

MÔJ DOMOV



EDITORIÁL

Prišla zima. Prežili sme čaro Vianoc s radostnými stretnutiami s rodinou a priateľmi. Mnohí z nás toto šťastie už nemali a tak strávili sviatky v spomienkach na svojich drahých, ktorí ich opustili a venovali im aspoň tichú spomienku.

Teraz pri vstupe nového roku 2025 očakávame čo nám prinesie. Radi by sme sa tešili z príjemných vecí, ale prognózy, ktoré nám dávajú médiá o našej a medzinárodnej situácii tomu nenasvedčujú. Naši politici majú radšej neustále napätie, ako prácu na tom, ako priniesť stabilitu, pokoj taký potrebný pre rozvoj Slovenska. Pocit pohody a istoty nezabezpečuje ani medzinárodná situácia, hlavne vojna na Ukrajine, ktorá je tak blízko k našim hraniciam, ale ani vyostrená situácia inde vo svete. Dúfame, že zvolenie nového amerického prezidenta stabilizuje aspoň čiastočne medzinárodnú situáciu a tak uvoľní stres a napätie.

Do nového roku 2025 si želajme spraviť všetko, aby sme v tom našom svete poznali čo najmenej nepokoja a spríjemnili si život čo najviac, tešili sa z maličkostí, pomáhali si navzájom úsmevom, milým slovom, mali pocit priateľstva a vzájomnej blízkosti.

Veľa krásnych dní, príjemných zážitkov, zdravia, šťastia a pohody vám všetkým v novom roku 2025 želá

redakčná rada časopisu „Môj domov“ a
Zuzana Pavlíková

ČÍSLO 1 Január 2025

Ružinovský domov seniorov

Sklenárova 14

821 09 Bratislava - Ružinov

Tel: +421 2 534 158 76

www.rdssklenarova.sk

Facebook: Ružinovský domov seniorov



RUŽINOV
RUŽINOVSKÝ
DOMOV
SENIOROV

PF 2025



Milí klienti Ružinovského domova seniorov,
príjmite prosím želanie pevného zdravia, vzájomného pokoja a harmónie, nech vám
prinášajú radosť a šťastie vaši najbližší, nech sa môžete dlho tešiť z ich prítomností.
Rozdávaťme okolo seba dobrú náladu a ceňme si to, čo má skutočnú hodnotu.
Úspešný a šťastný nový rok 2025 vám z celého srdca
praje vedenie RDS a všetci jeho zamestnanci.

O VIANOCIACH

Čas vianočný, čas milosti,
každý z nás sa ich rád zhostí,
majú zvláštnu atmosféru,
magické v nich je čosi veru.

Deti sa z nich tešia iste,
o darčeky prosia v liste,
poskakujú, stromček zobia,
radujú sa keď sviece horia.

A my, veľkí, cítime zvlášť,
akýsi zmier, ochranný plášť,
závan ticha, pokoj v duši,
či sneží, či vonku prší.

Pre tých, ktorí v Pána veria,
mnohé zo slov napovedia:
„Pokoj ľuďom zvestoval,
aby sa svet radoval“.

Anna Sláviková

POSTREH

Aj napriek protestom Vás mnohých si trúfam
povedať, že sme „papierová generácia: Milujeme
držať v rukách tlačene slovo - noviny, časopisy,
knihy.... Máme radi ich vôňu, radi cítime ich váhu
v rukách keď sedíme v kresle pri kávičke, alebo čaji.
Nejak sa cítime spojený s obsahom, ktorý čítame,
s príbehom ktorý prežívame spolu s hrdinom našej
knihy.

Toto mladá generácia nepochopí neprecíti. Napriek
tomu si radi pozrieme televízny program, máme svoje
obľúbené seriály, alebo náučné relácie. Radi si
„vygooglime „ na internete čo potrebujeme vedieť,
alebo čo nás zaujíma, avšak radosť a pohoda, ktorú
cítime , keď držíme knihu je obrovská! Teší nás aj
pohľad na našu knižnicu plnú našich obľúbených
kníh, ktoré nás sprevádzali celým životom, aj keď
nám čítanie kvôli zhoršenému zraku robí problémy.

Často si vzdychneme aké to bolo krásne zobrať do rúk
knihu a bez problémov pustiť svoju fantáziu na
prechádzku a začítať sa do príbehu v papierovej
podobe.

Zuzana

Míňali sa roky - aj tu v našom domove,
Nový rok k nám prišiel a my sme v pohode,
každým novým rokom ubieha nám to tu rýchlo,
aj ten minulý, zdá sa, že po ňom všetko stíchlo.

Milan Pokorádi



(zľava: Andrea Číková, Katarína Kralčák, Helena Kloučková, Drahotína Peruňská, Viera Schleifová)

Katarína Kralčák, MBA

V zariadení pracujem od 1. júla 2021, od marca 2024 na pozícii manažér ekonomického a administratívneho úseku a zástupkyňa riaditeľky. Vo voľnom čase najradšej trávim čas s rodinou, som vydatá a mám 7 ročnú dcéru Tamarku; mojimi záľubami sú varenie, motorizmus, vyrábanie sezónnych aranžmánov a dekorácií, prechádzky.

