RUŽINOV
RUŽINOVSKÝ DOMOV SENIOROV

Môj domov

Číslo 4
Ružinovský domov seniorov
Január 2020
Sklenárova 14, Bratislava

Editorial

Krásne sviatky plné radosti, šťastia a darčekov sme si užili k plnej našej spokojnosti. Radosť z detí, vnúčat a mnohí aj z pravnúčat nás naplnila a dala nám pocit pohody a lásky. Niektorí z nás prežili sviatky v spomienkach na tých, ktorých sme milovali a zdieľali s nimi dobré aj zlé, krásne aj smutné chvíle nášho života.

Spolu s prichádzajúcou zimou prišiel aj nový rok 2020. Čo nám prinesie? Radosť a šťastie alebo clivotu a smútok? To často závisí na nás, ako sa postavíme k životu. Či budeme hľadať pekné momenty, ktoré nám spôsobia radosť alebo hundrať na všetko a na každého. Či budeme rozdávať úsmev aj keď budeme mať pocit, že na to nemáme dôvod. Hľadajte, dôvod sa vždy nájde... Nezabúdajme, že naše oči už nie sú tak bystré, nohy a telo také pružné ako v mladosti a tak veľký pozor na šmykľavé chodníky, sneh a zvyšky ľadu na ceste. Len krásne zážitky, veľa zdravia, šťastia a pohody v roku 2020 Vám želá redakcia časopisu Môj domov

a Zuzana Pavlíková

Kontakt

Ružinovský domov seniorov
Sklenárova 14
821 09 Bratislava - Ružinov
Tel: +421 2 534 158 76

Výlet do Strážnice

Jesenný čas a obdobie babieho leta nám umožnil krásny zážitok v skanzene Strážnice dňa 10.10.2019, ktorého sa zúčastnili prihlásení obyvatelia nášho RDS. Aj keď odchod autobusu bol v ranných hodinách, príjemné jesenné počasie nám vydržalo počas celého výletu v rámci prechádzky v strážnickom skanzene. Od mladej a sympatickej sprievodkyne sme sa dozvedeli veľa zaujímavých informácií o zvykoch a tradíciách vtedajšieho života rodín. Počas prechádzok medzi jednotlivými časťami týchto usadlostí sme si všetci zaspomínali na svoje detstvo a dospievanie. Úroveň tohto skanzenu je veľmi vysoko hodnotená...

M.B.

SKANZEN STRÁŽNICE

Posedenie s Margitou Figuli

V knižnici na našom dvanástom poschodí sa v stredu 9. októbra stretlo zo desať literatúre oddaných čitateliek. Nechýbala medzi nimi ani iniciátorka tohto podujatia Mgr. Erika Antaličová, vedúca sociálneho úseku v Ružinovskom domove seniorov. Spolu s predsedníčkou najstaršieho ženského spolku na Slovensku PhDr. Alenou Bučekovou zorganizovali zaujímavé a hodnotné podujatie. Ich cieľom je transparentne dať najavo, že napriek záľahe kadejakej rôznorodej zábavy, dobrá kniha z módy nevyšla. Pilotným programom sa stala spomienka na jedinečnú spisovateľku Margitu Figuli, predstaviteľku slovenskej lyrizovanej prózy. Od jej narodenia práve uplynulo 110 rokov. Veď kto by nepoznal jej historický román Babylon, za ktorý získala v roku 1947 Národnú cenu. Známe sú aj novely vydané pod názvom Pokušenie, či dielo Ariadnina niť, ale aj autobiografický román Mladosť, za ktorý jej udelili Cenu Fraňa Kráľa. Režisér Martin Ťapák podľa jej poviedok nakrútil film Uzlík nádeje a režisér Ivan Balaďa film Biela voči oblohe. No najväčšiu slávu jej priniesla rozsiahla novela Tri gaštanové kone. Mnohí z vás ju isto čítali alebo videli sfilmovanú v hlavných úlohách s Martou Terenovou, Michalom Dočolomanským a Jurajom Kukurom. Príbeh o láske, morálke, ale aj krutosti, prinášajúci pohľad na život vidieckej ženy v období medzi dvoma svetovými vojnami. Možno niektorých z vás takéto stretnutia odrádzajú. Myslia si, že ich bude niekto skúšať z nenaštudovanej látky, alebo sa budú nudiť. Prvé podujatie veruže príchuť nudy nemalo. Naopak, do diskusie sa zapojili aj tí, ktorí to vonkoncom neplánovali. Prítomná pani riaditeľka PhDr. Mária Mattovič Straková dodala literárnemu posedenie síce punc dôstojnosti, no ani ona, ani pracovníčka RDS Ing. Anna Reinerová do debaty umelo nezasahovali. A keďže vydržali s diskutujúcimi až do konca, očividne dali najavo, že ich referát, ukážky z knihy Margity Figuli či debata o jej živote i tvorbe úprimne zaujali. Ktovie, možno nasledujúca literárna kaviareň, v ktorej sa podáva voňavá káva aj chutné makovníky k ďalšiemu stretnutiu pritiahnu aj vás.

