



DOMOV JESENE ŽIVOTA

www.domovjesenezivota.eu

J E S E N Á Č I K



občasník klientov a zamestnancov

č. 2 / 2022

Redakčná rada : sociálny úsek DJŽ

Na všetky fotografie uverejnené v občasníku máme súhlas dotknutých osôb.

Milí klienti a zamestnanci,

čas veľmi rýchlo letí a my sa pomaly ocitáme v príjemných teplých dňoch, ktoré vyústia do letných mesiacov plných oddychu, prázdnin a dovoleniek.



Napriek tomu, že vy, naši klienti, ich vo väčšine strávite v priestoroch nášho zariadenia, nič vám nebráni, aby ste si ich naplno užili. O pár stránok ďalej sa dočítate, čo všetko pre vás pripravujeme, ale v konečnom dôsledku, pobyť na slniečku v areály zariadenia, posedenie na balkóne, stretnutia s ďalšími klientami, prechádzky na čerstvom vzduchu a mnoho ďalšieho si môžete zabezpečiť sami, pokiaľ sa tak rozhodnete. Je to vo vašich rukách.

Preto mi dovoľte, aby som vám všetkým zaželala pekné letné dni plné krásnych zážitkov.

Verím, že aj všetci zamestnanci sa tešia na toto obdobie. Chcem aj vám zaželať pekný a pohodový čas oddychu na dovolenkách. Načerpajte potrebnú silu a užite si ju.



Nech tieto slnečné dni nás všetkých osviežia a naplňajú dobrou náladou, radosťou a pohodou.

Pekné leto 😊

S láskou a úctou Vaša
riaditeľka





Vtipná letná báseň

Od pondelka kocúr Zdenko
premýšľa nad dovolenkou.
Že zoberie svoju Micku
na poriadne exotickú
dovolenku do Indie.
Vraj tam veľa myší žije.
V utorok už kufre balí:
plavky, klobúk, župan malý.
V stredu s Mickou zistili:
„Lístky sme nekúpili!“
A tak teraz starosť majú,
kde sa lístky kúpiť dajú.
Ide kocúr za bocianom,
v dovolenkách je ten pánom.
„Bocian, mám ja prosbu veľkú,
či sa dá na dovolenku
lístok kúpiť u teba?
Aj pre Micku mi treba.

Bocian krídlom zvíří prach:
„Lístky kúpiš v cestovkách.“
Ide Zdenko do cestovky,
metrov prejde hádam stovky.
Listuje tam katalógy.
Hľadá, kde je veľa vody,
pekné domy, veľa výšin,
a či je tam aj dosť myší.
Páčia sa mu Maledívy.
Nestíha sa Zdenko diviť,
keď odrazu zbadal cenu.
Zobral doma svoju ženu
na prechádzku po záhrade:
„Pozri, tu máš myši všade
a je tu i trocha vody.
Ba i v plavkách môžeš chodiť.“
Lebo kocúr, ľudia zlatí,
nemá účet, nevie platiť.
Či už chcel, alebo nie,
ostal doma povinne.



Lyžička

Jedna veselá starenka ležala v nemocnici. Zhovárala sa s kňazom, ktorý ju prišiel navštíviť. "Pán mi doprial krásny život. Som pripravená odísť."

"Ja viem," prisvedčil ticho kňaz.

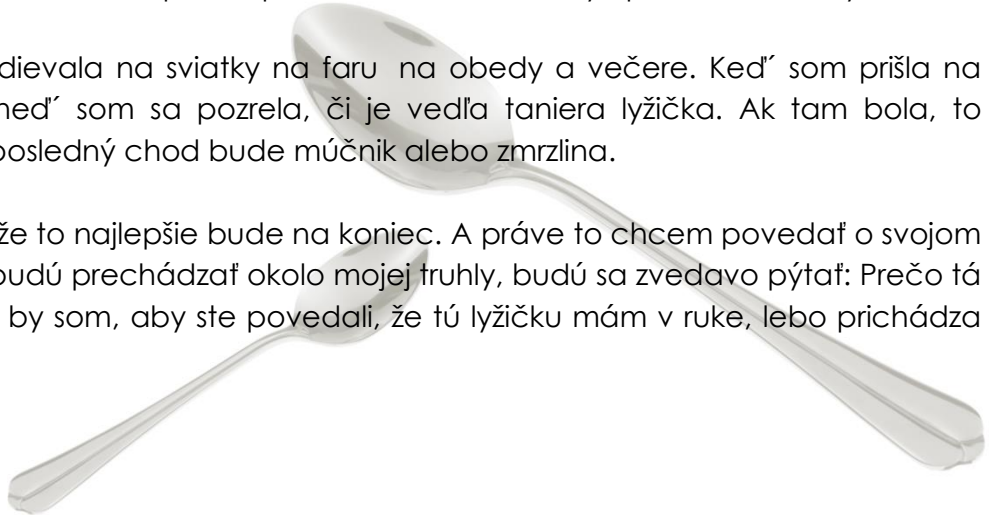
"Ale želala by som si jedinú vec. Keď ma pochovajú, chcela by som mať v ruke lyžičku."