Ing. Ľubica Kubová

Pracujem na ekonomickom úseku od mája 2023, zodpovedám za správnosť účtovníctva a aj účtovanie, finančné vzťahy so zriaďovateľom, tvorím rozpočet organizácie a kontrolujem jeho čerpanie, spracovávam výkazníctvo pre zriaďovateľa a MF SR.

Andrea Číková

V RDS pracujem 32 rokov na pozícii finančný účtovník. Zodpovedám za dodávateľské faktúry, ich evidenciu, účtovanie, platby a vedenie registratúrneho strediska. Fascinuje ma všetko čo dýcha históriou a obdivujem čo všetko ľudia dokázali bez dnešnej techniky. Preto rada navštevujem historické pamiatky, rada si pozriem psychologické filmy, poprechádzam sa v prírode so svojimi blízkymi. Najnovšie ma začala zaujímať fotografia a netradičné kompozície, ktoré dokážu zachytiť momenty každodenného života.

Ing. Helena Kloučková

Pracujem už vyše dva roky ako personalistka. Voľný čas rada trávim v záhrade, pobytom v prírode a venujem sa svojmu 5-ročnému vnukovi Miškovi.

Drahotína Peruňská

V RDS pracujem 2 roky na pozícii finančný účtovník. Mojou náplňou práce je spracovanie agendy pošty a pokladne, účtovanie a starostlivosť o financie na výplatu dôchodkov. Vo svojom voľnom čase sa venujem horskej cyklistike, vďaka ktorej spoznávam krásy nielen Slovenska ale aj iných štátov.

Viera Schleifová

Pracujem na pozícii referent správy majetku od októbra 2023. Mám na starosti objednávky pravidelných nákupov pre všetky úseky zariadenia, ako čistiace prostriedky, drogeria či kancelárske potreby, ochranné pracovné prostriedky... Snažím sa, aby všetci mali všetko, čo k svojej práci potrebujú a spolupodieľam sa na tom, aby všetci klienti žili v príjemnom a kvalitne zariadenom prostredí. Mojimi záľubami sú cestovanie, objavovanie nových miest, dobré filmy a hudba, zvyšný voľný čas venujem rodine, predovšetkým svojim trom malým vnúčatám.

DUŠEVNÁ VYROVNANOSŤ JEJ POMÁHA ŽIŤ



(Medailón pani Márie Prutkayovej)

Milý úsmev, vľúdne slovo - vzácne artikle, no nesmierne príjemné. Na pleciach onedlho deväťdesiatka, pred sebou chodítko a na jasnej tvári žičlivý úsmev. Takto stretávam pani Máriu PRUTKAYOVÚ na chodbe, keď si ide po obed.

Narodila sa 8. augusta 1935 v Bratislave do košatej rodiny piatich súrodencov. Mama bola tiež z piatich detí a napriek tomu, že mala čo robiť aby sa postarala o všetky deťurence a dôkladne viedla domácnosť, pretože na manžela - svetobežníka čo stále lietal po svete, sa spoľahnúť nemohla, dožila sa úctyhodného veku deväťdesiatich piatich.

Dlhovekosť po nej zdedila aj malá Mária, ktorá pomáhala mame s domácimi prácami ako len vládala už od malička. Dobré sa učila, najskôr ukončila päť tried ľudových, potom nasledovali štyri ďalšie, ktorým sa hovorilo meštianka, ale oni ju vtedy volali stredná škola. Učili na nej vysokoškolskí profesori. Mária sa vyučila za hodinárku, čo je ozaj nie bežná profesia. Našla inzerát v novinách, a tak ju to remeslo bavilo, že v podniku Klenoty, kam mladá nastúpila, pracovala tridsaťsedem rokov a odtiaľ odišla do dôchodku. Vedela opravovať všetky druhy hodín, vedela kam ktorá súčiastka patrí. Pracovala v hodinárskom sklade, a keď jej vedúci zistil ako dobre ovláda reči, hovorila po nemecky, rusky i maďarsky a ešte k tomu sa aj u jedného učiteľa z vlastného záujmu naučila stenografovať, posielal ju do zahraničia na nákupy súčiastok. Tak sa dostala veľakrát do Švajčiarska, ktoré je povestné výrobou kvalitných hodín, ako zistila, takmer každá rodina tam vyrábala vlastnú značku hodín či už cylindrové, 15-kameňové aj iné. Pracovné cesty ju zaviedli aj do Nemecka i do Ruska, s ktorým si najčastejšie vymieňali súčiastky.



