

*Polročník/ január 2024*

*Číslo 1.*

# *Prešovské Atrium*

**Prešovské Atrium**

**Vydáva:** Atrium n.o.

**Texty:** Mgr. Mária Kušnírová, Mgr. Sylvia Anderková,

Mgr. Daniela Andraščíková, Bc. Adriána Ondášová,

Ulrika Kocúrová, zdravotnícky a rehabilitačný tím pracovníkov.

**Grafická úprava:** Mgr. Nikola Jurina Kurilcová

**Fotografie:** archív Atrium n.o.

# Obsah

|  |           |
|--|-----------|
| Úvod .....   | 3         |
| <b>1. Príhovor riaditeľa .....</b>                     | <b>4</b>  |
| <b>2. Vznik Atrium n.o. slovom a fotografiou .....</b> | <b>5</b>  |
| <b>3. Zhrnutie rokov 2021 - 2022 .....</b>             | <b>9</b>  |
| <b>4. Čo sa udialo v roku 2023 .....</b>               | <b>22</b> |
| <b>5. Aktivity v Atrium n.o. ....</b>                  | <b>26</b> |
| <b>6. Deň rodiny – 2. ročník .....</b>                 | <b>33</b> |
| <b>7. Október mesiac úcty k starším.....</b>           | <b>38</b> |
| <b>8. Kaviareň u starých rodičov .....</b>             | <b>40</b> |
| <b>9. Vzdelávanie zamestnancov .....</b>               | <b>44</b> |
| <b>10. Jubilanti v roku 2023 .....</b>                 | <b>47</b> |
| <b>11. Navždy nás opustili... ..</b>                   | <b>48</b> |

*Milí naši čitatelia,*

*do rúk sa Vám dostáva 1. číslo nášho časopisu „PREŠOVSKÉ ATRIUM“, ktorý sa bude venovať dianiú v našom zariadení.*



*„Nie každý z nás dokáže robiť obrovské veci, ale každý dokážeme robiť malé veci s obrovskou láskou.“*

*Matka Tereza*

## Úvod

**Hlavným poslaním zariadenia Atrium n.o. v Prešove** je vytvárať a umocňovať pocit domova a umožniť prijímateľom sociálnej služby zostať v maximálne možnej miere rovnocenným členom spoločnosti. Najdôležitejším je pre nás náš prijímateľ sociálnej služby. Snažíme sa uspokojiť jeho potreby a predstavy o vlastnej existencii v zariadení. Každý prijímateľ sociálnej služby v seniorskom veku si nájde svoje útočisko v zariadení bez ohľadu na jeho zdravotný stav, pohlavie, farbu pleti, vzdelanie, náboženstvo a pod. Základným krédom poslania je: „Vytváranie atmosféry domova“. Zmienené krédo je možné v plnosti aplikovať do praxe cez aktívne spoluvytváranie príjemnej atmosféry v zariadení vďaka každému zamestnancovi, ktorý zodpovedne pristupuje k svojmu poslaniu podľa pracovnej pozície.

**Atrium n.o. v Prešove**, poskytuje sociálnu službu prostredníctvom Zariadenia pre seniorov a Špecializovaného zariadenia. Zámerom zariadenia je poskytovať kvalitnú sociálnu službu na takej úrovni, aby prijímatelia sociálnej služby vnímali proces starnutia v podmienkach zariadenia na dôstojnej úrovni, kde vládne príjemná atmosféra, kde cítiť blízkosť domova a kde všetci zamestnanci zažívajú úspechy prostredníctvom prínosu hodnotne vykonanej práce a prístupu vo vzťahu k prijímateľovi sociálnej služby, jeho rodine či sociálnej sieti.

**Cieľom zariadenia Atrium n.o. v Prešove** je zabezpečiť každému prijímateľovi kvalitné sociálne služby, istotu, bezpečie, pocit domova, spoluprácu s rodinnými príslušníkmi a blízkymi osobami a vytvoriť tak v humánnom a estetickom prostredí dôstojný život. Vychádza z princípov ľudskej dôstojnosti a autonómie prijímateľov sociálnej služby, z rešpektu k ich názorom a rozhodnutiam. Kladieme dôraz na dodržiavanie ľudských a občianskych práv. Poslaním zariadenia je podpora samostatnosti a sebestačnosti prijímateľov sociálnej služby, zabezpečenie nevyhnutných podmienok na uspokojenie základných životných potrieb, riešenie krízovej sociálnej situácie a prevenciu sociálneho vylúčenia. V rámci neustáleho zvyšovania kvality poskytovaných sociálnych služieb chceme pri poskytovaní sociálnych služieb vytvoriť prostredie dôvery a atmosféru vzájomného rešpektu, profesionálnej odbornosti a zodpovednosti.