"Lyžičku?" pána farára to prekvapilo. "Prečo chcete byť pochovaná s lyžičkou v ruke?"

"Rada som chodievala na sviatky na faru na obedy a večere. Keď som prišla na svoje miesto, hneď som sa pozrela, či je vedľa taniera lyžička. Ak tam bola, to znamenalo, že posledný chod bude múčnik alebo zmrzlina.

"A potom?"

"To znamenalo, že to najlepšie bude na koniec. A práve to chcem povedať o svojom pohrebe. Keď budú prechádzať okolo mojej truhly, budú sa zvedavo pýtať: Prečo tá lyžička? Chcela by som, aby ste povedali, že tú lyžičku mám v ruke, lebo prichádza to najlepšie."



Otrasmе zo seba problémy

Jedného dňa farmárov obľúbený somár spadol do priepasti. Farmár sa ho pokúšal odtiaľ vyslobodiť, no nedarilo sa mu to. A tak sa rozhodol, že svojho somára pochová zaživa.

Nasypal na neho kus hliny. Somár zacítil menšiu záťaž, no otriasol sa a na padnutú zeminu vystúpil. Farmár po ňom hodil ešte viacej hliny. Somár sa znova otriasol a znova na otrasenú zeminu vystúpil. Takto to ešte nejakú dobu pokračovalo. Na poludnie už osol stál na zelenej lúke a pásol sa.

Čím viac problémov (hlinu) pochopíme (zo seba otrasieme), a čím viac sa z nich naučíme (vystúpime na otrasenú hlinu), tým skôr sa vyriešia (tým skôr sa budeme pásť na zelenej lúke).



PIME NA ZDRAVIE!



Voda je nevyhnutnou tekutinou pre správne fungovanie nášho organizmu a je súčasťou nášho života od narodenia. Významnejšia strata tekutín spôsobuje okamžité zdravotné komplikácie. Človek dokáže bez potravy prežiť až niekoľko týždňov, ale bez vody by nevydržal dlhšie ako tri dni. Až cca 60-70 % našej telesnej hmotnosti tvorí voda a denne človek stráca potením, dýchaním či močením 2 – 3 litre vody z organizmu.

Na Slovensku máme veľké šťastie, že kvalitnej pitnej vody máme dostatok. Častokrát ju ale považujeme za samozrejmosť alebo jej nevenujeme veľkú pozornosť, až dovtedy, kým nám nechýba. Keď začneme pociťovať jej nedostatok vo forme smädu, je to znak toho, že naše telo je dehydrované. Pociť smädu a sucho v hrdle je signálom, že trpia obličky, močový systém a srdce, cítime sa unavení, bolí nás hlava, naša pokožka je suchá a vyzerá nezdravo alebo máme problémy s výkyvmi krvného tlaku. Už pri 5 %-nej dehydratácii hrozí nášmu organizmu prehriatie, kolaps krvného obehu a šok.

Náš tip: Začnite ráno a naštartujte telo pohárom čistej pitnej vody, ktorá zmobilizuje procesy látkovej premeny v organizme.



KEDY A KOĽKO TEKUTÍN VYPIŤ?

Najodporúčanejším pravidlom je piť vodu skôr, ako sa dostaví pocit smädu a pravidelne v priebehu celého dňa medzi hlavnými dennými jedlami. Najmä počas leta je vhodné mať fľašu s tekutinami stále pri sebe. Pitie vody počas jedenia sa neodporúča. Pri správnom dodržaní pitného režimu by sme nemali pociťovať smäd. Počet litrov vody, ktoré by sme mali prijať do nášho tela, aby správne počas dňa fungovalo závisí od toho, či máme zvýšenú fyzickú ale aj psychickú aktivitu, ale aj to aké je počasie, aký je náš zdravotný stav, váha či vek. Užitočným pomocníkom pri zistení správneho pitného režimu je farba moču, ktorá by mala byť v ideálnom prípade čo najsvetlejšia. Vo všeobecnosti platí, že by sme mali denne prijať 1,5 až 3 litre tekutín. Spravidla sa počíta s objemom 20 až 40 ml tekutín na 1 kg hmotnosti človeka. Do celkového objemu prijatých tekutín sa nezapočítava mlieko, káva, pivo, ani voda skonsumovaná vo forme polievok. Starší ľudia majú tendenciu byť dehydrovaní, nakoľko majú zníženú schopnosť pociťovať smäd.