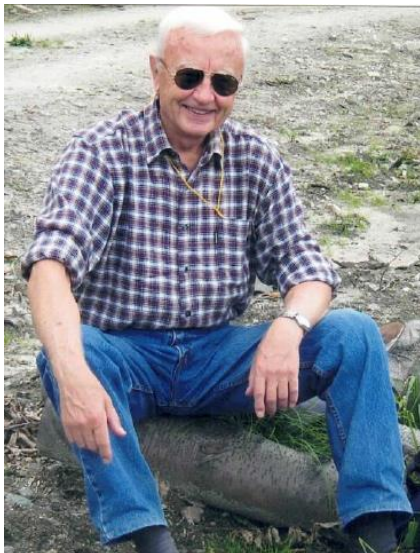
Zostala skromná, zachovala si zdravý pohľad, a v takom duchu vychovávala svoje deti, ktoré sa jej narodili po sobášii s milovaným manželom Friedrichom, tiež hodinárom. S tým sa nasťahovala v roku 1997 do nášho domova seniorov, bývali na 3. poschodí v dvojgársónke. Pred dvanástimi rokmi manžel zomrel a ona sa presťahovala do obyčajnej garsónky na 4. poschodie. Dlhé chvíle si kráti lúštením krížoviek, čo treba si zašije alebo inak opraví. A keď ju dvaja synovia s nevestami, ktorým dlhé roky pomáhala pozvú, rada sa porozpráva s dvoma vnukmi, venovala im svoju vzácnu zbierku autíčok, ktoré dlhé roky zhromažďovala a opatrovala. Vždy mala totiž záujem o autá, dlhé roky šoférovala svoju Škodovku, na ktorej precestovali s manželom kusisko Európy.

Rada číta knihy i časopisy pokiaľ jej to zrak dovolí a využije každé príhodné počasie, aby sa šla s priateľkou Aničkou prejsť, koľkokrát až do vzdialeného Lidla, alebo aspoň do blízkeho parku. Naučila sa brať veci aké sú, a zo všetkého sa usiluje vybrať ak nie to najlepšie, tak aspoň to dobré.

Anna Sláviková



TLAČIAR KAŽDÝM CÓLOM



(Medailón pána Jána Bobáka)

Pán Ján BOBÁK sa narodil roku 1935 v Hlohovci do roľníckej rodiny. Mama bola domáca, popri starostlivosti o deti vypomáhala manželovi na poliach a pri malom hospodárstve.

Na základnú školu chodil Janko v rodnom Hlohovci, potom sa išiel učiť za polygrafa do Bratislavy. Toto povolanie mu učarovalo natoľko, že mu zostal verný po celý svoj produktívny život.

Začínal v Západoslovenských tlačiarňach, neskôr prešiel robiť do tlačiarne Pravda. Pri tejto zaujímavej práci strávil plných štyridsať rokov. Bavila ho technika a robiť v strojovej sadziarni, kde sa tlačili texty z olova a vysádzalo sa ručne, bolo pre neho nesmierne zaujímavé. Prvých dvadsať rokov robil strojného sadzača. Stroj vyzeral ako klaviatúra, písmená sa klepali na klávesnicu, nad ňou boli zásobníky s písmenkami. Tie po klepnutí padali dolu a zoraďovali sa z nich riadky, potom sa posúvali ku kotlíku s roztopeným olovom a z ich sa spravila forma. Na tú sa nanášala farba a tlačili sa noviny.

Napriek tomu, že to bola práca náročná, pracovník musel byť maximálne sústredený a robilo sa aj v noci, ba aj cez víkendy, pretože pondelok ráno čitatelia čakali pred stánkami na noviny, stihol si založiť rodinu. Ženil sa už ako 21-ročný, z prvého manželstva má dve deti. Manželka zomrela mladá a tak sa oženil druhýkrát, no tento zväzok sa až tak nevydaril, po čase sa rozviedol.

V staršom veku zostal sám, deti majú svoje zamestnania, s tým súvisia aj povinnosti a starostlivosť o rodinu. Jankovi sa rokmi pridali zdravotné problémy: Parkinsonova choroba, zlyhával kolenný kĺb ktorý bolo treba vymeniť. A tak hľadal spôsob dôstojného dožitia. Pred vyše dvoma rokmi ho našiel v našom RDS. Zvykol si tu, občas si zájde do Pánskeho klubu kde debatujú o všetkom možnom, najmä o aktuálnych problémoch. Rád si prečíta noviny ba aj hrubšie romány. Pravidelne za ním chodia traja vnuci i dcéra, ktorých návšteva ho vždy poteší.



Anna Sláviková

VIANOČNÁ POHĽADNICA

Obloha je už od rána zatiahnutá tmavými mrakmi a k večeru začína liať ako z krhly. Nič nenasvedčuje tomu, že je dnes Štedrý deň. Rozmoknuté parky a kaluže vody na nerovných asfaltkách navodzujú skôr náladu niektorého z mesiacov nepodareného leta. Darmo sa pozerám na umelý vianočný stromček s farebnými ozdobami, darmo podchvíľou zájdem do kuchyne kde rozvoniava kapustnica a medvedie tlapky, typické pečivo vianočných dní. Vianoc akosi niet. Akoby sa čas pomýlil.