**Našou dlhodobou víziou** je poskytovať také sociálne služby, ktoré prijímateľom sociálnych služieb umožnia žiť v prirodzenom prostredí spoločnosti, čo najbližšie k „normálnemu“ životu a v rámci „normálneho“ štandardu.

# 1. Príhovor riaditeľa

*Vážení čitatelia,*

*v rukách sa Vám ocitol časopis „Prešovské Atrium“, ktorý prináša príbeh Zariadenia sociálnych služieb na Dilongovej ulici v Prešove.*

*Jeho prvé narodeniny sú spojené so začiatkom roka 2024.*

*Som nesmierne rád, že spolu s personálom zariadenia prinášame informácie o živote z domova 80 prijímateľov našich služieb a o ich aktivitách počas svojho pobytu.*

*Atrium n. o. aj touto formou chce priblížiť svoje pôsobenie všetkým, ktorí naše služby vyhľadávajú, ale aj využívajú. Chceme byť otvorení, prístupní a ústretoví všetkému a všetkým, a to je súčasť našej vízie fungovania.*

*Hlavným poslaním zariadenia je vytvárať a umocňovať pocit domova a umožniť prijímateľom sociálnej služby zostať v maximálne možnej miere rovnocenným členom spoločnosti. Najdôležitejším je pre nás prijímateľ sociálnej služby. Snažíme sa uspokojiť jeho potreby a predstavy o vlastnej existencii v zariadení.*

*Riadime sa posolstvom Matky Terezy:*

*„ Nie každý z nás dokáže robiť obrovské veci, ale každý dokážeme robiť malé veci s obrovskou láskou.“*

*Na konci mi dovoľte zablahoželať a zároveň poďakovať mojím kolegom za prvé číslo Atriumského polročníka a zaželať im veľa príbehov prinášajúcich radosť a pozitívnu náladu. Nech sa darí a nech sa dlhé roky rodia nové čísla ako dôkaz dobrej praxe.*

## 2. Vznik Atrium n.o. slovom a fotografiou

Nezisková organizácia Atrium n.o. so sídlom: Horárska v Prešove vznikla dňa 25.08.2020 zápisom do registra neziskových organizácií poskytujúcich všeobecne prospešné služby pod číslom spisu: OU-PO-OVSSI-2021/017391, reg. č. : 460/2015 na základe rozhodnutia Okresného úradu v Prešove – odbor všeobecnej vnútornej správy, podľa § 11 ods. 1 zákona o neziskových organizáciách v platnom znení (ďalej len „Zákon“). Okresný úrad v Prešove, po návrhu riaditeľky neziskovej organizácie Atrium n. o. Mgr. Adriány Gmitterovej vykonal zmenu sídla organizácie. Nové sídlo organizácie bolo zapísané dňom 01.08.2022 na sídlo Dilongova 7366/15, 080 01 Prešov.

**Nezisková organizácia zabezpečuje** celoročnou pobytovou formou sociálne služby prostredníctvom Zariadenia pre seniorov na Dilongovej 7366/15 v Prešove, na neurčitý čas s kapacitou 18 miest pre prijímateľov sociálnej služby a prostredníctvom Špecializovaného zariadenia s kapacitou 22 miest pre prijímateľov sociálnej služby.

**V roku 2022** bola spustená prevádzka na Dilongovej 5881/13 v Prešove, s celoročnou pobytovou formou na neurčitý čas, v Zariadení pre seniorov s kapacitou 11 miest pre prijímateľov sociálnej služby a v Špecializovanom zariadení s kapacitou 29 miest pre prijímateľov sociálnej služby.

