

T	O	G	N	I	J	A	D	R	O	P
S	R	M	I	L	O	P	O	T	R	A
A	A	G	Á	T	M	O	C	E	E	C
L	K	D	U	R	A	L	Z	Í	A	I
P	O	L	Y	S	T	Y	R	É	N	V
O	B	E	L	D	E	E	M	K	I	O
N	O	Y	M	O	R	T	S	Í	V	R
E	R	V	L	S	I	Y	R	N	O	O
F	Ý	O	A	K	Á	L	U	I	R	B
S	V	K	T	A	L	É	D	L	U	E
O	L	I	A	T	I	N	A	H	S	L

beľ, cín, kov, rez, agát, lata, ruda, trám, doska, dural, ingot, jadro, olovo, strom, topol, hliník, liatina, výrobok, borovica, materiál, surovina, fenoplast, polyetylén, polystyrén

Riešenie osemsmerovky:

--	--	--	--	--	--	--	--	--

Redakčná rada si vyhradzuje právo krátiť a upravovať príspevky.
 Neuverejnené a nevyužíte príspevky nevraciam. Správne odpovede
 vylúštenej osemsmerovky vložte do drevenej schránky HUMANUS na
 vrátnici do 15. marca 2016. Zo správnych odpovedí vyžrebujeme
 výhercu, ktorý získa vecnú odmenu.
 Výherca z predchádzajúceho čísla je Mgr. Danko Malčeková.
 Gratulujeme.

**Január 2016 číslo 23. ročník VII.
Časopis Zariadenia pre seniorov
a Domova sociálnych služieb Humanus, n. o.**



**HUMANUS, n. o.
ZPS, DSS
Nábřežie A. Hlinku 51
920 01 Hlohovec
www.humanus.sk**

NOVÁ TVÁR

Milí občania, priatelia, súčasní kolegovia zariadenia Humanus. Dovoľte, aby som sa Vám v krátkosti predstavil.

Moje meno je ako už mnohí stihli zaregistrovať Peter. Ak by som mal svoje meno predstaviť formou známeho Jamesa Bonda, tak by to bolo takto: "Novák, ...Peter Novák". Mám 32 rokov (...áno, je to pravda). Vyštudoval som *psychológiu* na Univerzite Sv. Cyrila a Metoda v Trnave. Paradoxne nemám strednú školu, ktorá by predpokladala moje štúdium *psychológie*, nakoľko mám ukončenú strednú školu elektrotechnickú.

Ale keďže človek mieni a Pán Boh mení, tak som sa počas svojho života ocitol na rôznych pracovných pozíciách a miestach. Aby som to zhrnul: Pracoval som nejaký ten rok v Anglicku neďaleko Londýna, kde som sa staral o domácnosť, zvieratká, deťúrence atď. Na Slovensku som pracoval ako asistent predaja, špecialista telemarketingu, kontrolór kvality, sanitárny pracovník a dokonca som bol aj v príprave na pozíciu rušňovodiča (ale tam som zistil, že táto práca nie je moja budúcnosť, tak som odišiel).

Ako *psychológ* som pracoval rok (počas zastupovania materskej) na Ústrednom inštitúte vzdelávania a psychológie ŽSR v Bratislave.

Z môjho súkromia môžem napísať, že žijem spolu s najúžasnejšou manželkou v Piešťanoch, kde pracuje ako lekárka v nemocnici na oddelení Anestéziológie. Mám jednu staršiu sestru, ktorá pracuje ako letuška v Nemecku, kde aj s partnerom spoločne žijú. Z mojich záujmov spomeniem hlavne Vás, ste jedným z mojich hlavných záujmov, nakoľko si myslím, že je poslaním každého mladého človeka aby venoval pozornosť i svoju silu práve Vám, našej staršej generácii. Taktiež mám rád filmy, behanie, varenie, psychologickú literatúru atď.



Váš Mgr. Peter Novák

PRIPRAVUJEME

Najkrajšie sviatky v roku máme za sebou, oddýchnutí a plní elánu začíname nový rok 2015. V našom zariadení sa budeme nielen stretávať na aktivitách a pri tvorbe nových výrobkov, ale nás aj čakajú nové akcie, na ktorých sa budeme kultúrne vyžívať a ktoré nám prinesú nové zážitky. V mesiaci január sa tešíme do divadla. Vo februári by sme chceli prvý rok zorganizovať maškarný ples, takže milí klienti, začnite s prípravou kostýmov. Na štvrtom poschodí bude už tradične výstava súťažných fotografií. V marci- v mesiaci kníh sa pôjdeme pozrieť na besiedku do knižnice a keďže Veľká noc bude tiež v tomto mesiaci, nesmieme zabúdať na výzdobu a veľkonočné posedenie. Veríme, že s Vašou pomocou a podporou všetky pripravené akcie zrealizujeme ☺