Vtom prievan, ktorý odchýlil kuchynské okno, zhodí na zem zopár pohľadníc z malého stolíka. Celkom som na ne v tom predvianočnom chvate zabudla. Zohnem sa, beriem ich do rúk a usmejem sa. Kdeže už dnes človek uzrie takýto motív? Zasnežené borovice a jelene hrúžajúce sa po krk v snehu. Iba ak priamo v Tatrách, ba vari ani tam nie. Dokonalý gýč. A na tejto tu ešte väčší. Konský záprah ťahajúci zvoncami ovešané sane. Smiešne. Ale čo to? Veď ja počujem ich zvuk. Pravidelné a radostné cinkanie. Áno. Počujem aj vrzgajúci šuchot plechom okovaných saní i dychčanie cválajúcich koní. Zadávam sa lepšie na pohľadnicu a spoznávam gazdu, pohoniča. Má síce vyhrnutý kožušinový golier na hrubom kabáte a kožušinová čiapka mu zakrýva čelo aj temeno hlavy, ale spoznávam ho. Akoby aj nie. Roky som ho vídala vo vyparádenej bričke v lete a vyzdobených saniach počas tuhých zím. Môj otec vedel vyťažiť svoje pevné kone počas celého roka. Od jari do jesene s nimi robil na poli a v zimných mesiacoch vozieval ľudí z okolia do kostola, na svadby, krstiny, pohreby i na rozličné iné spoločenské udalosti. Učesal koňom hrivy, mama do nich naviazala farebné stužky, ozdobila chomúty, obaja vetvičkami vyzdobili okraje elegantných saní, a šlo sa.

Spomínam si na náš dom na opustených kopaniciach. Stál neďaleko ešte jedného domu spolu so stodolami a šopami na drevo. Najbližšie ľudské obydlia boli vzdialené dobrý kilometer. Keby nás nebodaj bolo zafúkalo, vari do samej jari by nás nikto nenašiel. Zimy totiž bývali v našom podhorskom podjavorinskom kraji veľmi tuhé a s množstvom snehu. A zafúkať náš dom, hoci mal aj poschodie, nebolo až také nemožné. Závej sa nejednu zimu tiahol až po eternitovú strechu. A po šope a údiarni, ktoré boli pomerne nízke, často nezostalo ani stopy. Jelene a srnky, ktoré na pohľadnici vyzerali také detinsky naivné, prichádzali vyhľadované až k nášmu domu. Mama im vždy prehodila čosi cez plot. Seno, jablká alebo ovos, len aby neobhrýzali jablone a slivky. Boli veľmi krotké a oddane sa mi dívali do tváre. Ako rada by som ich bola pohladkala, no vedela som, že nesmiem. Určite by ušli skôr, ako by som preliezla plot. Poľné zajace a líšky tiež neboli zriedkavými hosťami, ba tie štíhle líšky s huňatými ryšavými kožuchmi neraz spôsobili poplach v našom kuríne.

Ako sa blížil koniec roka, celý kraj prikryla vysoká biela perina. A keďže od Javoriny často viali ostré vetry ponad rozľahlé otvorené polia, pri našom dome vytvárali zo snehu nádherné, priam umelecké výtvary. Pozorovať tieto výjavy cez okno vykúrenej izby bolo nádherné, no cítiť ostrý chlad vetra zabodávajúci sa do tváre a nebodaj na chrbte pod vykasanými nohavicami nemalo až také čaro. Keď však vietor utíchol, povyliezali sme z teplej kuchyne a robili sme si v závejoch tunely a jaskyne. Cítili sme sa ako v rozprávke o Snehovej kráľovnej. Sneh sa ligotal a prašfal od mrazu, a z večne tečúceho kamenného žľabu za domom viseli prekrásne cencúle.

Pripomínali kvapľový organ a kdesi vo vnútri, pod nerovnomerne zoradenými cencúľmi,, tenkým cícerkom pretekala voda. Páčili sa nám tie krásne výtvory prírody, no nedali nám pokoj. Buď sme ich olizovali ako nanuk, alebo sme do nich toľko tĺkli palicami, až sa s rachotom odlomili a roztrieštili na tisícky ligotavých kúskov.