Anna Sláviková

Keď sa nám na krátku dobu stane domovom nemocnica

Máme relatívnu pohodu... a zrazu nás začne niečo intenzívne bolieť alebo je to rýchle – nič nám nebolo a zrazu je to vážne. A nás čaká prudká zmena, pobyt v nemocnici. Obyčajne nečakaný, náhly a stresujúci. Samé otázky: kto mi prinesie dokumentáciu, osobné veci, ktoré potrebujem, poleje kvety, vybaví veci, ktoré je nutné vybaviť...

Vtedy je dôležité, keď máme dobré vzťahy v rodine, máme dobrých priateľov a ich zdravotný stav im umožňuje pomáhať nám.

Chorý, ubolený a vystresovaný oceníme ak je o všetko postarané a my sa môžeme venovať zlepšeniu nášho zdravotného stavu. Hneď je potom všetko ľahšie.

Preto buďme príjemní a milí, ústretoví aj vtedy, keď sme v relatívnej pohode a v prijateľnom zdravotnom stave. Pomôžme svojim priateľom aj rodine, veď potom sa ľahšie žiada pomoc keď sme v núdzi.

Zuzana Pavlíková

Chvíľka poézie

Nad mestom sa vznášal opar,
tá hmla sa krájať dala.
Zaplavila celý chotár,
z neba na zem padala.
Tu v domove sa dejú veci,
z oblohy tu lieta chlieb,
nie sú to však žiadni letci,
náš každodenný je to chlieb.
Boží dar na chodníkoch,
holúbky sa kŕmia ním.

Veru škoda tých bochníkov,
čo navnivoč prišli tým.
Nevážime si ten dar, hádžeme ho z balkónov.
Zle pôsobí ten náš dvor, padá chlieb do záhonov.
Zle pôsobí tento skutok,
aj ten hore krúti hlavou.
Veru, chytá ho aj smútok,
nad touto nemiestnou zábavou.

Milan Pokorádi

Spoločenské podujatia

Októberfest

Vždy jesenné obdobie začíname akciou „Októberfest“, ktorá sa konala dňa 24.10.2019 o 16,00 hod. v jedálni RDS. Podujatie otvorili: riaditeľka RDS pani Mária Mattovič Straková a zástupca starostu m.č. Ružinov pán Michal Gašaj. Svojou prítomnosťou nás potešila folklórna skupina Karpaty, pri ktorej sme si zaspomínali na časy našej mladosti a zároveň vyjadrili nádej a vďaku, že sa udržiava tradícia ľudovej kultúry včítane krojov, hudby – piesní a najmä tanca. Boli sme veľmi potešení a vyjadrujeme aj touto cestou obrovskú vďaku týmto mladým nadšencom – účinkujúcim z Bratislavy. Neskôr hrala živá hudba, ktorej repertoár lákal tak do tanca ako aj do spevu. Na podujatí bola prítomná aj Televízia Ružinov. Bola to veľmi dobrá akcia a spokojnosť účastníkov je toho jasným dôkazom. Ďakujeme vedeniu RDS za tieto veselé chvíle. **M.B.**

Sadenie lipy so Živenou

Dňa 25.10.2019 bola pred našim domovom seniorov slávnostne vysadená lipa pri príležitosti 150 výročia založenia Živeny. Nakoľko RDS so Živenou aktívne spolupracuje a niektoré klientky sú aj "živeniarky", veľmi sa všetci potešili práve takémuto spečateniu tejto dlhoročnej spolupráce.