Redakčná rada

VTIPY

Slovenský päťboj:

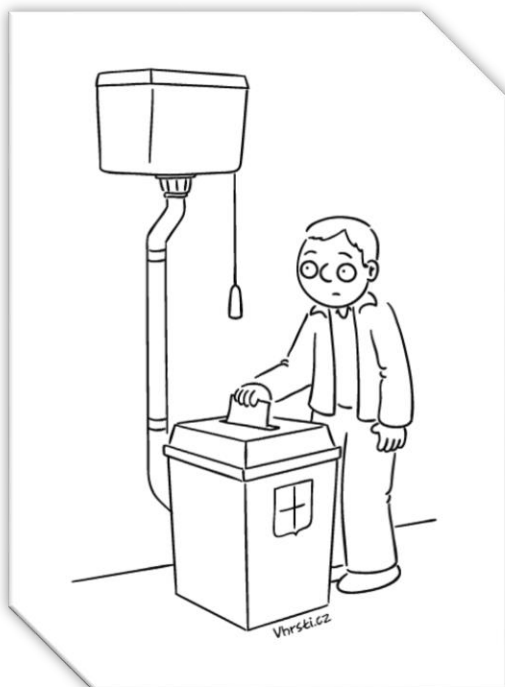
1. Šprint do krčmy.
2. Slovenská hádzaná.
3. Hod tyčkou.
4. Orientačný beh domov.
5. Zápasenie s opicou.

Prečo chlapi nemajú celulitídu? Lebo je to hnusné!

Poľovník prichytil v lese chlapa s autom a v jeho kufri našiel jeleňa. Oboril sa na neho:

- Čo to má znamenať?
- Nič. To je môj pes!
- A čo tie parohy?
- To je jeho problém!

- Prečo sa vždy spiješ do nemoty?- Aby som žene nemusel doma nič vysvetľovať.



VŠETkým OSLÁVENCOM SRDEČNE BLAHOŽELÁME

OKÓBER

Michal Štrba - 65 rokov,
Margita Stupjanská - 81 rokov,
Vladimír Behúl - 68 rokov,
Kamil Gschwandtner - 83 rokov,
Oľga Horváthová - 81 rokov,
Jozef Tuchyňa - 92 rokov,
Ema Roháčková - 90 rokov,
Mária Kurcová - 83 rokov,
Mária Ondrigová - 87 rokov,
Mária Pažitná - 80

NOVEMBER

Mária Machovcová - 94 rokov,
Juliana Šarvaicová - 87 rokov,
Judita Páleníková - 86 rokov,
Margita Špániková - 70 rokov,
Katarína Košíková - 77 rokov,
Bernardína Garaiová - 83 rokov,
Jolana Synáková - 90 rokov,



DECEMBER

Oľga Lužáková - 81 rokov,
Štefánia Malinová - 86 rokov,
Ján Hrubý - 63 rokov,
Jozef Chalka - 72 rokov,
Ján Horvát - 77 rokov,
Vdp. Mgr. Miloslav Mrva - 79 rokov,
Mgr. Julian Mitošinka - 46 rokov,
Anna Minichová - 83 rokov,
Eva Vančová - 86 rokov,
Eva Bachňáková - 76 rokov,
Ľudmila Holobradá - 88 rokov,
Klára Medeková - 65 rokov,
Tomáš Briatka - 88 rokov,

JANUÁR

06. Na Tri krále mnoho hviezd – mnoho zemiakov.
15. Na deň svätého Pavla pustovníka pekný deň – dobrý rok, veterný deň – mokrý rok.
25. Ak vraj je na Pavla tuhá zima, bude dobrá úroda, ak však prší, bude málo krmiva.

FEBRUÁR

02. Keď sú na Hromnice snežné povetrice, objaví sa skoro usmievavé líce.
02. Keď svetlo svieti na Hromničku, zbieraj slamu na chodničku.
06. Plačlivá Dorota, omrzlá robota.
23. Keď je pekne na Romana, býva žatva požehnaná.

MAREC

07. Na sv. Tomáša sneh mäkne a je z neho kaša.
19. V teplom vetríku svätý Jozef prosí, aby odniesol škodlivé chrobáky a muchy.
25. Na deň Zvestovania Panny Márie dážď, rodí sa raž.
25. Matka boží trávu množí.