**Zariadenie sa nachádza** v okrajovej časti mesta Prešov, v blízkosti Fakultnej nemocnice s poliklinikou J. A. Reimana v Prešove. Objekt je situovaný v príjemnom prostredí, obklopený záhradou s možnosťou využívania altánkov a posedenia na lavičkách. Vytvorili sme atraktívne, funkčné a bezpečné verejné priestranstvo, využiteľné na stretávanie sa prijímateľov aj s rodinnými príslušníkmi. Prechádzky, posedenia v altánku, či pozorovanie miestnej fauny pomáhajú prijímateľom načerpať pozitívnu energiu a majú skutočne blahodarné účinky. V areáli zariadenia je k dispozícii aj veľké parkovisko pre návštevy. Zariadenie podporuje kontakt prijímateľa sociálnej služby s rodinou alebo jeho sociálnym okolím. V praxi sa stáva, že prijímateľa sociálnej služby prídu aktívne podporiť a pozdraviť aj jeho spoluobčania z miesta trvalého bydliska. Jedným z ústredných cieľov zariadenia je v čo najväčšej miere zapojiť do procesu podpory a pomoci prijímateľovi sociálnej služby aj jeho rodinu, priateľov, sociálne okolie.

Pred rekonštrukciou



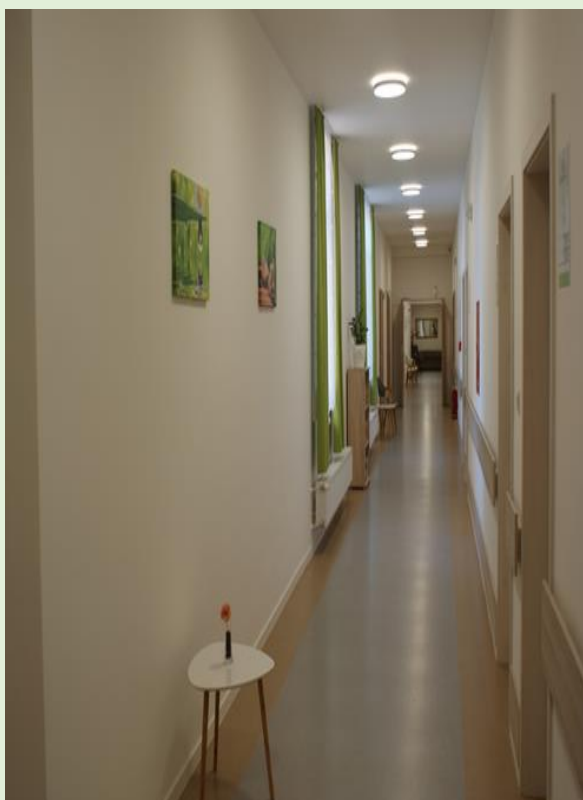
Po rekonštrukcii



Pred rekonštrukciou



Po rekonštrukcii





Pred rekonštrukciou



Po rekonštrukcii



### **3. Zhrnutie rokov 2021 - 2022**

#### **ROK 2021**

V Zariadení pre seniorov na Dilongovej 7366/15, 080 01 Prešov k 31.12.2021 bola zabezpečovaná sociálna služba pre 15 prijímateľov.

V Špecializovanom zariadení na Dilongovej 7366/15, 080 01 Prešov k 31.12.2021 bola zabezpečená sociálna služba pre 18 prijímateľov.

#### **Zariadenie pre seniorov a Špecializované zariadenie:**

**V Zariadení pre seniorov a Špecializovanom zariadení** poskytujeme širšie spektrum podporných záujmových činností a voľnočasových aktivít, aby si každý prijímateľ mohol zvoliť tú činnosť, ktorá najviac vyhovuje jeho záujmom, záľubám a zároveň aj jeho zdravotnému stavu.

**Aktivizácia prijímateľov** je zámerná a cielená, nakoľko vedie k udržaniu ale aj zvyšovaniu doteraz získaných schopností, zručností, prípadne napomáha k zlepšovaniu celkového fyzického aj psychického zdravia prijímateľov. Všetky tieto atribúty sú dôležitým činiteľom pri ďalšom pôsobení prijímateľov v komunite.

**Skupinové aktivity** sa v zariadení realizovali v pravidelných intervaloch, podľa zostaveného harmonogramu a prijímatelia boli o nich informovaní prostredníctvom oznamov na nástenkách v zariadení, prípadne osobne.

**Pre prijímateľov sa v roku 2021** realizovali skupinové aktivity: tréning pamäti, muzikochinnosť, bibliočinnosť, rozvoj pracovných zručností, duchovné potreby, reminiscencia, debatný klub, rehabilitačná činnosť, kultúrno - záujmová činnosť.