Červený nos v RDS

30 ROKOV OD NEŽNEJ

Aj v našom domove sme si dôstojným spôsobom pripomenuli okrúhle výročie revolúcie 1989, kedy sa v našej republike udiali veľké ekonomické, politické i spoločenské zmeny. V rámci chvíľok čítania z literatúry, ktoré Ružinovský domov seniorov organizuje spolu so ženským spolkom Živena, sme si zaspomínali na dnes už nežijúcu spisovateľku, prekladateľku i publicistku - pani **Hanu Ponickú**. Detskí čitatelia milovali jej knižky O Štoplíkovi, no aj iné knihy, vďaka ktorým rozvíjali svoju predstavivosť. Mala a má čitateľov aj z radov dospelých, ktorým venovala viacero kníh, či už Ábelovský dom, zbierku poviedok Prísť odísť, Bosými nohami, Halúzky. Za svoj nekompromisný postoj voči invázii spojeneckých vojsk v 68. do Československa i vystúpenie na III.zjazde Čs.spisovateľov, kde upozorňovala na neslobodu vyjadrovania, no tiež za podpísanie Charty 77 sa stala pre vtedajší režim nežiadúcou. Ako disidentka nemohla pracovať v redakcii Smena na nedeľu, odkiaľ ju vyhodili, nemohla vydávať ďalšie knihy, utiahla sa s manželom do mlyna v Lukavici pri Sliači, kde napísala svoju autobiografiu Lukavické zápisky. Nových časov si veľa neužila. Ironiou osudu zomrela práve 21.augusta (roku 2007). Nešťastný dátum, ktorý jej nadobro strpčil život.

Anna Sláviková

Vianoce - najkrajšie obdobie roka

Bohatstvo zvykov a obradov je typické pre našu kultúru. Najstaršie obrady sa viažu k dvom základným etapám – letnému a zimnému slnovratu. Ten tohtoročný zimný bol 22.decembra a bol najkratší deň v roku. Obdobie trvá do 21. júna, kedy začína letný. Nechcem sa, samozrejme, vyjadrovať v žiadnych astronomických súvislostiach, tie patria odborníkom.

Predvianočné obdobie začína prvou adventnou nedeľou, kedy na adventnom venci so štyrmi sviečkami zapaľujeme prvú. Ďalšiu v nasledujúcu nedeľu a pokračujeme až do Štedrého dňa. Toto obdobie sa spája s obradmi a zvyklosťami, ktoré uchovávajú hodnoty našich predkov aj v terajšej dobe. Oprávnene sa rátajú za najkrajšie v roku.

V súčasnosti nás vianočná nálada začne chytať už v novembri. Začína sa veľké upratovanie, šialené nákupy darčekov, rodinné pečenie vianočných dobrôt a iné milé, ale aj vyčerpávajúce povinnosti a starosti.

Tradície, zvyky a obrady v tomto období sa začínajú na tzv. stridžie dni - ide o magické dni, kedy ľudia verili, že temné sily majú väčšiu moc ako tie dobré. Patria k ním Katarína - (25.novembra), Ondrej - (30.novembra), Barbora - (4.decembra) a Lucia - (13.decembra).

Na ***Katarínu*** mal do domu vstúpiť prvý muž, aby do rodiny priniesol šťastie. Nesmeli sa vykonávať práce s ihlou, lebo na ďalší rok by nebola dobrá úroda.

Ďalšie obľúbené zvyky a obrady sa konali na ***Ondreja.*** V tento deň chodili dievčence triasť ploty so slovami: „plote, plote trasiem ťa, svätý Ondrej, prosím ťa, aby si mi dal znati, kedy sa budem vydávati“. Počúvali z ktorej strany dediny a koľkokrát zabrechá pes, podľa čoho vedeli kedy a koho si zoberú za manžela. Zaujímavé bolo aj liatie olova, ktorého obraz tiež pripomínal, za koho sa „určite“ vydajú.