Obsah:

SPONZOR	4
ZIMA	6
MILUJME SPRAVODLIVOSŤ	7
KEĎ CHODÍ BOCIAN...	8
VRAVÍ SA KATARÍNA NA BLATE, VIANOCE NA ZLATE	9
3. ROČNÍK „SÚŤAŽ O NAJKRAJŠIU FOTOGRAFIU“	10
NÁVŠTEVA SV. MIKULÁŠA	12
VIANOČNÉ TRHY	13
OSLAVA NOVÉHO ROKA V NAŠOM ZARIADENÍ	14
CVIČME V RYTME	15
SPOZNÁTE VČAS MOZGOVÚ PORÁŽKU?	16
JABLKO	16
ZIMA, ZIMA, ZIMA JE VELIKÁÁÁ	17
OSLÁVENCI V MESIACCHOCH OKTÓBER, NOVEMBER, DECEMBER	18
PRANOSTIKY	18
PRIPRAVUJEME A VTIPY	19



Štvrťročník HUMANUS – vydáva Humanus, n. o.. Zodpovedný riaditeľ: Ing. Mária Šišková.
 Redakčná rada: Mgr. Mária Slobodová, Mgr. Mária Buzášiová, Bc. Tomáš Kramár,
 Mgr. Peter Novák. Grafická úprava: Mgr. Mária Buzášiová, Bc. Tomáš Kramár. Adresa:
 Humanus, n. o., Nábrežie A. Hlinku 51, 920 01 Hlohovec. Vychádza štvrťročne. Uzávierka
 čísla: 14.01.2016. Vyšlo: 20.01.2016. Náklad kusov pre klientov 200 a zamestnancov
 zariadenia Humanus, n. o. a ich rodinných príslušníkov zdarma. Tlač Profi – Copy Nitra.



RUČNÁ AUTOUMYVÁREŇ

Svätopeterská 83/A Hlohovec

Pracovná doba: pondelok - sobota: podľa objednávok

Za čas, čo pôsobí naša umyváreň na trhu sme sa úspešne zaradili medzi konkurenciu a získali sme mnoho spokojných zákazníkov. Sme rýchlo sa rozvíjajúca spoločnosť, pretože našou prioritou je vyhovieť akýmkoľvek zákazníkovým požiadavkám s dôrazom na vysokú odbornosť, dlhodobú a kvalitnú spoluprácu a individuálny prístup ku každému klientovi. Čo sa týka konzultácií, sme klientom k dispozícii 7 dní v týždni.

Naša **ponuka** pre Vás je nasledovná:

- komplexné služby v oblasti ručného umývania a čistenia vozidiel – ručné umývanie vozidiel, čistenie interiéru
- hlboké tepovanie
- čistenie a konzervácia kože
- voskovanie karosérie s dlhodobou ochranou laku
- odstraňovanie živice, asfaltu, diaľničných nálepkou, reklám, jemných škrabancov
- dezinfekcia klimatizácií a interiéru
- čistenie diskov a pneumatík pred uskladnením
- hlbkové tepovanie sedacích súprav v domácnosti, v kanceláriách a pod.
- čistenie a impregnácia kožených sedacích súprav

Ďalej ponúkame **služby pneuservisu**, ako je výmena pneumatík a vyvažovanie. Na umývanie a čistenie používame výhradne kvalitnú značkovú autokozmetiku.



Pribinova 18, 920 01 Hlohovec

Otváracie hodiny: pondelok - piatok 9:00-17:30, sobota 8:00-12:00

Spoločnosť Jutex je na trhu od roku 1990 a zaoberá sa veľkoobchodným a maloobchodným predajom parkiet, meraných kobercov, kusových kobercov, PVC krytín, plávajúcich podláh, tapiet na stenu, interiérových dverí a záclon. K najväčším prednostiam spoločnosti Jutex patrí kvalita dodávaného tovaru, rýchly dovoz a maximálna ústretovosť voči zákazníkom.



ZIMA, ZIMA, ZIMA JE VELIKÁÁÁ

Pani jeseň nám priniesla, okrem pestrofarebnej parády a množstva šuchotavého lístia aj plné hlávky kreatívnych nápadov. Teplý a slnečný čas, ktorý sme využívali hlavne na prechádzky, nám pominul, preto väčšinu aktivít sme sústreďovali vo vyhriatej dielni a čajovom kútiku.

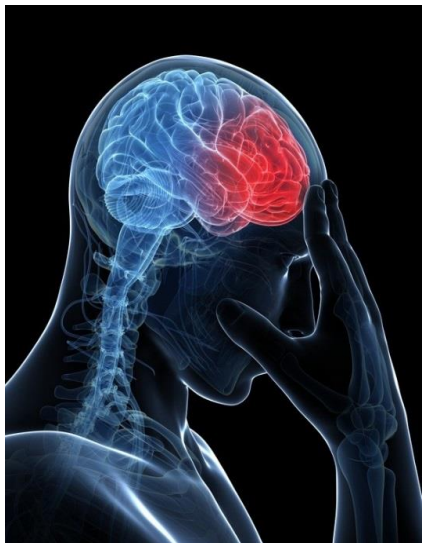
Nápadov bolo veru neúrekom. Najskôr sme začali zdobením vencov prírodným materiálom pozberaný počas letných a jesenných prechádzok. V plnom prúde sme sa pripravovali na najkrajšie sviatky v roku...VIANOCE. Na obľúbenom krajčírskom krúžku sme vyrábali látkových, vypchávaných macíkov, mikulášske ponožky, vianočné ozdoby na stromček (ľadové korčule, zimné rukavice, škoricovo-gombíkové stromčeky, muchotrávky). Tvorivý krúžok bol taktiež plný vianočných kreácií, varili sme prírodné bylinné mydlá, vyrábali voňavé sviečky, vianočné pohľadnice, škrobené dekoračné stromčeky. Pre navodenie vianočnej atmosféry sme sa snažili tradične vyzdobenú jedáleň dozdobiť ručne zhotovenými guľami a zmenšeninami saní.