## ROK 2022

V zariadení pre seniorov na Dilongovej 7366/15, 080 01 Prešov k 31.12.2022 bola zabezpečená sociálna služba pre 18 prijímateľov. V zariadení pre seniorov na Dilongovej 5881/13, 080 01 Prešov k 31.12.2022 bola zabezpečená sociálna služba pre 10 prijímateľov.

V špecializovanom zariadení na Dilongovej 7366/15, 080 01 Prešov k 31.12.2022 bola zabezpečená sociálna služba pre 21 prijímateľov. V špecializovanom zariadení na Dilongovej 5881/13, 080 01 Prešov k 31.12.2022 bola zabezpečená sociálna služba pre 16 prijímateľov.

### Aktivity a program zariadenia

Pre prijímateľov sa v roku 2022 realizovali skupinové aktivity: tréning pamäti, muzikochinnosť, bibliočinnosť, rozvoj pracovných zručností, duchovná činnosť, reminiscencia, debatný klub, rehabilitačná činnosť, kultúrno - záujmová činnosť.



## DUCHOVNÁ ČINNOSŤ

### Uctenie náboženských a ľudských hodnôt



Uspokojovanie spirituálnych potrieb prijímateľov sociálnej služby nezostáva ľahostajnou témou. Vychádzajúc v ústrety duchovným potrebám dbáme o rešpektovanie náboženskej slobody, čím sa snažíme vytvárať priaznivé podmienky pre slobodný náboženský prejav a život našich prijímateľov. Prijímatelia sa môžu zúčastniť svätej spovede a pristúpiť k prijímaniu eucharistie. Naším želaním je, aby sa naši klienti cítili ako plnohodnotné osobnosti bez bariér, a tak im napomôcť aj v duchovnom rozvoji.



## BIBLIOČINNOSŤ



## REMINISCENČNÁ ČINNOSŤ



## PRACOVNÁ ČINNOST



## ZÁUJMOVÁ ČINNOST





## EXPRESÍVNA TERAPIA



## MUZIČINNOST



## CANISTERAPIA



## OSLAVY PRE PRIJIMATEĽOV



## SKUPINOVÉ CVIČENIE



**MATURITA**



## DEŇ RODINY



## 4. Čo sa udialo v roku 2023

### FAŠIANGOVÝ PLES

*Fašiangy, Turíce, Veľká Noc ide...*

V minulosti ako aj dnes boli Fašiangy obdobím veselosti a hodovania, vyvrcholením čoho bola fašiangová zábava.

My sme si pripomenuli toto veselé obdobie v našom zariadení fašiangovým plesom.

Do rytmu nám hrala ľudová hudba, za čo im patrí veľká vďaka.







## VEĽKÁ NOC V NAŠOM ZARIADENÍ

Je tradíciou, že slávenie Veľkej noci je u nás v zariadení Atrium n. o. spojené s požehnaním veľkonočných jedál a slávením svätej omše.

Týmto by sme sa chceli poďakovať Mgr. Antonovi Semanovi za duchovnú činnosť počas Veľkonočných sviatkov a celému personálu za vytvorenie príjemnej atmosféry.



## STAVANIE MÁJA A VYSTÚPENIE DETÍ ZO SÚKROMNEJ MŠ ELBA

Pri príležitosti stavania mája nás potešili vystúpením detičky a pani učiteľky zo Súkromnej materskej školy Elba na Moyzesovej ulici. Za rozveselenie našich seniorov im patrí VEĽKÁ vďaka. Zároveň by sme sa chceli poďakovať nášmu muzikantovi Danielovi Gumanovi za dotvorenie dobrej nálady.

*„Vstávaj dievča hore, sadíme ti máje,  
ak hore nevstaneš, mája nedostaneš.*

*Máj, máj, máj, zelený  
pod oblôčkom sadený“.*



## 5. Aktivity v Atrium n.o.

### LETNÉ OLYMPIJSKÉ HRY

**Olympijské hry** alebo hovorovo „olympiáda“, je vrcholové športové podujatie, ktoré sa pravidelne koná vo svete a zúčastňujú sa na nich najlepší športovci z celého sveta. Po dôkladnom zhodnotení schopností našich prijímateľov sme sa rozhodli, že jedno takéto podujatie zorganizujeme aj v našom zariadení. Založili sme Olympijský výbor, vybrali sme súťažné disciplíny a žiadne olympijské hry sa nemôžu konať ak pre súťažiacich nemáme medaily!