Ďalej to bola ***Barbora,*** ktorá je spätá s rezaním čerešňových vetvičiek. Pri každej vetvičke si deva spomenula na jedného mládenca a ten, ktorého vetvička ako prvá do Vianoc rozkvitla, do roka sa stal jej mužom.

Najvýznamnejším zvykom na sviatok svätej ***Lucie*** je ešte aj dnes chodenie bosoriek (zahalených v bielych plachtách so závojom na tvári) po chalupách, ktorých úlohou bolo vyhnať z domu a dvorov strašidlá, zlých duchov, temné sily, choroby a trápenia. Ďalšou tradíciou je, že dievčatá zrelé na vydaj v tento deň napísali na dvanásť papierikov mená možných ženíchov, poskladali ich, zalepili a vložili pod vankúš. Každý deň až do Štedrej večere jeden papierik vybrali, hodili do ohňa alebo roztrhali na márne kúsky. Na Štedrý večer po večeri rozlepili posledný a tak sa dozvedeli meno toho pravého. Či bolo na ceduľkách naozaj dvanásť mien alebo na všetkých iba jedno - toho najvytúženejšieho, to naozaj vedela iba svätá Lucia a tá deva, ktorá ich tam napísala. ***LUCIA*** znamená svetlo a tá svätá je isto aj preto patrónkou nevidiacich.

Do tohto čarovného obdobia patria aj mená ***Martin*** - (11.novembra); a ***Mikuláš*** - (6.decembra). Ten prvý, ako mladý vojak, v krutej zime, neváhal a mečom rozťal svoj plášť na dve polovice, aby tou jednou obdaroval premrznutého nahého žobráka. Vďaka tejto udalosti je považovaný za ochrancu chudobných. Je patrónom vojakov a jazdcov. V našich krajoch je tradícia, že deti si v predvečer sviatku svätého ***Mikuláša*** dávajú na okná topánky, do ktorých im tento svätec v noci nanosí sladké darčeky.

Konečne je tu ***Štedrý deň -*** (24. decembra), kedy sa rodiny schádzali pri štedrovečernom stole. Večera bola síce slávnostná, ale (bezmäsitá) - až do polnoci sa udržiaval pôst. Čarovaním sa veštilo všetko, čo sa týkalo zdravia, šťastia, úspechov, úrody aj osobného života. Je predvečerom slávneho Kristovho narodenia. V tento deň nesmela cudzia žena vstúpiť do domu, lebo by to znamenalo nešťastie. Ľudia sa snažili kontrolovať svoje konanie, lebo sa verilo, že kto ako prežije tento deň, tak bude žiť po celý rok. Ešte aj dnes je naozaj veľa všakovakých tradícií aj podľa regiónov.

Ja si z mojich mladých čias na toto obdobie pamätám veľmi živo. Všetko najpotrebnejšie sa robilo v tento deň už od skorého rána. Do práce sa zapájala celá rodina, ale predsa len ten najväčší organizátor a vykonávateľ bola naša dobrá mamička. Samozrejme aj hlava rodiny - tatíčko i keď nemohol vždy vzhľadom na jeho pracovné zaradenie. No, najviac sme sa snažili my deti - (päť sestier), samozrejme celkom zištne, lebo bola nádej, že za odmenu Ježiško bude štedrý. A aj bol !!!

Doniesol nám väčšinou potrebné praktické veci, ale nechýbali ani knižky a pre tie najmenšie aj hračky. Predovšetkým však veľa radosti, lásky a pohody. Osobitnú kapitolu tvorili koledníci. Ešte aj dnes mám zimomriavky, keď si spomeniem na do ticha znejúcu: „Narodil sa Kristus Pán, radujme sa, ...“ a „vinšujeme vám tieto Slávne sviatky, Krista Pána narodenie...“ Nikdy som neuvažovala nad tým, aká vyčerpaná musela byť naša mamička, keď bola schopná s úsmevom si sadnúť za štedrovečerný stôl so svojou sedemčlennou rodinou.