Pred Vianočnými sviatkami sme si voľné chvíle spríjemňovali okrem počúvania kolied aj pečením rôznych maškrt a ich zdobením. Chutné koláčiky sa servirovali a ochutnávali na štedrovečerných stoloch. Všetkým našim drahým pomocníkom zo srdca ďakujú terapeuti i sociálni pracovníci. ĎAKUJEME.

Mgr. Mária Buzášiová, Bc. Tomáš Kramár



Výroba mydielok



SPOZNÁTE VČAS MOZGOVÚ PRÍHODU?

Ako sa môže prejavíť mozgová porážka:

1. náhla slabosť alebo necitlivosť tváre, rúk a nôh, najčastejšie na jednej strane tela.
2. rozmazané videnie alebo strata zraku na jednom oku alebo obojstranne.
3. zmätenosť, sťažené rozprávanie, či porozumenie reči.
4. silné bolesti hlavy bez zjavnej príčiny.
5. problémy s chôdzou alebo závraty.

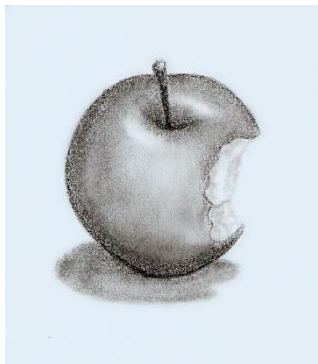
Ak ste spozorovali príznaky porážky u seba alebo u niekoho vo vašom okolí, okamžite volajte **112** alebo **155**. Môžete zachrániť ľudský život, lebo ide o sekundy.

Lit.: Bedeker zdravia, medicína-prevencia-zdravý životný štýl, 02-2015

MUDr. Xénia Vejborová

JABLKO (PRÍBEH BRUNA FERRERA)

Veľmi bohatý a mocný kráľ v Bengodi, každé ráno prijímal hold svojich poddaných. Podmanil si všetko, čo sa podmaniť dalo, a predsa sa nudil. Spolu s ostatnými prichádzal každé ráno aj mlčanlivý žobrák. Priniesol kráľovi jablko a potom bez slova odišiel. Kráľ navyknutý prijímať iné dary prijal žobrákov dar trochu znechuteným gestom, ale len čo sa žobrák obrátil, začal sa mu posmievať a celý dvor s ním, žobráka to neodradilo. Prichádzal každé ráno odovzdať kráľovi svoj dar. Kráľ jablká prijímal a odkladal ich do koša pri tróne. Dával doňho všetky jablká, ktoré mu žobrák s úctou trpezlivo prinášal, až začali z koša vypadávať. Jedného dňa do vypadnutého jablka zahryzla kráľova obľúbená opica, prudko odpľula a hodila ho ku kráľovým nohám. Prekvapený kráľ zbadal v jablku žiarivú perlu. Hneď dal porozkrajovať všetky jablká a v každom z nich našiel perlu. Celý udivený si dal čudného žobráka zavolať. „Prinášal som ti, pane, tieto dary,“ povedal žobrák, „aby som ti ukázal, že život ti každé ráno ponúka mimoriadny dar, na ktorý zabúdaš a zahadzuješ ho, lebo si ponorený do veľkého bohatstva. Tým darom je každý deň, ktorý sa začína.“





NADÁCIA POMOC JEDEN DRUHÉMU

Nitrianska 103, 920 01 Hlohovec

Nadácia Pomoc jeden druhému sa venuje pomoci druhým od roku 2005. Cieľom je pomôcť deťom a dospelým s ťažkým zdravotným postihnutím a taktiež rodinám s nižším príjmom. Príbehy detičiek a rodín, ktoré denne bojujú s ťažkým osudom, nadácia uverejňuje na svojej webovej stránke www.pomocjedendruhemu.sk. Od roku 2011 finančne podporuje aj dom pre deti s HIV, House of Family v Kambodži. Nadácia sa taktiež podieľala na zriadení centra, ktoré vzniklo v roku 2014 a je určené pre deti s hendikepom, ktorým je odporúčané cvičenie Bobath konceptom. Novinkou centra je metóda Therasuit, ktorého súčasťou je cvičenie v Therasuit obleku.



energie²

Energie2 a.s. je slovenská spoločnosť zabezpečujúca dodávku elektrickej energie a zemného plynu na slovenskom, českom, maďarskom, poľskom a chorvátskom trhu pre všetky typy firiem, organizácie, verejný sektor aj domácnosti. Pôsobí dlhodobo na trhu ako významný dodávateľ a pre svojich koncových zákazníkov poskytuje široké spektrum produktov a služieb s cieľom maximálne uspokojiť ich požiadavky s ohľadom na primeranosť ich cenovej úrovne.