PITNÝ REŽIM NIE JE LEN TO, KOĽKO PIJEME, ALE AJ ČO PIJEME

Bez obmedzenia sa odporúča piť kvalitnú pitnú vodu, ktorá je svojím zložením ideálnou tekutinou pre zdravý pitný režim, nekalorické nápoje ako pramenité stolové vody, prípadne slabo mineralizované vody s vyváženým obsahom minerálov, nesladené bylinkové a ovocné čaje. V ideálnom prípade by mala mať voda izbovú teplotu alebo byť len mierne chladná.

Dovolenkovanie v minulosti – zaspomínajte si 😊

Výber destinácií

V súčasnosti môžeme cestovať prakticky kamkoľvek na svete, pokiaľ to naša peňaženka dovolí, v minulom režime bol ale výber veľmi obmedzený aj pre tých najväčších boháčov. K moru sa jazdilo do Bulharska, Rumunska či Juhoslávie, veľmi obľúbené bolo maďarské jazero Balaton. Väčšina ľudí ale oddychovala najmä doma na Slovensku či v Čechách. Po revolúcii sa síce hranice otvorili, väčšina krajín ale bola na naše pomery príliš drahá, takže bol výber pre väčšinu ľudí naďalej dosť obmedzený.

Cestovné doklady

Dnes nám do mnohých krajín stačí len občiansky preukaz, v minulosti cestu do zahraničia nezaručil ani pas. Ak chceli prekročiť hranice (s výnimkou niekoľkých krajín Východného bloku), nutnosťou bol čistý výpis z registra trestov, devízový príslub z banky, s ktorým si kúpili valuty v schválenej výške a tzv. cestovná doložka, pre ktorú bol nutný súhlas mnohých ľudí. Toto všetko sa vybavovalo niekoľko mesiacov a úspech nebol vôbec zaručený. Dovolenkové plány mohli stroskotať aj pri tom najmenšom podozrení, že niekto chcel emigrovať.



Doprava

V súčasnosti už máme na výber z rôznych druhov dopravy. V minulosti však nízkonákladové aerolinky neexistovali a lietanie bolo luxusom, ktorý stál veľa peňazí. Väčšina ľudí preto na dovolenku cestovala autom alebo autobusom, aj tu sa však komfort nedal so súčasnosťou ani porovnať. Klimatizácia,

navigácia aj prenosné obrazovky sú výdobytkom modernej doby, kedysi si museli vystačiť s dokorán otvorenými oknami a autoatlasmí na kolenách a jedinou zábavu poskytovala okrem slovných hier magnetofónová páska, ktorá občas riadne „zatiahla“. Autosedačky sa v podstate nepoužívali, a tak sa deti počas cesty vzadu poriadne mrvili.



Hranice

Dnes je na mnohých hraniciach ich prechod iba formálnou záležitosťou, v minulosti však na týchto miestach museli tráviť dlhé a dlhé hodiny. Colníci totiž kontrolovali všetko – cestovné doklady so všetkými povoleniami a presným množstvom valút, ale aj jednotlivé položky v batožine. S čím sa odišlo, s tým sa malo aj vrátiť a ak niečo

pribudlo, museli to presne vydokladovať. Na hraniciach kontrolovali kufre, kabelky, všetky časti auta, ale aj telesné otvory, kde by sa niečo dalo ukryť. V lepšom prípade by tieto veci boli zhabané, v tom horšom by sa kvôli nim mohlo skončiť za mrežami.

Ubytovanie a stravovanie

Po páde režimu bolo cestovanie za hranice z formálneho hľadiska jednoduchšie, veľkým problémom však boli peniaze. V krajinách za železnou oponou boli ceny v porovnaní s tými doma priam astronomické. A tak kým dnes ľudia v snahe ušetriť využívajú napríklad couchsurfing, vtedy sa často museli uspokojiť so spaním v aute alebo v stane „nadivoko“. Kemp, penzión či hotel si skrátka, mnohí nemohli dovoliť. Podobne to bolo aj so stravou a cestovateľským zvykom našincov sa stalo nosiť si čo najviac jedla z domu.



Peniaze

Bežnou súčasťou našich peňaženiek je dnes kreditná a platobná karta, vďaka ktorým nás veľmi netrápi ani zmena meny. Množstvo krajín je navyše v eurozóne, a tak v nich pohodlne platíme tým, čím doma. V minulosti to ale takto jednoducho nefungovalo. Každá krajina mala vlastnú menu a mnohí si doteraz pamätajú približnú hodnotu rakúskeho šilingu, talianskej líry, francúzskeho franku či nemeckej marky. Nevyhnutnou súčasťou cestovania totiž bolo zamieňanie peňazí v zmenárňach či bankách a prepočítavanie cien. Väčšinou došli na to, že sú oveľa vyššie ako u nás, a tak si veľmi užívať nemohli.