Vianočné sviatky pokračovali Utierňou - Polnočnou omšou, po ktorej bol aj koniec pôstu a mohli sa konzumovať už všetky nachystané dobroty. Nemôžem nespomenúť pre mňa ešte iný neskutočne krásny zážitok, a tým bola cesta nocou do kostola. Som z vidieka a za mojich detských čias akoby zima v tomto období bola uzákonená s cencúľmi, ľadom a snehom, aby tie krásne babičky vo vlniakoch a širokých sukniach so svojimi deduškami, ktorí s petrolejovými lampášmi v tme na bielučkom snehu vytvárali obraz, aký sa nespočetnekrát usilovali zvečniť hádam všetci maliari sveta.

Najvýznamnejším a bezpochyby tým najkrajším okamžikom tohto obdobia je hlahol naozaj najvznešenejšej hymny sveta: „Tichá noc, svätá noc..., kedy anjeli najprv pastierom podali zvesť, že sa v Betleheme narodil malý Ježiško. Je to deň Božieho narodenia - 25. december.

Do tohoto obdobia patrí ešte ukončenie starého a privítanie nového roka, kedy za všetko dobré v tom starom srdečne poďakujeme a do nového o to isté úpenlivo Pána Boha prosíme predovšetkým pre naše deti, vnúčatá, pravnúčatá, ale aj našich dobrých súrodencov, ich rodiny, aj priateľov a známych. Toto prenádherné obdobie trvá do Troch kráľov - 6.januára.

Milí naši: celé vedenie RDS, zdravotníci, všetci ostatní zamestnanci, ale samozrejme aj vy, naši spoluobyvatelia dovoľte, aby som sa vám v mene našej redakčnej rady, srdečne poďakovala za všetko dobro, ktoré radi rozdávate, a zároveň vám do nového roku **2020** zaželala najmä pevné zdravie, šťastie, veľa lásky, úspechov, spokojnosti a porozumenia, predovšetkým od našich najdrahších.

M.Blanka Večerová

O našich klientoch...

Pán **Ján Magál**, duchovný otec Agrokomplexu, zakladateľ Slovenskej mykologickej spoločnosti, bývalý predseda Spoločnosti pre zdravú výživu a bývalý predseda redakčnej rady časopisu Výživa a zdravie... (V prípade záujmu je text z doleuvedeného časopisu v čitateľnej verzii k dispozícii na sociálnom úseku).

S3GA | 2018/2019 | ČÍSLO 53

fotoarchív Striga

„Slančíkovo pomohlo k zrodu Agrokomplexu“

Tvrdí pán Magál, 97-ročný pamätník, duchovný otec Agrokomplexu. Tvrdí, že v našej škole sa zrodil aj názov Agrokomplex. Totiž sa poznal s bývalým riaditeľom pánom Striežencom a s tým sa dohodli, že v našej škole bude sklad a v našej škole sa zrodil aj názov. Keby nebolo vašej školy, nebol by Agrokomplex. Lebo toľko tovaru z celého Slovenska nebolo kam umiestniť a Viktor mi pomohol ako málokto, povedal pán Magál.

Jedného dňa zavolal nášmu pánovi riaditeľovi, dnes už 97-ročný Ing. Ján Magál, CSc. a ponúkol sa, že nám vyrozpráva príbeh o tom, ako bola naša škola dôležitou súčasťou zrodu Agrokomplexu.

Pán Magál, ktorý žije v Domove pre seniorov v Bratislave-Ružinov, nepotrebuje okuliare ani pri čítaní, ani pri písaní a stále je veľmi vitálny a fascinujúci svojím optimizmom.

Bol 10 rokov predsedom Slovenskej mykologickej spoločnosti, ktorú založil, ďalej bol niekoľko rokov predsedom Spoločnosti pre zdravú výživu a predsedom redakčnej rady časopisu Výživa a zdravie. Celý život pracoval v potravinárskom priemysle a popritom, keďže bol z Moravského Lieskového, organizoval a viedol konferenciu o minulosti i súčasnosti Podjavoriny.

Pán Ján Magál bol duchovným otcom Agrokomplexu – nitrianskej výstavy medzinárodného významu.