My deti, hádam ako všetky deti na svete, sme sa tešili na Vianoce. Na to úžasné a fascinujúce obdobie farebného sveta. Lenže Vianociam, sviatkom pokoja a hojnosti, predchádzal v našej rodine vždy veľký zhon. Otec, ktorý sa držal hesla: „Na Vánovce po gágorce“ pár dní pred sviatkami zorganizoval zabíjačku. Už od piatej hodiny ráno kúril pod obrovským kotlom, kde vrela voda na obáranie svine. Celý dom bol hore nohami, všade kopa masti, krvi a ťažký zápach vytápajúcich sa škvarkov. Nemala som rada tieto žatvy zimy. Umastené kľučky na dverách, prievan a roztečené potôčky krvi za domom, kde sviňu rozoberali. Najviac som bola v ten deň využitá pri nosení vody na pranie čriev. Odporná robota. Prsty mi primrzali k hrnčeku, ktorým som nalievala vodu. Filcové papuče či galoše som mala premočené, nebolo sa kedy prezuť, stále ktosi čosi odo mňa chcel. Ale potom, keď už bolo po všetkých vonkajších robotách, potom to začalo byť zábavné. Zabíjačka vo večerných hodinách vyvrcholila do záverečnej fázy, keď sa mlelo mäso a vyrábali sa z neho dlhé metre chutných klobás a jaterníc. Učiteľský syn, ktorého si otec každý rok vždy vopred objednal, vyhrával na harmonike, ostatní spievali. Komora - najstaršia a najchladnejšia miestnosť v dome, ktorú si nik po celý rok nevšímal - sa stala na jeden večer sálou, kde kypel spoločenský život. Keď sa spracovali všetky časti svinského tela, spoločnosť sa premiestnila do prednej kuchyne. Zajedlo sa, zapilo, zaspomínalo. Neskoro v noci sa rozchádzali unavení ale aj rozjarení účastníci zabíjačky do svojich domovov.

Počas jednej takejto zabíjačky sa spustila veľká fujavica. Snehu bolo už aj tak dosť a ešte k nemu každou chvíľou pribúdalo. Po čase fujavica ustala a náramne prituхло. Spoločnosť sa rozchádzala takmer o polnoci. Každý mal okrem seba aj výslužku, čiže karminu - kus mäsa, jaternice, klobásy i zakáľáčkovú kašu. My deti sme jej, ani neviem prečo, hovorili medvedia kaša. Bola to ohromná pochúťka, najmä keď sa jedla so zabareným postrúhaným chrenom a jablkami.

Teta Milka, statná postavou i váhou, sa takisto vydala na cestu domov. Keďže to mala dolu brehom, pustila sa na sánkach. Spočiatku jazda nevyzerala na nijaké problémy. Tie nastali, až keď sa sane poriadne rozbehli. Leteli ako víchor a tetu zhodili skôr, ako sa stihla povoziť. Zletela, chudera, zo saní a voľnou váhou sa šmýkala na zadku dolu prudkým kopcom. Našťastie, v ceste stáli mladé ovocné stromčeky, a tých sa v letku prichytila. Lenže klzký srieň, ktorý sa každou minúťou vytváral, komplikoval situáciu. Teta sa húževnato držala stromčeka, pritom sa do omrzenia obtáčala okolo neho. Nakoniec sa celá zúfalá pustila a voľným sklzom sa dostala po bránu svojho domu. Klobásy, jaternice a iné dobroty zostali rozmetané po poli, ktorým putovala. Isto si na nich pochutnali miestne vrabce a sýkorky. Mám však podozrenie, že aj zatúlaný pes. Jedného takého som totiž na druhý deň stretla cestou zo školy. S chuťou sa po čomsi obližoval a na zamrznutých fúzoch mu viseli šupky, zrejme z našich delikátnych a voňavých klobás.

V predvečer Štedrého dňa, len čo sa zotmelo, vybrali sme sa do hory po stromček. Obyčajne jedličku. Otec ju mal vopred vyhladnúť, šli sme takmer naisto. Občas sme zbadali nejakého malého zlodeja, ktorý si takisto prišiel vyťať „ten svoj“. Podľa chôdze a príslušných zvukov sme

aj vedeli, o koho ide. Ale nikto nikoho neprezradil. Jedni aj druhí sme sa tvárili, že sa nevidíme. Že tam vlastne ani nie sme. Predsa ľudia z vrchov, žijúci pár krokov od lesa, nepôjdu do mesta kupovať stromček, no nie? Veď by to bolo smiešne. Ako sme sa blížili k domu, nohou som zametala stopy. Čo keby sa predsa len zjavil hájnik...

Privliekli sme jedličku pod bránu, kde jej otec okresal spodok, a zapasovali sme ju do trojnožky. Zdobenie stromčeka bolo prácou nás detí. Navešali sme naň, koľko uniesol. Do bieleho a žltého staniolu, keďže iný vtedy nebol, sme zabalili orechy, medvedie tlapky, zázvorníky i malé čokoládky, ktoré mama vyrábala na plechu a odlievala do formičiek. Aká len bola nešťastná, keď sa jej v rožku kúsok ulomil. Forma tým stratila žiadaný tvar. Ale takú spotvorenú čokoládku sme aspoň mohli hneď zjesť a nemuseli sme ju vešať na stromček ani položiť na táčnu pre hostí. Ešte to tak, aby nám ju druhí zjedli! Mama napiekla makovníkov, orechovníkov a pupáčkov. Tie sa jedli ako súčasť štedrovečernej večere. A sviatky sa mohli začať.