**FANDÍM
RENESANCI**
v energetike

ZIMA

“Zima“, jedno slovo, jeden pojem, ktorý vyjadruje celú škálu najrôznejších významov. Zima ako ročné obdobie, zima ako pocit ktorý sa nám zakráda pod sveter, zima ako symbol krajiny, ktorú prikryla krásna biela perina.

Zima ako námet pre krásne skladby, filmy, obrazy, či rôzne postavy. Veď, kto by nepoznal tak známu Perinbabku, alebo nádhernú skladbu od Haničky Zagorovej “Zima, zima, zima“ ... všude je velikááá, všude sníííh, všechno led na tři záááamky zamykááá. Domy jsou jako dort, všude bííílé cukrovííí, severák tasil kord k útoku se hotovííí ...

Už je to skrátka tak, o zime by sa dalo písať nespočet viet plných myšlienok, ktoré ohrejú pri srdiečku i napriek paradoxu, že zima je symbolom mrazu.

Áno, zima je znakom mrazu a to najmä tá tohtoročná, ktorá nám síce dokazuje silu svojej chladivej tváre, no pomyselná Perinbabka nám akosi nechce dožičiť pohľad na snehobielu fujavicu. Každopádne ešte niet posledných zimných dní a pevne verím, že zimička sa nám ešte predstaví v plnej nádhere. V podobe romanticky vŕzgajúceho snehu pod topánkami, v krásne znejúcom tichu medzi padajúcimi vločkami, či v pohľade na veselé detúrence s vymrznutými líčkami, ktoré šantia v hromade snehu sánkovaním, guľovaním, či staviac obrovského snehuliaka.

Slová a vety u ktorých sa každému vybaví spomienky na časy bezstarostného detského veku. Prajem Vám v mene svojom i celého zariadenia Humanus krásne zimné obdobie plné zdravia a veselých úsmevov.

Mgr. Peter Novák



Zimná prechádzka v parku a snehoobluda, ktorú sme vytvorili →



CVIČME V RYTME

Milí klienti, tentokrát sme sa rozhodli, že Vám poradíme cviky, ktoré nie sú nebezpečné ani vo vyššom veku. Ak už nie ste najmladší, zacvičte si skôr, ako vyskočíte ráno z postele päť minút cievnu gymnastiku. Vyhnete sa tak závratu a ostatným seniorským nehodám. Ak sa dá, cvičte vždy vo vyvetranej miestnosti alebo pri otvorenom či pootvorenom okne, najlepšie ráno.

Začíname...

- nohy mierne dvihnite nad paplón,
- pokrúžte členkami najprv doprava, potom doľava,
- striedavo pritiahnite a odtiahnite špičky na nohách, pohýbte prstami, rozťahnite ich, spojte, zohnite a vráťte späť, nakoniec opäť pokrúžte,
- to isté zopakujte aj zápästím, rukami a prstami na rukách.



Pre pekné ruky...

- sadnite si na fitloptu, oboma chodidlami sa pevne oprite o zem,
- ruky s polkilovými činkami alebo malými pollitrovými petľaškami s vodou zohnite v lakťoch, dlaňami dohora. S nádychom ich pritiahnite k ramenám, s výdychom opäť vráťte späť a povoľte,
- opakujte 8-krát. Ak vás trápí kolísavý tlak, cvičte pod dohľadom, aby ste nespadli.

Proti ochabovaniu...

Ruky, plecia a medzilopatkový sval účinne posilní gumový expander, ide o gumený pás široký 10 cm rôznej dĺžky, farby a sily odporu. Je určený na rehabilitačné cviky, ako sú oslabené svaly, šľachy, kĺby. Využíva sa to najmä pri artróze, osteoporóze, skolióze, hrbení...

- pohodlne sa posaďte na posteľ, stoličku alebo fitloptu,
- expander chyťte oboma rukami vo výške prs a s nádychom paže rozťahnite do bokov, s výdychom ich uvoľnite a nechajte prísť späť, môžete opakovať 6- až 8-krát.

Kardio...