Spojenie s domovom

Dnes už bez mobilu neurobíme ani krok. V nie tak dávnej minulosti však nič podobné neexistovalo a blízki o sebe navzájom celé dni nič nevedeli. Ak si chceli zatelefonovať domov, museli nájsť telefónnu búdku. Krátky telefonát za pár minút zhlitol všetky pripravené mince, pohodlnejšou alternatívou preto bolo volať na účet volaného (zaplatil to teda ten, komu sa volalo, čo musela spojovateľka vopred odsúhlasiť). Rodinu či priateľov zvykli z dovolenky pozdraviť aj prostredníctvom pohľadnice, preto so sebou nosili diáre s adresami.

Dovolenkové spomienky

Odfotiť a „zavesiť“ na sieť, aby všetci vedeli, kde sa práve nachádzame? To neexistovalo. Kedysi digitálne fotoaparáty neexistovali a všetko sa muselo zaznamenávať na fotografický film. Dnes naň spomíname s krásnou nostalgiou, no tento spôsob mal aj mnohé nevýhody (a nemyslíme tým nemožnosť retušovania ani selfie). Predovšetkým bolo filmy potrebné kupovať. Neboli lacné a mali len niekoľko presne stanovených políčok (napríklad 36), takže každé „cvaknutie“ spúšte si poriadne rozmysleli. Rolky filmu bolo navyše nutné po celú cestu opatrovať a neraz sa stalo, že sa nejaká zničila alebo stratila a bolo po spomienkach. Ak sa ale materiál podarilo šťastne dopraviť až domov, o to krajšie bolo oživiť si spomienky po vyvolaní fotografií. Niekedy to trvalo aj pár týždňov.

Milí klienti,

mnohí z Vás používajú ku svojmu každodennému životu nejakú kompenzačnú pomôcku.

Čo sú kompenzačné pomôcky k čomu nám slúžia?

Kompenzačné pomôcky sú pomôcky a zariadenia, ktoré nahrádzajú, dopĺňajú a podporujú chýbajúce alebo oslabené funkcie. Kompenzujú dôsledky straty alebo poškodenia, zvyšujú samostatnosť a nezávislosť postihnutých ľudí.

Pomôcok je veľmi veľa a sú medzi nimi úzko špecializované i veľmi univerzálne zariadenia. Je to zapríčinené tým, že zatiaľ neexistuje žiadna univerzálna funkčná náhrada chýbajúcej funkcie. Preto sú mnohé pomôcky (s výnimkou načúvacích aparátov) určené skôr na kompenzáciu dôsledkov poškodenia alebo straty určitej funkcie pri istých činnostiach a nie na kompenzáciu samotnej funkčnej nedostatčnosti.

Kedy máme nárok na peňažný príspevok na kúpu pomôcok?

Príspevky na kúpu kompenzačnej pomôcky sa poskytnú, len ak sa príspevky neposkytujú alebo nezapožičiavajú na základe zdravotného poistenia s výnimkou druhého mechanického vozíka, druhého elektrického vozíka alebo druhého načúvacieho aparátu, a teda príspevky sa poskytujú len ak, pomôcka už nebola osobe so zdravotným postihnutím poskytnutá z iného verejného zdroja.

Peňažné príspevky na kompenzáciu by mali byť určené na zmiernenie alebo prekonanie sociálneho dôsledku ťažkého zdravotného postihnutia, čiže určitého znevýhodnenia, ktoré má fyzická osoba z dôvodu jej ťažkého zdravotného postihnutia v porovnaní s fyzickou osobou bez zdravotného postihnutia rovnakého veku, pohlavia a za rovnakých podmienok, a ktoré nie je schopná z dôvodu ťažkého zdravotného postihnutia sama prekonať.

Príspevky sa neposkytujú automaticky všetkým fyzickým osobám s ťažkým zdravotným postihnutím, ale je ich možné poskytnúť za splnenia určitých podmienok. Zohľadňuje sa vždy zdravotné postihnutie po medicínskej stránke (je potrebná lekárska posudková činnosť – nález), a sociálne dôsledky, ktoré vyplývajú zo zdravotného postihnutia.

O aký peňažný príspevok môžeme žiadať?

Peňažný príspevok môžeme žiadať na: kúpu pomôcky, úpravu a opravu pomôcky, kúpu zdvíhacieho zariadenia...

Osobe s ťažkým zdravotným postihnutím možno poskytnúť peňažný príspevok na kúpu viacerých pomôcok, ak spĺňa podmienky na poskytnutie peňažného príspevku na kúpu každej z týchto pomôcok, a teda máte právo žiadať o príspevok na viac pomôcok. Žiadosť o peňažný príspevok podávame Úradu práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky podľa miesta trvalého pobytu žiadateľa.