Práve on nás kontaktoval a vďačne nám rozpovedal príbeh, ktorý prinášame prepísaný v tejto podobe:

Robil som v potravinárskom priemysle LIKO v Bratislave - tu sa spracovávalo ovocie a všetky alkoholy, Ryba patrila pod nás aj konzervárenstvo. Každá dedina mala svoju likérku – 350 ich bolo na Slovensku.

Ja som vyrástol na kopaniciach v Moravskom Lieskovom, za Slovenského štátu to bolo pohraničie. Strednú som chodil do Obchodnej akadémie v Trenčíne a už vtedy boli kvóty. Keďže boli naplnené kvóty, nedostal som sa sem hneď. Ale ako hovorí Štefáník – netreba sa vzdávať a ja som sa dozvedel od strýka, že sa zakladá Obchodná akadémia v Poprade a keďže som skúšky spravil, dostal som sa do prvého ročníka bez problémov. Do druhej triedy ma už zobrali do Trenčína a tu som úspešne zmaturoval. Profesormi boli aj Česi, aj Nemci, aj Rusi. Boli to veľmi kvalifikovaní ľudia. A Karvaš, guvernér banky slovenskej, ktorý zachránil slovenský poklad, ale Nemci ho umučili – to bol môj profesor na ekonomickej. Učili sme sa všetko – aj účtovníctvo.

Veľa som zažil, aj počas vojny, aj som unikol poprave, aj Rusom som tímočil na národnom výbore.

Ťažké to bolo obdobie, ale keďže sme boli mladí, až tak problematicky sme to nevnímali. Išiel som so svojou budúcou manželkou na zábavu a ozvala sa streľba – skočili sme do jarku – streľba skončila a my poďho ďalej na zábavu.

Ale vrátim sa do 60-ych rokov. Osobne som sa poznal s vaším bývalým riaditeľom Viktorom Striežencom. Už vtedy som robil výstavy za potravinársky priemysel v Čechách, kde už 3 roky

04

S3GA

fungovala v Českých Budějoviciach Země živitelka. Zastupoval som Slovensko. Raz ma zavolal z ÚV KSS pán Ing. Turoň, či by sme nedokázali robiť aj niečo podobné v rámci Slovenska. Ako je to možné, že my Slováci to nedokážeme? Myslíme si, že ty by si to dokázal zorganizovať. Česi vyrábajú aj Coca Colu a my čo? Keďže som mal aj skúsenosti, aj kontakty, dal som sa na to – veď som mal slovenské cítenie.

Ľudia tu zomierali na otravy húb, a tak som založil mykologickú spoločnosť. Najprv som išiel do Prahy, Karmelická 17. Viedli sme poradňu a znížil sa počet otrávených

Potom som sa dostal k Janovicovi /vtedajší minister poľnohospodárstva/ a on ma zoznámil s istým pánom Romanom z Ameriky. Ten chcel, aby som ho skontaktoval so slovenskými predstaviteľmi a bol by vytvoril koridor Toronto-Košice- Bratislava. To bolo v 60-ych rokoch. Prišiel na Slovensko vyjednávať, lenže sme potrebovali súhlas Prahy a oni nám ho nedali, lebo sa im nepáčilo, že koridor sa zastaví na Slovensku. Tak skončila možnosť podpory pánom Romanom.

Naďalej sme však túžili po niečom špecificky slovenskom – keď Česi mali Cocacolu, my sme zaviedli Pepsi Colu, ale aj Sunquick z Dánska, oni Vineu, my z Maďarska Márku.

A túžili sme po výstave ďalej. Pán Strieženec, bývalý riaditeľ vašej školy, nám uvoľnil priestory na sklad – veď len jednu triedu sme celú zaplnili alkoholom. Výstava vtedy trvala 3 mesiace.

A čo bolo ďalej?

Urobil som si všetky kurzy cestovného ruchu. Okrem Austrálie som bol všade. Ešte donedávna som robil sprievodcu turistov po Bratislave aj celej Európe. Možno je to vďaka mojej zmierlivej povahe, ale naozaj som dôkazom príslovia: V zdravom tele zdravý duch a aj vám všetkým prajem dobré zdravie a spokojný život.

Pán Magál, je jedinečná a inšpiratívna osobnosť pre nás všetkých. Krásne naladený a optimistický človieček, ktorý prežil život za troch. Hrdý Slovák aj svetoobčan. Sme radi, že sa s nami skontaktoval a mohli sme ho poznať. Prajeme mu veľa ďalších rokov života.