Stačí 10 minút denne na stacionárnom bicykli a vaše kolená a kĺby sa vám poďakujú. Je to nielen vynikajúca prevencia osteoporózy ale aj vhodný tréning pre pľúca, ciev a srdiečko.

Na boľavé kríže...

- ostaňte v sede, jednu ruku voľne položte na nohu, druhú v oblúku vzpažte a s nádychom sa pomaličky natiahnite doprava,
- s výdychom sa vráťte späť a to isté odcvičte druhou rukou doľava,
- opakujte 8-krát na každú stranu.

OSLAVA PRÍCHODU NOVÉHO ROKA V NAŠOM ZARIADENÍ



Nový rok sme oslávili trochu skôr, ako by sme mali, no my sme sa aj tak zabavili už 30.12.2015. Pravú silvestrovskú atmosféru nám navodila pestrá výzdoba v jedálni, silvestrovské čapice, napečené slané ba i sladké maškrtky, alko aj nealko punč s ovocím. Samotný program sme otvorili krátkym blahoprajným príhovorom a slávnostný prípitkom. O krásny kultúrny zážitok sa postaral ľudový súbor ŠULEKOVO z Hlohovca a tri mladé brušné tanečnice skupiny SAFIRAH pochádzajúce tiež z Hlohovca. Po kultúrnom vyžití bola voľná zábava obohatená napínavou tombolou. Desiatky cien našlo svojich nových majiteľov, pričom posledná a zároveň prvá cena bol tanec s našim Tomáškom.

Na záver ešte raz všetkým prajeme šťastný krok do Nového roku 2016.

Mgr. Mária Buzášiová a Bc. Tomáš Kramár



MILUJEME SPRAVODLIVOSŤ

Na našej ceste do radostnej budúcnosti- kde slnko šťastia nikdy nezapadá- máme sa opierať aj o 4 kardinále čnosti. Minule sme si všimli múdrost, že robíme všetko pod zorným uhlom večnosti. Druhá čnosť je spravodlivosť- dať každému to čo mu patrí. Máme klasické príbehy zo staroveku. Cisár Alexander Severus- vraj sa nikdy neodvážil vysloviť rozhodnutie skôr než by mu 20 právnych poradcov nepodalo k veci úsudok. Keď sa dozvedel, že niektorý sudca dostal úplatok, vraj ho vlastnoručne pripravil o zrak. (To by u nás mali sudcovia svoj vlastný slepecký ústav). Koľko požehnaní, pokoja prináša spravodlivosť, mier a lásku pokiaľ nespravodlivosť je matkou sváru, nepokojov, vojen, vrážd. Duchovný život zapúšťa korene tam, kde vládne v duši pokoj. Nepokoj je smrtiacim jedom, prekážkou na ceste k dokonalosti. I keď vždy nepoškodzuje druhého na majetku, ale môže poškodzovať na cti svojimi úsudkami a rečami. Ako je dôležité si veci premyslieť, aby sme sa neukvapili a neublížili druhým. Jazyk nesmie predbiehať rozum, rýchlejšie hovoria ako myslia, čo sa hovorí o niektorých politikoch. Buďme spravodliví. Páter Špidlík uvádza, čo všetko porušuje spravodlivosť. Predovšetkým kto má nezriadenú lásku k sebe, k príbuzným, k známym, k peniazom, k vlasti, k spolku. Čo vidíme aj pri futbalových a vôbec športových súťažiach. Klubizmus, protekcie, straníckosť, koľko počujeme o klientelizme, lobistických skupinách. Ludské ohľady zatemňujú dušu. Aj cez lásku k spravodlivosti človek jedná nespravodlivo, človek slabý a nerozhodný, ustupuje silnejšiemu, len aby nemal problémy, ale potom si to odnesú tí, ktorých sa nemusí báť. Voči ľuďom chudobným, nevzdelaným a pritom môžu byť lepší ako my. Kto nedokáže tieto antipatie ovládať, ako môže byť spravodlivý. Koľko sociálnej nespravodlivosti vidíme v spoločnosti. Zbohatlíci rozkradli podniky, družstvá, vytunelovali majetky, čo patrilo všetkým. Peniaze uložili v zahraničných bankách a podnik predali. Rodina je zabezpečená na desiatky rokov a druhý nemá na zakúpenie liekov. Spravodlivosť sa znázorňuje so zviazanými očami, čo znamená, že všetkých rovnako miluje, nerobí rozdiely, neuprednostňuje sympatickejších, mladších, krásne ženy, či mužov, ale všetkých rovnako miluje. Sv. Augustín hovorí, že jedná spravodlivo a budeš mať pokoj. Tieto dve čnosti spravodlivosť a pokoj sa ľúbia, sú to dve priateľky. Myšlienka na Najvyššieho nás vedie k spravodlivosti, lebo on všetko vidí a pozná aj tie najtajnejšie záhyby našej duše. Pán dáva krásnu smernicu pre spravodlivosť, čo chcete, aby ľudia robili vám, robte aj vy im. A nezabudnime, že spravodlivý sa zaskveje v kráľovstve nebeskom ako slnko.