**Aby medaily** mali pre účastníkov väčšiu hodnotu, po dôkladnej úvahe sme došli k záveru, že si ich vyrobíme vlastnoručne sami. Pre našich šikovných prijímateľov to samozrejme nebol žiaden problém, veľmi si ich výrobu užili a potom netrpezlivo čakali na deň D!



**Keď konečne nadišiel** ten dlho očakávaný deň, vtáčiky štebotali, slnko svietilo, deň ako stvorený pre šport. V kuchyni pripravili raňajky pre šampiónov aby súťažiaci mali dostatok síl, a aj chutné a osviežujúce občerstvenie na celý deň. Olympijský výbor dôkladne pripravil všetky disciplíny v areáli zariadenia.

**Prvé stanovište** preverilo koordináciu a sústredenie našich prijímateľov a to tak, že mali prejsť určenú trasu s orechom na polievkovej lyžici. Ani vozíky a chodítka nezabránili vrcholovým výkonom.

**Druhá disciplína** poriadne prevetrala nohy a zrak, a tiež aj futbalovú minulosť, keďže museli triafať loptu do bránky. V úzadí neostal ani postreh a bystré oči, ktoré preverila **tretia a štvrtá úloha**, a to boli hod kruhov na tyč a triafanie orechov na šnúrke do úzkych pohárov. Presnú mušku ukázalo posledné stanovište, a to hod šípkami na terč v príjemnom tieni našej košatej lipy. Za všetky disciplíny súťažiaci získavali body ktoré sme na záver spočítali. Medaily boli slávnostne odovzdávané pánom riaditeľom pri obede.

**Všetci účastníci si to užili a už sa tešia na nastávajúce Zimné olympijské hry.**

**Blahoželáme všetkým zlatým medailistom.**



Menovite :

*pani*

*Julke K.,*

*pani*

*Anne K,*

*a pani*

*Verone S.*



## AVES TERAPIA

Aves terapia je jeden z najnovších druhov terapií. Je to liečenie pomocou vtákov, v sokoliarstve pomocou cvičených dravcov, ktoré svojím citlivým a pokojným správaním dokážu v ľuďoch zanechať pozitívny dojem, dokážu zlepšiť pamäť a koncentráciu, orientáciu v čase a priestore, redukovať pocit stresu a tým urýchliť proces liečby, podnecovať sociálne a emočné cítenie. Sme veľmi radi že aj my sme mohli tieto pozitívne účinky vyskúšať na vlastnej koži, pohľadiť si zvieratá ktoré sa len tak bežne nevidia, a zoznámiť sa s nimi. V júli nás totiž navštívili lietajúci terapeuti kuvik Peťko, orlica Olinka, výr Emka, sova Amálka a spolu so svojím sokoliarom Filipom Kollárom nám predviedli nezabudnuteľné predstavenie.





## DENNÝ TÁBOR

Aké by to boli letné prázdniny bez tábora? No my si to teda nevieme a ani nechceme predstaviť, a preto sme sa rozhodli, že ani našich seniorov nemôžeme pripraviť o tento letný zážitok. Dopoludnie sme strávili ako v skutočnom letnom tábore. Logickými hádankami sme si precvičili hlavy, nezabudli sme ani na fyzické aktivity a energiu sme si doplnili domácim koláčikom, ktorý sme si deň vopred pripravili.







## GRILOVAČKA

Leto si bez dobrej „grilovačky“ hádam ani nevieme predstaviť.

Naše milé pani kuchárky nám pripravili chutné špekáčky, údržbár Miro nám rozpálil gril, sociálne pracovníčky a inštruktorky sa na chvíľu zmenili na obsluhujúci personál, zdravotnícky a rehabilitačný personál vytváral dobrú náladu v rytme „oldies“ hitov.

**Počasié nám prialo**, na čerstvom vzduchu sa nám lepšie dýchalo, spoločnosti sme sa tešili a naše bruchá boli naplnené. K dobrej nálade prispeli aj svieže nealkoholické letné drinky.



## 6. Deň rodiny – 2. ročník

**Dňa 21.09.2023 sme sa všetci tešili na 2. ročník Dňa rodín.** Bol pripravený pestrý program, nachystané bolo bohaté občerstvenie, čapovaná kofola a Birrel tiekli prúdom.

