to krásne skálne mesto navštívim.

Všetkým čitateľom prajem veľa príjemných cestovateľských zážitkov!

ZDROJ:

[https://sk.wikipedia.org/wiki/Petra_\(Jord%C3%A1nsko\)](https://sk.wikipedia.org/wiki/Petra_(Jord%C3%A1nsko))

Peter Pošivák
prijímateľ sociálnej služby

Posedenie pri bylinkovom čaji

Po zimnom období sa k nám blíži jar. Prináša nám do našich dní viac teplých slnečných lúčov, máme dobrú náladu, slniečko nám vyčarí úsmevy na tvárach. Ešte nás trochu potrápi „jarná únava“.



V našom bylinkovom klube sme sa rozhodli proti jarnej únave brániť tak, že si uvaríme bylinkový povzbudzujúci čaj. S jeho členmi sme sa tešili na jeho zhotovenie zo zmesi troch bylín. Vybrali sme lipu, pamajorán a mäta. Pán Ľubomír a pán Milan pomáhali pri príprave, zalievaní čaju. Kým sa náš čaj lúhoval, pán Janko a Evička nám čítali z knižky o každej bylinke a o ich účinkoch. Všetci členovia klubu počúvali, a boli milo prekvapení, čo užitočné sa dozvedeli, aké úžasné benefity majú tieto spomínané bylinky.

Čaj rozvoniaval po celej miestnosti a prilákal svojou vôňou ďalších prijímateľov sociálnych služieb, aby si ho prišli vychutnať. Popíjali ho po dúškoch, Evičke aj Janke veľmi ulahodil, hrial ich na duši. Pán Jozef si zapisoval užitočné poznámky, a tiež nám o týchto bylinkách čosi zaujímavé prečítal. Spolu sme sa rozprávali, ako môžeme ešte bojovať s jarnou únavou. Prišli sme na to, že veľmi dobrým liekom na naše zdravie je pohyb na čerstvom vzduchu pri užitočnej aktivite.

Tešíme sa na jarné práce v záhrade a tiež vychádzky, kde budeme prekonávať jarnú únavu a načerpáme novú pozitívnu energiu na ďalšie obdobie.

Lucia Vicová





V našom areáli a záhrade CSS Clementia bolo treba na jar vykonať určité estetické a praktické úpravy. Členovia aj nečlenovia zeleného klubu sa podujali na túto aktivitu. Vyhrnuli si teda rukávy a schuti sa pustili do práce. S heslom: „Čím viac šikovných rúk, tým viac práce sa spraví.“ Počasie nám prialo, teplé jarné slnečné lúče nám dodávali potrebnú energiu. Z nárad'ovne sme si vybrali potrebné náradie ako hrable, metly, lopaty a vedrá. Prijímatelia sociálnych služieb vzali do rúk náradie a začali hrabať lístie, ktoré ostalo na trávnikoch. Chlapi poodnášali na fúrikoch na kompost, zároveň sa striedali, aby dal každý z nich ruku k dielu. Inštruktorka sociálnej rehabilitácie Lucia dievčatá pri práci usmerňovala, aby pozametali všetky chodníky v parku, v okolí cesty, aj okolo altánku. Podávala im na osvieženie limonádu. S pani inštruktorkou Dankou sme do drevených kvetináčov posadili jarné cibul'oviny – narcisy, do ďalších truhlíkov semienka letných kvetov – aksametníc a do zeme posadili hl'uzy vysokých okrasných kvetov. Už sa tešíme, ako nám budú v lete krásne rásť a kvitnúť.