A to praje všetkým Miloslav

KEĎ CHODÍ BOCIAN ...

Vedúčka, šiška alebo socka, tak sme si pomenovali našu Martinku, ktorá velila nášmu úseku skoro 3 roky. Svoje zodpovedné manažérske poslanie sa rozhodla využiť tento rok v kruhu svojej rodinky, ktorá sa začiatkom februára rozšíri o jedného malého tvorčeka. Rolu zamestnanca vymenila za rolu matky. Teraz ju čakajú príjemnejšie povinnosti, síce s večne ogrckaným tričkom ale s nezabudnuteľnými zážitkami.

Naša vedúčka z rodu Šiškových uzrela svetlo sveta v Žiari nad Hronom 25. júna 1989. Malá „šiška“ sa v živote uberala rôznymi cestami, radostnými, hľadajúcimi, vzdelávajúcimi, ale aj ťažkými a náročnými. So svojimi rodičmi Ivanom, Máriou a o rok staršou sestrou Ivanou (ktorá mimochodom tiež čaká na jar svoje prvé bábätko) bývali v rodinnom dome v Topoľčanoch. Martinka tam navštevovala základnú školu, neskôr gymnázium, kde bola obľúbená pre svoju pribojnosť, dar reči a nespokojnosť s chodom školstva. Po stredoškolskom



vzdelaní išla pracovať a počas zamestnania študovala na vysokej škole zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety, kde získala titul Mgr (magister). Martinku to do nášho zariadenia stále ťahalo, spočiatku sa venovala klientom ako ergoterapeutka a zabezpečovala voľnočasové aktivity, neskôr sa tu zamestnala ako sociálna pracovníčka. Ako je pre nás sociálnych pracovníkoch dôležité celoživotné vzdelávanie, aj Martinka sa rozhodla svoje vzdelanie dopĺňať- absolvovala arteterapeutický kurz, kurz inštruktora sociálnej rehabilitácie a ako je v našom povolaní dôležitá mediácia, aj toto osvedčenie jej nechýba. Martinke ďakujeme za jej cenné rady, zaškolenie a odovzdanie skúseností a prajeme jej do života veľa síl, energie, príjemných zážitkov so synčekom. Tri roky preletia a ani sa nenazdáme a opäť si budeme pracovné skúsenosti v Humanus- e vymieňať.

Mgr. Mária Slobodová, Mgr. Mária Buzášiová

VIANOČNÉ TRHY

Tento rok sa nám naozaj vydaril. Toto tvrdenie vychádza zo spokojnosti, že sme všetko stihli, čo sme mali. S láskou vyrobené výrobky, aj ich hojné množstvo potešili srdcia mnohých ľudí, hlavne malé deťušky v predvianočnom období. Predávali sme látkových macíkov a slimákov, prírodné mydlá, odlievane sviečky, vianočné vence, jutové stromčeky, filcové ozdôbky, mikulášske punčochy, obrazy na plátne, vankúše, náušnice z ovčieho rúna a mnoho ďalšieho. Naše mesto Hlohovec, ale aj susedná Trnava nám poskytli stánok na vianočných trhoch, ktoré organizovali. Najskôr sme zavítali do Trnavy v nedeľu 13. decembra a potom do Hlohovca v stredu 16. Trhy sme ukončili v našom zariadení, kde sme uskutočnili prvé interné vianočné trhy pre klientov, ale aj zamestnancov. Pri spoločenskej miestnosti sme rozložili stánok s výrobkami, navarili punč a ponúkali nimi napečené koláčiky.

Mgr. Mária Buzášiová a Bc. Tomáš Kramár

Trnavské trhy (13.12.2015):



Trhy v Hlohovci (16.12.2015):



HUMANUS trhy (22.12.2015):



Punčové posedenie:



NÁVŠTEVA SV. MIKULÁŠA

Tak ako každý rok, tak i záver roka 2015 priniesol sviatok Sv. Mikuláša. Za oknami nášho zariadenia to prechýbajúcu snehovú perinu akoby ani nebol december, no i napriek tomu vo vnútri



v teplých izbičkách našich klientov panovala príjemná atmosféra. Chodbami celého zariadenia sa rozliehala sviatočná atmosféra nielen vďaka oku lahodiacej výzdobe, ale najmä vďaka vrúcnyim úsmevom našich "Mikulášsky" naladených klientov. Snáď ani najväčší skeptik by nedúfal, že by nás v tento deň, kedy majú ľudia svoje srdiečka potvorené o niečo viac, nenavštívil samotný Mikuláš so svojimi pomocníkmi. Vysoký a vážený Sv. Mikuláš mal so sebou krásneho anjelika, neposlušného (ale o to viac



vtipného) čertika. Mikuláš u nás strávil značnú časť dňa. Ako prvé navštívil každého ležiaceho klienta pričom s pomocou svojich čarovných pomocníkov každého obdaroval balíčkom, pohladením a nejedným príjemným slovom. Celá návšteva sa niesla v duchu radosti a vyčarenia úsmevu k čomu značne a hlavne