Tento deň sme zahájili svätou omšou, potom sme predstavili časť aktivít, ktorými spríjemňujeme dni našich seniorov. Mgr. Danka Petrufová nám ukázala, ako podporuje pamäť a myslenie počas kognitívnej aktivizácie, Mgr. Stanislava Macková predviedla význam a pomôcky z reminiscenčnej činnosti, Vaneska Majírská s canisterapeutickým psíkom Nelkou sa prešli medzi rodinami, kde sa pozdravili s kamarátmi a kamarátkami z nášho zariadenia. Do nálady nám hrala skupina Kapušanske richtaroše a neskôr aj muzikanti z folklórneho súboru Šarišan. Rodinní príslušníci a priatelia Atrium prichádzali celý deň, nálada bola skvelá, svietilo nám slnko a ľudia sa spoznávali.





## VOĽBY ZÁSTUPCOV OBYVATEĽOV ZARIADENIA

**16. októbra o 14:00 hod. sa v Atrium n.o. konali voľby zástupcov obyvateľov zariadenia.** Oprávnení voliči si vyberali svojich zástupcov, ktorí ich budú reprezentovať po celé volebné obdobie. Voľby prebehli pokojne, neudialo sa nič, čo by závažne narušilo ich priebeh.

Volebné miestnosti sme o 16:00 hod. zatvorili a členovia volebnej komisie spočítali hlasy. Záujem o voľby bol veľký, zúčastnilo sa takmer 80 percent voličov.

Vítazi volieb:

|                              |                   |
|------------------------------|-------------------|
| Špecializované zariadenie 15 | Mária Galbavá     |
| Špecializované zariadenie 13 | Gabriela Juhasová |
| Zariadenie pre seniorov 13   | Terézia Semanová  |
| Zariadenie pre seniorov 15   | Anna Petříková    |



## EXPRESÍVNA TERAPIA

Pravdepodobne si hneď po prečítaní názvu kladiete otázku „Čo je to expresívna terapia?“

**Expresívna terapia** dokáže pomáhať pomocou kreatívnych prostriedkov sebaujadrnenia viac ako terapia hovoreným slovom. Je veľmi užitočná pre ľudí, ktorí majú problém vyjadriť svoje pocity, myšlienky a emócie.

Skúsená andragogička Mgr. Danka Petrufová by vám o tom určite vedela dôkladne porozprávať. Overenými formami umeleckého vyjadrenia ako sú napríklad tanec, maľovanie alebo hudba dokáže v našich prijímateľoch prebudiť potlačené emócie, ktoré nedokážu vyjadriť prirodzene.



## REMINISCENČNÁ ČINNOSŤ

Predpokladáme, že tak ako pri slove expresívna terapia, tak aj pri reminiscenčnej činnosti sa pýtate „Čo to je?“

**Reminiscencia** je v jednoduchom preklade spomienka alebo oživenie niečoho z minulosti. Slávny psychiater Robert Butler v roku 1963 začal ako prvý opisovať reminiscenciu a jej priaznivý význam pre starších ľudí. Je to spôsob, ako opäť prebudiť život v seniorovi. Spôsob, ako ho aktivovať a zachovať mu pamäť v dobrej kondícii. Táto činnosť využíva zachovanú dlhodobú pamäť a cez uchované spomienky ho aktivizuje. Spomienky si vybavuje pomocou rôznych podnetov, ako sú staré fotografie, staré predmety z domácnosti, hudbu a čokoľvek iné, čo mu pripomenie jeho aktívny život. Prostredníctvom tejto činnosti sa snažíme spolu s nimi spomínať na ich detstvo, mladosť, profesijný život, tradície v rodine a rôzne významne životné udalosti.



## 7. Október mesiac úcty k starším

V decembri v roku 1990 bol mesiac október vyhlásený Valným zhromaždením Organizácie spojených národov (OSN) za Mesiac úcty k starším a 1. október za Medzinárodný deň starších.