Počas samotného Štedrého dňa vládla u nás značná, zato však vzrušujúca nervozita. Mnoho vecí, ktoré sa mohli urobiť vopred, sme nechali na poslednú chvíľu. Z výšky, teda miestnosti na poschodí, bolo treba poznášať nové a naglancované čižmy i filcové papuče, ktoré sa nosili iba na sviatky. Také boli premrznuté, že sa aj pol dňa museli zohrievať v prednej kuchyni, kým sa dali vôbec obuť. Kabáty, šále i čiapky sa takisto museli poriadne poprehrievať v teplej miestnosti, aby sa mohli obliecť a nebolo v nich viac zima ako bez nich. Ak by sme boli, nebodaj, na tieto vážne veci v deň použitia zabudli, vypomstili by sa nám tým, že by sme sa v nich nezohriali ani do konca bohoslužieb. V kostole bola totiž taká zima, že keď človek kýchol, dych mu zamrzol priamo vo vzduchu. Ale aspoň sa tam nedržal nijaký hmyz. Iba ak by šlo o nejaké sibírske odrody.

Od nášho domu do kostola bolo dobrých šesť kilometrov. Voľakedy, keď sme mávali kone, zapriahol otec do saní a viezli sme sa ako šľachta. Lenže založením JRD nám kone zobrali a odvtedy sme chodili pešo. Vonku trešfal mráz a ja v mojom umelom kožušku a zelených filcových mrazovkách o tri čísla väčších ako som potrebovala, som cupkala za otcom a mamou v ich šľapajach. Takmer ma nebolo vidieť vo vysokom snehu. Vo veľkých mrazovkách malé nohy poskakovali a šmýkali sa od jedného okraja topánky po druhý. Mama mi totiž vždy kupovala väčšiu obuv, aby ma topánky netlačili, ale aj preto, aby som z nich len tak rýchlo nevyrástla. Kým mi boli akurát, stihla som ich zodrať. V poskrúcaných pančuškách na bocianích tenkých nohách s nenormálne veľkými mrazovkami som vyzerala ako káčer Donald.

Cesta pri rezkom kroku nám trvala vyše hodiny. Stále sme šli dolu kopcom. Na hlavnej hradskej sme stretali hlúčky ľudí smerujúce do kostola. A keď sme dorazili po chrámovú bránu, už z nás bola celá výprava. Naša rodina mala vyárendovanú prvú lavicu na pavlači, čiže na chórise. Priamo nad oltárom a takmer oproti kancl'a. Pod nami bol rozsvietený stromček. Popredné miesta pre vyvolených cirkevníkov. Náš otec bol presbyterom, miesto bolo teda zaslužené.

Celá som sa schúlila do kožuška, pritlačila som sa jednou stranou k mame, z druhej ma zohrieval otec a horko-ťažko som obrad prežila. Od samej zimy som ani nepočula, o čom bola kázeň.

Štedrovečerné a silvestrovské bohoslužby boli i tak oveľa zaujímavejšie ako tie ostatné počas roka. Zarytí odporcovia náboženstva pravidelne o tomto čase navštívili trafostanicu a vyrazili poistky. Farár počas celého obradu trpol, kedy znova vypnú prúd. Keďže rátal s mnohoročnou tradíciou, bol už na taký stav pripravený. Mal prichystané sviečky a namiesto organa, ktorý mal sprevádzať spev cirkevníkov, sa hlasne zapojil aj on. Ešte počas kázne sa zvonku ozývali rany z delobuchov a iných výbušnín, ktoré robili veľký rachot. Ako zázrakom, keď sme vychádzali z kostola, prúd znova fungoval. Rozžali sa lustre aj sviečky na stromčeku a bol by hral aj organ, len už nemal pre koho. To sme už opúšťali stánok Boží. Pred kostolom stál pán farár a podával cirkevníkom ruku.

Po ceste sme si ešte užili výbuchov a svetlíc. Z nohy na nohu sme kráčali zasneženou krajinou stále do kopca, až kým sme sa o dve hodiny dostali domov. Potom vypukol zasa frmol. Každý bol hladný ako vlk, veď po takej ceste nám riadne vytrávil. Mama nevedela čo skôr. Či dať najprv prascom, ktoré grúlili, div že nezvalili chliev, alebo nám, lebo aj my sme takmer grúlili. Obyčajne vyhrali prasatá, sliepky, kačice či králiky, a keď dostal žrať aj pes a mačka, potom sme prišli na rad my. Predtým sme sa však pri stromčeku pomodlili a zaspievali najznámejšie vianočné pesničky z Transcá, z ktorých mnohé sme spievali aj v kostole ako Tichá noc, svätá noc, Čas radosti veselosti a Narodil sa Kristus Pán.