Striga

z časopisu -S3GA-č. 53. NITRA.

Selfie time

Skok späť na SPŠP

kresba: Paulína Danóczyová, Sekunda B

05

DUCHOVNÉ OKIENKO

Začiatok roka, 1. január, je zasvätený Panne Márii Bohorodičke. Titul Bohorodička si zvlášť uctieva východná Pravoslávna cirkev.

Hneď na začiatku roka, 3. januára, si pripomíname Najsvätejšie meno Ježiš. Sviatok Zjavenia Pána alebo Troch kráľov si uctievame 6. januára. V tento deň si veriaci nechávajú posvätiť svoje príbytky, čo sa značí aj nápisom na ich vchodových dverách: 20+G+M+B+20 (Gašpar, Melichar, Baltazár), voľne aj Bože žehnaj tomuto domu, spolu s dátumom roka pred i za týmto nápisom.

V tretiu nedeľu po narodení Pána (12. január) si pripomíname Krst Krista Pána.

Príslušníci armády si pripomínajú svojho patróna svätého Šebastiána 20. januára.

Keďže sme príslušníkmi, farníkmi rodiny – farnosti rádu Saleziánov Dona Bosca, 24. januára si pripomíname svätého Františka Saleského, učiteľa Cirkvi, iniciátora tohto rádu. Podľa neho má svoj názov. Zakladateľa rádu svätého Jána Bosca si pripomíname 31. januára.

Začiatok februára, 2. februára si ctíme sviatok Obetovania Pána – Hromnice. V tento sviatok si veriaci nechávajú svätiť sviece (hromničky), ktoré ochraňujú ich príbytky od hromu a blesku pri búrkach.

Na druhý deň, 3. februára si pripomíname svätého Blažeja, mučeníka. Veriaci si ho uctievajú ako ochrancu zdravia hrdla a preto si ho nechávajú požehnať svätoblažejskou sviecou.

Svätá cirkev, zvlášť ctitelia Panny Márie Lurdskej, si uctievajú na jej sviatok 11. februára. Je to aj Svetový deň chorých.

Svätých Cyrila a Metoda (našich vierozvestov) si 14. februára pripomíname ako Patrónov Európy.

Koncom mesiaca, 26. februára v Popolcovú stredu začína Veľkonočný pôst. Veriaci sa v tento deň nechávajú s pokorou na svojom tele poznačiť svätým popolcom na znak toho, že si uvedomujú, že popolom sú a na popol sa obrátia. Veriaci kresťania sa v tomto pôstnom období zvlášť intenzívne zamýšľajú nad umučením a smrťou Ježiša Krista za naše vykúpenie, čo prejavujú rôznymi formami pôstu (zriekaním sa zábavných činností, striedmym stravovaním, zriekaním sa mäsitých pokrmov, milodarmi, almužnou a pod.). Na slávenie Veľkonočných sviatkov (Kvetná nedeľa, Zelený štvrtok, Veľký piatok, Biela sobota, Veľkonočná nedeľa Pánovho vzkriesenia) sa osobitna pripravujú vo sviatosti zmierenia – svätej spovedi odpustením svojich hriechov.

Sviatok svätého Jozefa, ženícha Panny Márie, si pripomíname 19. marca. Zvestovanie Pána si pripomíname 25. marca.

Peter Čulík

Spoločenské podujatia

Mikuláš na Pivonkovej

Dňa 6.12.2019 zavítal do nášho zariadenia na Pivonkovej 2 medzi našich klientov Mikuláš so svojimi vernými pomocníkmi – anjelom a čertom, ktorí okrem sladkostí a malých darčekov pripravili deň plný prekvapenia, radosti a dobrej nálady.

Zdravotnícke okienko

Pravidlo o troch a pol minútach

1. Keď sa prebudíte zo spánku (ráno alebo popoludní), zostaňte ležať v posteli ešte pol minúty.

2. Následne sa na pol minúty v posteli posaďte.

3. Potom si dajte nohy na zem a ešte pol minúty seďte na kraji postele.

Po týchto troch pol minútach nebudete mať anemické srdce, ktoré tým pádom nezlyhá a tým sa zníži možnosť pádu.