Milí klienti,

pokiaľ by ste v týchto letných mesiacoch radi navštívili niektoré pekné miesta, nech sa páči, zvlášť pre tých, ktorí máte obmedzený pohyb. Už sa len dohodnúť s blízkymi či priateľmi a naplánovať si spoločný výlet.

Azda každého kto má už obmedzený pohyb a potrebuje pomôcku, z času na čas „prepadne“ nostalgia a začne spomínať na to, čo kedysi mohol a teraz už nemôže. Už len pripomenutie si chvíľ, kedy ráno vyskočil z postele a v priebehu niekoľkých málo minút mal za sebou rannú hygienu a oblečený sedel pri stole čakajúc na raňajky, mu pri opatrnom presadaní z postele napr. na invalidný vozík veľa optimizmu nepridá.

V takýchto chvíľach sa pred „útokom“ nostalgie treba brániť pozitívnym myslením na to, že v poslednom čase sa aj takýmto občanom vychádza čoraz viac v ústrety. Pribúdajú bezbariérové prístupy do nových objektov, kultúrne ustanovizne vytvárajú podmienky pre to, aby sa na verejné vystúpenia dostali aj ľudia s pomôckami na chodenie, mnohé mestá a obce pri opravách a rekonštrukciách vytvárajú bezbariérové verejné priestory. Niektorých však ani pri týchto argumentoch nepúšťa nostalgia zo svojich pazúrov tvrdiac, že im chýbajú vychádzky do prírody, vôňa lesa, žblnkot horského potoka, pomyselné pošteklenie neďaleko letiaceho motýľa. Nuž, aj pre takýchto vytrvalých nostalgikov máme plný pohár optimizmu. Neponúkame síce lokality plné húb ani zber kvetov a liečivých bylín po horských lúčach, ale... V rámci projektu Tatry bez bariér boli v uplynulých rokoch upravené alebo nanovo vybudované turistické trasy vhodné aj pre pohybovo hendikepovaných turistov. Prvé štyri sprístupnili Štátne lesy Tatranského národného parku (TANAP) v spolupráci so spoločnosťou Hartmann-Rico už v roku 2007. Neskôr k nim pribudli ďalšie trasy. V súčasnosti je na území TANAP a Pienin prístupných osem značkovaných turistických chodníkov pre ľudí so zníženou schopnosťou pohybu o celkovej dĺžke 31 kilometrov. Postupne sa môžete prejsť po lesných cestách v Tichej, Bobroveckej a Roháčskej doline, navštíviť Popradské pleso, turistické značky vás povedú po trasách Starý Smokovec – Hrebienok – Rainerova chata, Tatranská Javorina – Podmuráň, Lysá Poľana – Bielovodská dolina, a nakoniec môžete nakuknúť do Prielomu Dunajca v Pieninskom národnom parku. Dúfame, že informácie a zaujímavosti o jednotlivých trasách, budú mnohých inšpirovať aspoň k jednému výletu do lona tatranskej prírody.



predstavujeme vám . . .

DNES: Alena Bratková – zdravotná sestra

Dobrý deň milí klienti,

volám sa Alena Bratková. Narodila som sa v Bratislave, v mestskej časti Karlova Ves v dobe, keď tam ešte žiadne paneláky nestáli.

Som vydatá, mám jednu dcéru a dvoch vnukov.

Svoj voľný čas trávim rada v prírode, na bicykli, alebo pri lúštení krížoviek. Mám tiež rada starostlivosť o kvety.

Vyštudovala som strednú zdravotnú školu, odbor detská sestra. Polovicu svojho pracovného života som pracovala s deťmi a druhú polovicu som venovala práci v sociálnych službách. Pred príchodom do Domova jesene života, v roku 2011, som sa venovala klientom s mentálnym postihnutím.



Práca v Domove jesene života ma obohatila o nové skúsenosti v tejto oblasti. Mám svoju prácu rada a teší ma najmä, že môžem byť nápomocná pri starostlivosti o našich seniorov.

Na záver, keď sa moja pracovná kariéra končí, Vás všetkých touto cestou pozdravujem a prajem veľa síl zamestnancom pri ich neľahkej, ale za to prínosnej práci a Vám milí klienti želám dôstojný život v našom zariadení a prežitie „jesene života“ v tom najlepšom možnom smere.



Nakuknime spoločne do malého kalendária ... vedeli ste, že ...

08.06. je

Deň najlepších priateľov - je dňom oslavy pravého priateľstva. Počiatkom bolo stretnutie asi štyridsiatich mladých ľudí v Richmonde v roku 2001, ktorí oslavovali svoje priateľstvo. Od tohto dňa sa stretávajú ľudia každoročne v rôznych mestách, aby strávili spolu spoločné chvíle a oslávili svoj vzťah.