V našej rodine sa udržiavali základné luteránske zvyky. Kým žila babička, pred štedrovečernou večerou zobrala slamenú opálku, v ktorej bolo zrno, vzala z neho za hrsť a rozhadzovala ho pozdĺž kuchyne, kde sme jedávali. Potom nabrala do zástery vlašské orechy a rozšafne ich hádzala po celej miestnosti. Pritom veselo vykrikovala: „Radujte sa kúty, Vánovce idú!“ Samozrejme, že sme sa o tie orechy potkýnali a lúpali sa nám pod nohami. Aj na zrno sme sa občas šmykli, nuž ale patrilo to k tradíciám. Ani zametanie drobného obilia a podrúzaných škrupín z orechov po sviatkoch nebolo najmilšou robotou, ale folklór je folklór. Babičkiným odchodom aj táto časť tradície v našom dome zanikla.

Novodobejšia štedrovečerná večera vyzerala asi takto: V rohu stola horela sviečka, ktorej knôt sme neustále strážili a usmerňovali. Ku komu sa vraj knôt nakloní, ten do roka zomrie. A to sme nechceli. Krútili sme svietnikom a otáčali knôt k nikomu. Na stole vedľa sviečky v opálke z prútia, boli vyumývané takmer všetky plody záhradky - mrkva, petržlen, kaleráb, zemiaky, kukurica, burgyňa aj červená repa. Vo vedľajšom košíku boli jablká, hrušky, slivky i orechy a malé hnedé hrušky nazývané oskorušky. No a nemohli chýbať ani ščiepky - doma sušené ovocie.

Prvým chodom štedrovečernej večere boli oplátky s medom. Tato nabral lyžičkou med a tenkým prútkom ho nechal stekať na oplátku, pričom otáčal lyžicou, čím vytváral rozličné cifry. Nenápadne si pri tomto úkone omočil v mede prst, a skôr ako som tomu stihla zabrániť, hoci som naňho striehla, urobil mi na čele križik a pritom mi zalepil celú ofinu. Vraj aby ma chlapci mali radi. Každým rokom sa mu to úspešne darilo, no neviem, neviem, či to malo akýsi efekt.

Po medových oplátkach, ktoré sme zapíjali lipovým alebo šípkovým čajom, prišli na rad pupáky. Malé obdĺžniky z kysnutého cesta posypané makom a poliate horúcim maslom s práškovým cukrom boli znamenitou pochúťkou. Vždy sme si pri nich sľubovali, že ich budeme

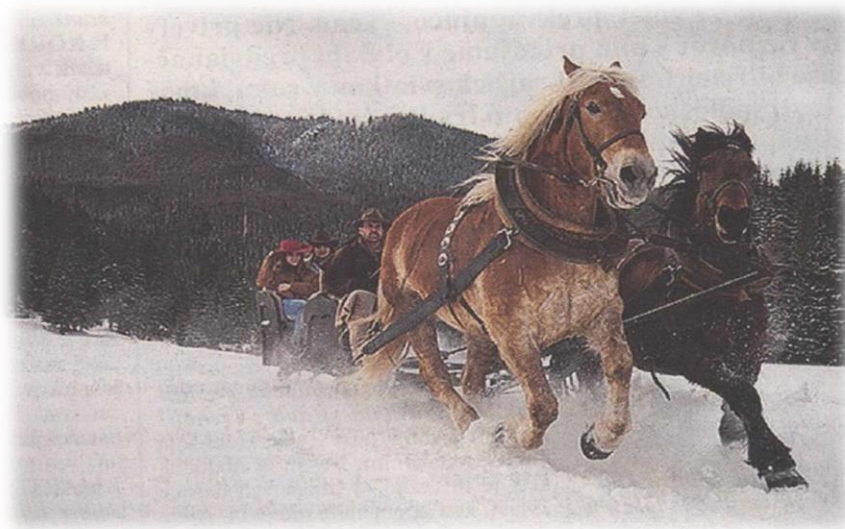
jedávať aj inokedy počas roka, no nikdy sa tak nestalo. Zrejme v tom bolo to výnimočné tajomstvo sviatkov.

Keď sme už mali plné bruchá cesta, položila mama na stôl misu hríbovej polievky na kyslo. Okrem sušených húb v nej plávali aj uvarené sušené slivky. Na pilinových kachliach sa po celý čas opekali jaterničky a krvavničky i bravčové mäso, ale málokto z nás si z nich zobral. Nemal ich už vlastne kam dať. Obyčajne tam tieto dobroty trónili celý večer. Až neskôr sme si z nich trocha zobli. Mali sme, totiž aj inú robotu. My deti sme sa hneď po večeri bežali pozrieť pod stromček, čo nám priniesol Ježiško. Pred večerou tam ešte nebolo nič, ale počas nej Ježiško kadečo nanosil. Okato som sa radovala z darčiekov, hoci už týždeň-dva pred Vianocami som mala prelašované všetky skrine, police i za kasňami, kam mama veci ukrývala. Takže dvakrát odhalené to isté tajomstvo.