Odkrvenie mozgu a srdca sa môže vyskytnúť u človeka v každom veku.

Postrehy:

...len tak ísť von, trochu postáť pod zasneženými stromami, zamyslieť sa, vnoriť sa do spomienok. Započúvať sa do zvukov dňa. Priblížiť sa k sebe a cítiť lásku k sebe...

Učili nás mať rád iných, prípadne ich obdivovať za to čo v živote dosiahli, za ich kariéru, úspechy, majetok, peniaze. Avšak v našej mladosti nás neučili mať rád seba. Porozmýšľajte, vždy nájdete za čo.

A tak pod zasneženými stromami alebo zahmlenom okolí, kde máte pocit, že ste sami, obráťte sa k sebe, do svojho vnútra. Pocítite koľko je vo Vás lásky.

Zuzana Pavlíková

Chvályhodná práca ľudí,
Tí – ktorí nás tu opatrujú.
Žiaden z nich sa tu nenudí,
pochvalu a úctu si zasluhujú.

Všetci tvoria súčasť celku,
pomáhajú v ťažkostiach.
Rozdávajú lásku veľkú
v samotných svojich schopnostiach.

Opatrovateľky kľúčové,
z dvier do dvier prechádzajú.
Pýtajú sa čo je nové,
či v poriadku nás nachádzajú.

Myšlienky v duši povzbudí
aj osoba na to určená.
Vedomie naše nabudí,
na toto je ozaj stvorená.

Anka, Nataška, a ostatné ženičky,
zanechajú izby čistučké.
Keď upracú, svietia všetky chodbičky,
aj tak vidieť úsmev na ich tváričke.

Milan Pokorádi

Vitajte medzi nami! ----------

Nieto mesiaca, aby sa na chodbách, v jedálni, či v spoločenských priestoroch nášho zariadenia neobjavili nové tváre, noví obyvatelia. Za posledné mesiace to boli:

Anna Mistríková, Anna Havlíčková, Vojtech Mezei, Gizela Kissová, Dagmar Cyprichová, Edita Wiedermannová, Štefan Hlavatý, Anna Cudráková, Peter Václavek, Eva Zavarská, Mária Illeová, Táňa Šarudyová, Karol Polčič

Nuž, vitajte medzi nami a cíťte sa tu naozaj ako doma.

----------Naši milí jubilanti

Veľa šťastia, spokojnosti a hlavne zdravia Vám želajú všetci zamestnanci RDS a spolubývajúci.
V poslednom štvrťroku 2019 oslávili jubileá nasledovní obyvatelia:

Edita Vinohradská, Mária Krajčíková, Berta Klasová, Dušan Kačáni, Jozef Drgoň, Klaudia Hosmajová, Irena Krajčovičová, Ľudmila Stehlíková, Ján Madžo, Ida Podroužková, Melánia Františová, Irena Jurišová, Františka Lacková, Juliana Rašlíková, František Kuba, Sylvia Lacková, Henrieta Silešová

Kto je jubilantom? Každý, kto v danom štvrťroku dosiahne vek 70, 75, 80, 85, 90 rokov a potom už každý rok, t.j. 91, 92, 93...

----------Spomíname s úctou----------

V živote to už tak chodí. Krásne a príjemné chvíle sa striedajú so smutnými a tragickými. K takým patrí aj spomienka na obyvateľov nášho zariadenia, ktorí opustili naše rady v dňoch uplynulého štvrťroka:

Alojz Jursa, František Štamberský, Margita Belanová, František Kuba, Ružena Trebatická, Margita Oláhová, Karol Schulz, Sylvia Lacková, Anna Kardianová, Sonja Vodrážková, Lívia Orechová, Alojz Zeman, Jozef Beňo

Vyslovujeme hlbokú a úprimnú sústrasť ich príbuzným a známym.

---

*Časopis **Môj domov** – štvrťročník – vydáva Ružinovský domov seniorov, Sklenárova 14, Bratislava 821 09*
Redakcia si vyhradzuje právo na úpravu príspevkov