**Úcta k starším** by mala byť samozrejmosťou či už v rodine, na pracovisku, v dopravných prostriedkoch, jednoducho všade. Starší človek je predovšetkým skúsený človek. Svojimi životnými skúsenosťami a cennými radami môže obohatiť život rodiny a byť jej oporou a príkladom. Nájdime si čas, vľúdne slovo, úsmev pre starších neustále, nie len počas októbra, aby sme dokázali, že každý človek má hodnotu. Nezabúdajme na tých, ktorí pre nás prinášali obete, pretože aj my raz budeme starí a budeme si pripadať nepotrební. Ved' staroba sa týka nás všetkých. V tomto rýchlo starnúcom svete je potrebné podporovať aktívnu účasť starších obyvateľov na spoločenskom dianí, využiť ich skúsenosti, poznatky a hlavne podporiť zdravý životný štýl a zdravé starnutie obyvateľov. Starostlivosť o starších občanov je odrazom vyspelosti a úrovne spoločnosti.

**Úcta a rešpekt** k našim prijímateľom je to, o čo sa snažíme každý deň počas celého roka, no aj napriek tomu je mesiac október niečím výnimočný. Je to mesiac, kedy im nielen my, ale aj pozvaní hostia vyjadrujeme vďaku za ich prácu pre spoločnosť a obetavosť pre vlastnú rodinu. V Atrium n.o. sa niesol október v duchu hudby, tanca, a dobrej nálady. Podujatia boli pestré a naplnili nás príjemným umeleckým zážitkom.

### NAVŠTÍVILI SME ...

Dňa 5. októbra sme prijali pozvanie od mesta Prešov na hudobný koncert, kde vystupovali pedagógovia, ktorý pôsobia na konzervatóriu v Banskej Bystrici. V ich repertoári boli piesne od Františka Krištofa Veselého, Karola Duchoňa a mnoho ďalších.



Dňa 11. októbra prijali pozvanie páni, ktorí si hovoria Kapušánske richtároše. Táto mužská hudobná kapela, ktorá pochádza z obce Kapušany, nám zahrala a zaspievala tradičné ľudové piesne zo šarišského a spišského regiónu.



Dňa 17. októbra nám predviedli svoje umenie študenti a pedagógovia súkromného konzervatória Dezidera Kardoša z Prešova. Vystúpenie pozostávalo nie len zo scénického a baletného tanca, ale aj z klasickej hudby.



Dňa 24. októbra nás navštívili deti zo Súkromnej materskej školy Elba, ktoré si pre nás pripravili roztomilý hudobno – tanečný program.





## 8. Kaviareň u starých rodičov

To, že káva má množstvo zdraviu prospešných účinkov, vedeli už naši predkovia stáročia pred nami. Už v 9. storočí bola káva zaradená medzi látky s liečivými účinkami zlepšujúcimi pamäť a čistiacimi účinkami na pokožku. Postupne si táto pochúťka našla priaznivcov po celom svete.

Druhý októbrový týždeň sa u nás uskutočnilo **slávnostné otvorenie kaviarne**. Súčasťou kaviarne je aj knižnica, v ktorej máme pestrú zbierku nielen odbornej ale aj oddychovej literatúry a elektronický klavír, ktorý je k dispozícii našim prijímateľom a hosťom. Kaviareň je vždy otvorená pre všetkých milovníkov kávy a čaju alebo aj pre tých, ktorí si radi posedia v pokoji pri dobrej knihe, či už osamote alebo v príjemnej spoločnosti.

Ďakujeme Mgr. Stanislave Mackovej, ktorá nám v deň otvorenia kaviarne prišla porozprávať ako kávové zrná obohatili svet. Dozvedeli sme sa všetko o pôvode kávy, výrobe, o jej chuti a zdraviu prospešných účinkoch na organizmus.





## MIKULÁŠ V ZARIADENÍ



VIANOCE 2023



## 9. Vzdelávanie zamestnancov

### KÝM PRÍDE ZÁCHRANKA ...

**Prvá pomoc** je súbor jednoduchých a účelných opatrení, ktoré slúžia na rýchlu medicínsku pomoc pri náhlom ohrození života alebo postihnutí zdravia, ktoré môžu byť poskytnuté kdekoľvek a kedykoľvek aj bez špeciálnych pomôcok. Aj my sme mali možnosť zdokonaľiť sa v týchto praktikách pod vedením Bc. Miroslava Nagya, dipl. z.z., ktorý nám teoreticky a prakticky ukázal, ako správne zareagovať pri život ohrozujúcich stavoch.