19.06. je

Deň otcov - prvé pokusy o začlenenie osláv otcovstva do kalendárov siahajú na začiatok 20. storočia. Prezident USA Calvin Coolidge sa snažil v roku 1924 zákonom podporiť takýto návrh, ale situácia na prahu hospodárskej krízy a po utrpeniach prvej svetovej vojny tomu nebola naklonená. Myšlienku oživiť pamiatku hrdinstva otcov priniesli aj prvé mierové dni po druhej svetovej vojne. Svojho dňa sa dočkali v USA muži, až keď do kresla prezidenta zasadol Lyndon B. Johnson v roku 1966. Ten v Bielom dome podpísal proklamáciu o sviatku a stanovil deň oslavy na tretiu nedeľu v júni.

07.07. je

Deň čokolády - je určený pre všetkých milovníkov čokolády a oslavuje sa na deň, kedy v roku 1550 bola čokoláda uvedená na európsky trh a stala sa tak dostupnou pre ľudí. Čokoláda je jedna z najpopulárnejších sladkostí na svete. Je okamžitým zdrojom energie pre telo i dušu, pomáha odstraňovať napätie a stres a zároveň vyvoláva v človeku príjemné pocity a pokoj.

13.07. je

Medzinárodný deň hlavolamov - v tento deň roku 1944 sa v Budapešti narodil Ernő Rubik, maďarský vynálezca hlavolamov. Jeho najúspešnejším dielom sa stala Rubikova kocka, ktorá je najlepšie a najrýchlejšie predávanou logickou hrou na svete. Pri tejto príležitosti by sme svoj čas mali venovať riešeniu krížoviek, sudoku, hádaniek, kvízom, hlavolamom alebo skladaniu puzzle.

24.07. je

Deň rodičov - vznikol v roku 1994 v USA, kedy vtedajší prezident Bill Clinton na Kongrese podpísal uznesenie pre uznanie a podporu úlohy rodičov pri výchove detí. Rodičia sú každodennými vychovávateľmi a životnými vzormi, ktorí si zaslúžia našu úctu, vďaku a rešpekt za ich odovzdanosť, starostlivosť, hodnoty a rady.

13.08. je

Medzinárodný deň ľavákov - vyhlásila organizácia Lefthanders International (LI) a pripomína sa od roku 1976. Ľaváci tvoria približne desať percent svetovej populácie. V minulosti boli často zatracovaní a spájaní s hriechom a nečistotou. Cieľom tohto dňa je zvýšiť povedomie verejnosti o výhodách a nevýhodách bytia ľavák. Ľaváci sú vo svete pravákov vystavení nástrojom a pomôckam, ktoré sú pre nich na pohľad nemotorné a ťažkopádne. Sú to napríklad sporáky, drezy, počítačové myši, klávesnice alebo dvere.

Obdobie žatvy v našich spomienkach



Žatva (zastaralo aj žeň alebo žne) je typ zberu úrody, kedy sa žnú predovšetkým obilniny (pšenica, jačmeň, kukurica, raž, ovos atď.). Kto z nás by si na toto obdobie v roku nespomenul? Na Slovensku a celom miernom páse žatvy prebiehajú v lete v období relatívneho sucha. Najčastejšie k zberu dochádza od júna do septembra.

Obilniny, ale aj ďalšie plodiny ako strukoviny (hrach, fazuľa, sója), olejniný (repka) či zemiaky, sa zbierajú žacími strojmi (kombajnami), alebo ručne. Zrno musí byť zrelé a dostatočne suché, aby následne pri skladovaní neplesnivo. Pri vlhkom počasí a nedostatočnom vysušení plodín sa dosušujú v špeciálnych sušičkách.

Po žatve sa spravidla konajú dožinky ako oslava ich úspešného ukončenia. Schádzajú sa tu všetci, ktorí sa žatvy zúčastnili.

Z histórie žatvy

Každý „dobrý“ gazda mal „veľa zemí“, čiže obrábal viac hektárov ornej pôdy. Keď začínalo obdobie žatvy, hospodár sa najprv musel zjednať so žencami na odmene, aby na žatvu mal dosť chlapov.

Mnohokrát si robotníci brali ako odmenu zbožie podľa dohody. Ženci prichádzali z okolitých dedín, zväčša však z horníakov. Od skorého rána pracovala celá rodina na poliach. Mechanizácia ešte nebola, preto všetko robili ručne.