úspešne pomáhal nezbedný čertík, ktorý zo svojho vreca ponúkal zemiak a cibuľu :D Následne neúnavného Mikuláša čakal krásny program vo veľkej jedálni. Vďačným divákom samozrejme nebol iba on, ale hlavne plné obecenstvo našich klientov, ktorí zaplnili každé voľné miestečko v miestnosti. Mikuláša dojali nielen krásne hudobné vystúpenia nadaných detí našich zamestnancov, ktoré boli súčasťou programu, ale i spontánne básničky znejúce z úst našich milých klientov. Samozrejme nik nezostal neobdarený, rozdával sa balíček za balíčkom. Sv. Mikuláš sa v závere aj so svojimi pomocníkmi poďakovali za nádherné strávený deň a za vřucne privítanie zo strany klientov a zamestnancov zariadenia HUMANUS. Bol to rozhodne nezabudnuteľný zážitok, ktorý každému plne vynahradil i tú chýbajúcu snehovú perinu za oknami nášho zariadenia.

Mgr. Peter Novák

VRAVÍ SA KATARÍNA NA BLATE, VIANOCE NA ZLATE

Dňa 25. 11. 2015 o štrnásť hodine vyvrcholili prípravy a naplno sa rozprúdila Katarínska zábava. Pred samotnou veselicoou sme sa ešte občerstvili kávou s voňavým pečivom a pagáčmi a samozrejme zapriali Katarínam všetko dobré k ich sviatku. Tento ročník bol ozvláštnený pre mnohých staronovým metlovým tancom, ktorý nám priniesol veľa vtipných zážitkov. Niektorí sa zabávali na nás, ako sme metlu hádzali o zem, iní sa s radosťou pridali a v rytme ľudových piesní sme si spolu zavrteli bokmi. Hranými piesňami si naši klienti pripomenuli roky mladosti a čas, kedy sami navštevovali podobné veselice. Katarínska zábava je jednou z obľúbených akcií, ktoré naše zariadenie organizuje, preto dúfame, že naši klienti vyjadrili spokojnosť a zobrali si do svojich srdiec množstvo skvelých zážitkov, smiech



a spokojnosť. Vďaka pomoci opatrovateliek a výbornému hudobnému prevedeniu bola účasť v konečnom dôsledku hojná a už teraz sa tešíme na podobné podujatia tanečného charakteru.



Mgr. Mária Buzášiová,
Mgr. Mária Slobodová

3. ROČNÍK „SÚŤAŽ O NAJKRAJŠIU FOTOGRAFIU“

Z novembra nás čakala ešte jedna príjemná udalosť - vyhodnotenie súťažných fotografií. Jednotlivé zariadenia nám mohli posilať fotografie v priebehu mesiaca október a november, ktoré počas roka vo svojich zariadeniach odфотографovali. Súťaž prebiehala v dvoch úrovniach, pričom na jednej úrovni mohol súťažiť klient ako jednotlivec a na druhej zariadenie ako celok. Súťaž bola určená pre zariadenia poskytujúce sociálne služby.

Tento rok sa zúčastnilo 6 súťažiacich. Za úroveň zariadenie získalo tretie miesto DSS Hron, druhé miesto DSS Šoporňa - Štrkovec a prvé miesto si zaslúžilo naše zariadenie. V kategórii jednotlivec patrilo tretie miesto pánovi Kľačanskému z Môjho domova Topoľčany, na druhom mieste sa umiestnil pán Šarközi z DSS Okoč a prvé miesto získala pani Bačkádyová z Alzheimer centrum Piešťany.



Výherné fotografie v kategórii jednotlivec

Všetky naše zúčastnené zariadenia čaká ocenenie. Výstavu fotografií uskutočnime v mesiaci február na 4. poschodí v našom Humanus-e. Aj napriek menšej účasti ďakujeme za každé umelecké dielo, ktoré sa zapojilo do už tretieho ročníka tejto súťaže.



Výherné fotografie v kategórii zariadenie

Predpokladáme však, že sa tento rok zapojí viac zariadení a takýchto veľmi talentovaných fotografov. Takže milí klienti, vezmite do rúk fotoaparáty a hor sa do prírody, na výlety, či len tak v interiéry zachytávať momentky, ktoré sa vám podarí zvečniť vo forme fotografií, možno v tomto roku ocenené trofejou.

Redakčná rada