Hlavnou myšlienkou celého seminára bolo vedieť správne vyhodnotiť zdravotný stav, určiť kedy už je čas volať záchrannú zdravotnú službu a podať neodkladnú zdravotnú pomoc, **kým príde záchranka.**



## AED

**Automatický externý defibrilátor (AED)** je navrhnutý na zvládanie núdzových situácií s náhlou zástavou srdca a poskytuje pomoc pri kardiopulmonálnej resuscitácii. Toto vysoko efektívne zariadenie je vhodné aj pre neodborníkov, keďže zariadenie je vybavené jasným hlasovým sprievodcom, ktorý je ideálnym spoločníkom pri záchrane života a pomáha v čase, kým príde záchranná zdravotná služba.

Od 18.10. 2023 máme aj my takýto defibrilátor k dispozícii na recepcii spolu s resuscitačnou sadou a je zaregistrovaný v AED mape na internetovej stránke [www.155.sk](http://www.155.sk)



## GERONTOOBLEK

Dobre sa starať o seniorov znamená aj vedieť sa vcítiť do ich kože. Preto sme sa radi zúčastnili na **seminári o gerontoobleku**. Oblek váži asi 16,5 kg, je zložený z niekoľkých komponentov, ktoré simulujú zhoršené videnie, nedoslýchavosť, obmedzenú pohyblivosť, sťažené dýchanie, narušenú jemnú motoriku, úbytok svalovej sily, stuhnutosť kĺbov a celkový pocit závislosti.

Vyskúšať si, aké to je, sme si mohli vďaka zástupkyňi firmy HARTMANN Slovensko pani RNDr. J. Balunovej. Tento zážitok nám pomohol lepšie pochopiť, aké je byť bezmocný a odkázaný na pomoc iných.



## 10. Jubilanti v roku 2023

|                              |                 |
|------------------------------|-----------------|
| <i>Jindrich Doubrava</i>     | <i>80 rokov</i> |
| <i>Magdaléna Dugasová</i>    | <i>85 rokov</i> |
| <i>Zuzana Gicová</i>         | <i>90 rokov</i> |
| <i>Mgr. Peter Hruška</i>     | <i>90 rokov</i> |
| <i>Mária Hudáková</i>        | <i>85 rokov</i> |
| <i>Milota Kaňuchová</i>      | <i>80 rokov</i> |
| <i>František Lepák</i>       | <i>80 rokov</i> |
| <i>Mária Mihaľová</i>        | <i>95 rokov</i> |
| <i>Olga Paulovská</i>        | <i>80 rokov</i> |
| <i>Ján Petija</i>            | <i>85 rokov</i> |
| <i>Anna Petříková</i>        | <i>85 rokov</i> |
| <i>Terézia Semanová</i>      | <i>80 rokov</i> |
| <i>Rozália Štellerová</i>    | <i>90 rokov</i> |
| <i>PaedDr. Andrej Tilňák</i> | <i>90 rokov</i> |
| <i>RNDr. Rudolf Věchet</i>   | <i>75 rokov</i> |
| <i>Helena Žideková</i>       | <i>80 rokov</i> |



## 11. Navždy nás opustili...

### *Január*

*Irena Milčevičová* 18.01.2023

*Eva Pariláková* 21.01.2023

*Helena Dušáková* 27.01.2023

### *Marec*

*Ružena Štofková* 03.03.2023

*Irena Štrausová* 26.03.2023

*Štefan Čekán* 05.03.2023

*Anna Kmecová* 15.03.2023

### *Máj*

*Anna Straková* 08.05.2023

*Milan Kapalla* 29.05.2023

### *Jún*

*Andrej Malík* 07.06.2023

### *Júl*

*Mária Maťufková* 31.07.2023

### *August*

*Alžbeta Kovalčinová* 07.08.2023

*Július Mihalič* 24.08.2023

### *Október*

*Rozália Pauková* 14.10.2023

*Ing. Ján Spodniak* 27.10.2023

*Eva Šmáliková* 13.10.2023

### *November*

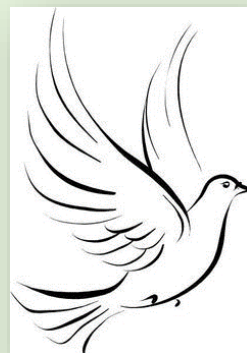
*Katarína Grešlíková* 29.11.2023

### *December*

*Margita Telekešová* 01.12.2023

*Jozef Hažlinský* 02.12.2023

*Anna Kaňuchová* 02.12.2023



*S úctou spomíname*