Žatva, ako bolo starým zvykom, začínala na Petra - Pavla. Na poliach sa začalo pracovať v skorých ranných hodinách. Gazdiná sa musela o všetkých žencov postarať. Navarila na celý deň. Jedlo a deti vzala so sebou a „ta ho do chotára“. Neposedné deti sa „zháňali“ a často došlo aj k malým úrazom. Nakosenú pšenicu dávali do hrbok. Dve hrbky tvorili jeden kríž. Takto si rodina s Božou pomocou ukladala na poliach svoju úrodu. Potom prišiel konský povoz z dlhým vozom a snopy pozbierali. Zvážalo sa do sýpky. Niektorí využívali pajtu ako sýpku. Obilie bolo treba vymlátiť. Mláfačku priviezli kone. Mlátilo sa ručne. Neskôr bohatší gazdovia používali elektrický motor. Pri mláfačke sa striedali šichníci a obilie sypali do vriec. Toto sa dialo na „holomnici“, čo bolo malé políčko blízko pajty, kde sa „mašinovalo“. Rodiny si navzájom svorne pomáhali. Požičiavali si stroje, náradie a mechanizmy. Žatva trvala viac dní. Záležalo to od počasia, ale aj od množstva úrody. Podľa vtedy platných zákonov, musel domáci hospodár povinne odvieŕť do štátu dávku – kontingent. Po ukončení žatvy každý hospodár pohostil a uctil si všetkých, ktorí pracovali na dvore. Milá slávnosť, ktorá ukončila žatevné práce, sa nazývala dožinkami. Na konci žatvy si všetci zaspievali a zároveň sa poďakovali Pánu Bohu modlitbou za úrodu.

Zakončenie žatvy patrí k najvýznamnejším slávnostným príležitostiam letného obdobia. V pradávnej minulosti sa v tomto čase konali obrady, ktoré mali prispieť k dosiahnutiu dobrej úrody. Postupom času sa väčšina týchto zvykov pospájala a presunula na koniec žatvy ako poďakovanie za úrodu.



Z poverových praktík ostali iba zvyšky - na poli sa napríklad nechávali posledné klasy,



aby bola dobrá úroda aj na budúci rok. Na záver urobili ženci neobyčajne veľký a ťažký snop. Z prvých a posledných klasov robili dožinkový veniec, ktorý symbolizoval rozmnožovaciu silu, ukrytú v obilí. Až do jari visel pod strechou domu, potom z neho vytriasli zrna a primiešali ho do osiva. Z prvého narýchlo vymláteného zrna sa piekol prvý chlieb.

Nevšedné kvetináče

Mať doma kvetinu v kvetináči nie je pre nikoho z nás nič nezvyčajné. Rozmýšľali ste niekedy o tom, že aj táto obyčajná vec sa dá niečím predsa len ozvláštniť? Áno, je to tak, aj v časopisoch na tému kreativity nájdeme rôzne druhy inšpirácií. My sme pre Vás našli malý, ale predsa jednoduchý a vkusný nápad do Vašich príbytkov, teraz na obdobie leta, ako stvorený.

BUDEME POTREBOVAŤ: kvet do kvetináča, staršiu šálku s podšálkovníkom, hlinu, kamienky (obyčajné, farebné) alebo korálky



POSTUP:

V domácnosti nájdeme staršiu šálku na kávičku s podšálkovníkom. Zasadíme do nej kvet (voľba kvetu je na Vás). Aby nebolo vidieť hlinu, obsypeme okolie kvetu drobnými kamienkami alebo korálkami.

Príjemné tvorenie



udialo sa

Denné aktivity



Oblíbené pečení



Zdravotní klauni na návštěvě



udialo sa

MDŽ



Kreslenie a maľovanie



Pohybové aktivity



Tvorivé aktivity



udialo sa

Dúbravské dobrovoľníčky ku „Dňu matiek“



Sadenie kvetín s Dúbravskými dobrovoľníkami



Koncert Papermoon trio ku „Dňu rodiny“



NOVÍ KLIENTI, ktorí medzi nás prišli :

pán Karol P.
pán Jiří O.
pani Edita Š.

pán Pavel H.
pani Viera G.
pani Vlasta H.

pani Ľudmila B.
pani Anna Č.

pán Oto R.
pán Vít H.

pán Otto Z.
pani Anna H.

Vitajte medzi nami !

NAŠI OSLÁVENCI: jún – júl - august

p. Pavel A.
p. Ladislav B.
p. Marta B.
p. Terézia B.
p. Juliana B.
p. Ľudmila B.
p. Katarína Č.
p. Judita R.
p. Pavla S.
p. Veronika T.
p. Rozália Ž.

p. Jana D.
p. Ján D.
p. Jana D.
p. Eva D.
p. Katarína F.
p. Viera G.
p. Adela G.
p. Karol S.
p. Terézia Š.
p. Albína T.
p. Jozef Ž.

p. Anna G.
p. Anna K.
p. Marta J.
p. Marie K.
p. Helena K.
p. Viera K.
p. Helena K.
p. Emma S.
p. Marián Š.
p. Olga T.

p. Alžbeta L.
p. Miroslav L.
p. Marian L.
p. Zlatica M.
p. Oľga P.
p. Helena M.
p. Ján P.
p. Irena Sch.
p. Ivan Š.
p. Ján V.

p. Anastázia H.
p. Viera G.
p. Marta P.
p. Irma P.
p. František M.
p. Veronika M.
p. Vojtech R.
p. Anna S.
p. Justína Š.
p. Helena V.