Jozef - inštruktorka sociálnej rehabilitácie poorezával jablone a potom sme pozbierali popadané konáre a odniesli ich na miesto, kde budú následne zmulčované do kompostu. V tom čase vysvetľoval a názorne ukazoval prijímateľom sociálnej služby, ako treba správne ovocné stromy orezávať, aby si získané poznatky osvojili z predošlých aj do nasledujúcich aktivít. Blížil sa čas obeda, tak sme sa v závere našej brigády okolo seba porozhliadli a skonštatovali, že naša práca mala zmysel a trocha námahy za to stálo. Areál je pekne upravený, čistý a všetci sa už tešia na ďalšiu spoločnú aktivitu.

*Lucia Vicová
Daniela Brunnerová
Jozef Kriššák*



Vianoce a naše tradície

Vianoce sú sviatkami vzájomnosti, lásky a štedrosti. Aj tieto predvianočné dni sme sa snažili priniesť našim prijímateľom ducha Vianoc, urobiť ich šťastnejšími a spokojnejšími. Od rána sa v našom zariadení ozývali vianočné melódie, ktoré prezrádzali, že nás čaká neobyčajný deň. A veru aj bol.



Začalo to o 10:00 hodine vianočným podujatím nášho hudobno-dramatického súboru RADOSTĚ, ktorý si pre nás pripravil program s názvom „Vianoce a naše tradície“. Vianočnými vinšami, piesňami a pripomenutím si slovenských tradícií nám vdýchli do srdca iskierku radosti začínajúcich sa najkrajších vianočných sviatkov.



Druhým prekvapením boli ženy z folklórneho súboru Drienka z Drienova, ktorého členkou je aj naša vedúca Ľudka. Svojimi sýtymi hlasmi i šikovným harmonikárom predniesli krásne vianočné koledy, ktoré potešili nejedno srdce.

Ďalším nečakaným hosťom bol manželský pár, príbuzní našej prijímateľky Alenky, ktorí sa sami ponúkli a podarovali nám pod vianočný stromček pár vianočných tónov.



Poobede nás čakalo odovzdávanie krabičiek, ktoré čakali pod stromčekom na svojich majiteľov už od rána, a poviem Vám, nebolo ich málo... Vďaka úžasným ľuďom z nadácie „Koľko lásky sa zmestí do krabice od topánok“, sme mohli byť súčasťou chvályhodného projektu, ktorého cieľom je potešiť seniorov niečím voňavým, sladkým, slaným, teplým, mäkkým na zábavu alebo zo srdca na pamiatku. Krabičky boli odovzdané našim prijímateľom za účasti troch zástupcov z tejto nadácie, ktorým zo srdca ďakujeme.

Jana Tomášová



Naši oslávenci

Oslava narodenín v mesiaci JANUÁR

Kicák Stanislav
Čornanič Marián
Bilý Viliam
Vočková Ľubomíra, RNDr.
Lazarčíková Helena

Oslava narodenín v mesiaci FEBRUÁR

Pančurová Lenka
Foriš Ján
Jarkovský Peter
Virba František
Koky Jozef
Grocká Tatiana
Bobulská Mária
Dančišin Dominik

Oslava narodenín v mesiaci MAREC

Bartko Jozef
Čech Milan
Frič Jozef
Simoník Peter
Pančura Róbert
Mikula Ján
Solohub Gabriel
Jaroš Milan
Mišalková Vlasta
Cisko Patrik
Vyravcová Ľibuša

*Oslávencom srdečne
blahoželáme!*





Oa 0508	
Košice — Prešov	
Plán	následujúca stanica
09:26	• Drienovská Nová Ves obec
Plán	Ďalšie stanice
09:29	• Drienovská Nová Ves
09:32	• Košice
09:36	• Haniška pri Prešove
09:41	• Prešov
09:27	

Redakčná rada
Mgr. Agáta Nirodová
Mgr. Ľudmila Cviková
Mgr. Miriám Lipková
Jana Tomášová
Mgr. Miroslav Kul'ha

Vydáva CSS Clementia v Ličartovciach
Redakčná rada si vyhradzuje právo
na úpravu článkov a fotografií
uverejnených v tomto časopise
© 2024