Srdečne blahoželáme !

A čo pre Vás pripravujeme? / jún – júl - august /

- Brigáda v areáli DJŽ
- Športové podujatie na terase (ping-pong)
- Pečenie
- Juniáles
- Kávičkáreň
- Hudobno-pohybová aktivita
- Letná terasa – otvorenie sezóny
- Pamäťové hry
- Počúvanie hudby
- Relaxačné cvičenie
- Čítanie poviedok
- Tvorivé dielničky
- Filmové premietanie
- Spoločenské hry (karty, človeče nehnevaj sa!, šach)
- Svätá omša, Ruženec
- Hanululu párty
- Kognitívne aktivity
- Videohovory

Milí klienti,

tentokrát Vám predstavujeme najstaršiu knižnicu na svete. Hlboko vo vnútrozemí Sinajského poloostrova uprostred divočiny tvorenej žulovými masívmi leží mestečko Sain Catherine. Podľa Biblie práve tu na úpäť hory Sinaj dostal Mojžiš od Boha Desať príkazní. Región je posvätným miestom kresťanov, židov i moslimov .



V roku 527 nariadil byzantský cisár Justinián na mieste, kde dnes leží Saint Catherine, postaviť kláštor zasvätený práci sv. Kataríny. Dokončil ho o takmer 40 rokov neskôr a je zaujímavé, že komplex nikdy nezničili ani nevyhlúpili. Vďaka tomu je jedným z najstarších kresťanských kláštorov na svete a zároveň sa tu nachádza najstaršia nepretržite fungujúca knižnica, ktorá obsahuje aj druhú najväčšiu zbierku starodávnych kódexov a rukopisov. V tom ju prekonávajú jedine vatikánske archívy.

Kláštor obkolesuje pôvodný masívny múr, ktorý nechal vztýčiť Justinián v šiestom storočí. Najposvätejšou časťou komplexu nie je knižnica, ale starý a stále živý ker. Vraví sa, že ide o ker, v ktorého plameňoch sa Mojžišovi zjavil Boh. Práve tu stojí Kaplnka horiaceho kra. V knižnici sa nachádza vyše 3000 starovekých a stredovekých rukopisov. Tieto rukopisy sú písané vo všetkých významných jazykoch kresťanského sveta (latinčine, gréčtine, sýrčine, arabčine, arménčine, gruzínčine a etiópčine, koptčine i staroslovienčine). Kedysi bola aj významným pútnickým miestom, kam napriek odlahlosti a vyprahnutosti púšte viedli cesty z celého Starého sveta. Mnohí z pútnikov nechali na tomto mieste svoje dary v podobe kníh.

Kláštor v roku 2002 vyhlásili za časť svetového dedičstva UNESCO.





Kto hľadá prácu?

Pracovná doba 3 dni, 4 dni voľna, plat 1 500 eur,
dovolenka 35 dní.

Volajte, budeme hľadať spolu.

.....

V aute:

Ty idiot! Ty kretén! Práve sme prešli malého
psíka...

Máš pravdu, láska moja... máš pravdu. A teraz...
nepustila by si ma za volant?

.....

V autoškole:

Slečna, čo by ste urobili, keby váš spolujazdec začal krvácať trebárs z ruky?

Vytiahla, prípadne stiahla by som okienko a vystrčila mu ruku z okna, aby mi
neumazal poľahy.

.....

Tréner utešuje svoje porazené mužstvo:

No tak, chlapci, pamätajte, že keby nebolo vás, tak by nevyhrali!

.....

Drahý, povedz mi niečo, aby som sa cítila ako žena.

Nezaparkovala si dobre auto.

.....

Ako si sa zoznámila s manželom?

Robím v lekární a pýtal si kondómy veľkosti XXXXXL. Až neskôr som zistila, že je
koktavý!

.....

D	Á	Ž	Ď	Č	I	R	E	B	Á	apríl	mláďatá
Á	K	V	E	T	A	I	A	V	T	bahniatka	mrak
Ž	J	A	R	D	S	H	S	T	A	blázon	narcis
D	S	T	O	A	N	L	I	I	Ď	dážď	osa
N		S	Č	I	Í	H	C	P	Á	dáždnik	počasie
I	Ť	O	A	R	S	O	R	M	L	jar	radosť
K	P	T	P	S	R	L	A	R	M	krokus	slnko
D	K	A	T	R	I	K	N	A	A	kvet	trik
A	C	A	S	U	K	O	R	K	S	les	vtip
B	L	Á	Z	O	N	S	E	L	O		