Štedrovečerná noc mala osobitné príťažlivosti, vyplývajúce z dlhoročných povier. Aj keď nám oči klipkali od únavy, všemožne sme sa premáhali, len aby sme vyčkali do polnoci. Vtedy sa mali diať zázraky. Chceli sme vidieť zlatý plot. Bol to fígel. V našom nárečí z latý, čiže z drevených lát zbitý plot. Ten tam bol po celý rok, ibaže presne o polnoci Štedrého dňa mal byť zlatý. No žiaľ, nebol. Aj krava mala o tomto čase prehovoriť ľudským hlasom. Veľmi som bola zvedavá na to, čo nám povie naša Belena. Nech som však na ňu naliehala, hladkala ju, ponúkala makovníkom, nič. Makovník zjedla, oblizla sa a ledabolo zamúkala. Skončil sa Štedrý večer a my sme si šli ľahnúť, aby sme na druhý deň ráno, na Božie narodenie, vládali vstať a uraziť zasa ten úctyhodný kus cesty do kostola.

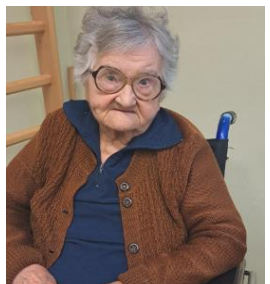
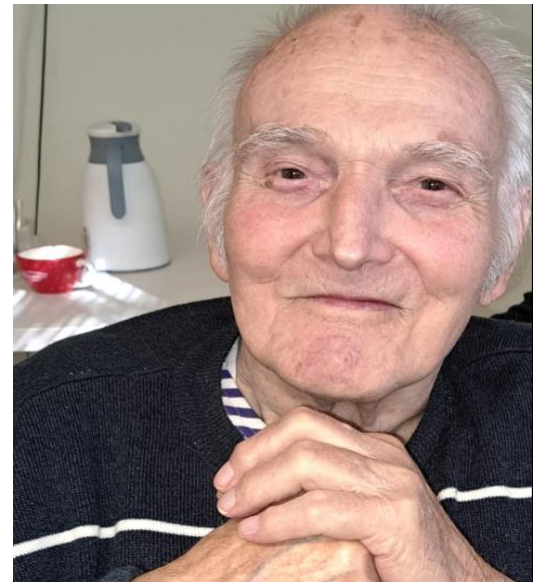
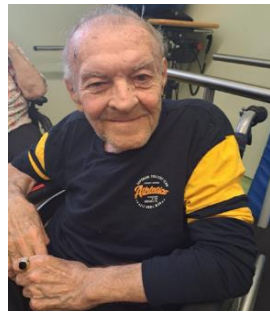
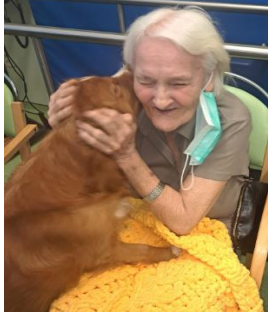
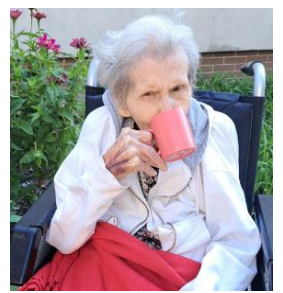
Keď si spomeniem na nemilosrdné chumelice, v ktorých ma vietor otáčal spolu s hrudami snehu ako handrového panáčika, že som musela neraz kráčať chrbtom dopredu, naskočí mi husia koža. V krátkom kožúšku a mrazovkách plných zmrznutého snehu ma začne striasať zima. Cítim, že mám celkom skrehnuté ruky a začínajú mi červenieť uši. Čoby aj nie. Kuchynské okno medzičasom prievan rozčapil dokorán a balkónovými dverami uniklo posledné teplo z vykúreného bytu. Stojím tu nad farebnou pohľadnicou a celkom som zabudla ako plynie čas. Čas, ktorý dávno odviaľ mihotané obrázky mojich detských Vianoc na lubinských kopaniciach. No spomienky, tie mi ponechal. Na tie je aj prievan krátky.

Anna Sláviková



PIVOŇKOVÁ - naše spoločné príjemné chvíle 🍷🍷🍷

SPOLU cvičíme, spievame, oslavujeme, za pekného počasia si dáme kávičku na čerstvom vzduchu, tešíme sa so psíkmi, s koníkmi, s hudbou, hráme spoločenské hry, absolvujeme rôzne aj zábavné terapie, prežívame spolu pekné dni!



Naše spoločné AKTIVITY



Aj tento rok podporili zamestnanci RDS charitatívny projekt *MISIA - Aby bol svet lepší*. Zakúpili sme si umelecký certifikát, ten priniesli známe osobnosti: herci Martin Mňahončák, Lucia Vráblicová, raper Vladis, režisér Nikita Slovák, výtvarná umelkyňa Jana Brisudová. Finančne sme prispeli do zbierky pre zdravotne znevýhodnené deti, ktorým to pomôže.



Hypoterapia je veľkým potešením pre mnohých obyvateľov. Praktizujeme ju už viac ako rok a mienime v nej naďalej pokračovať. Koníkom je úplne jedno ako kto vyzerá, koľko toho vlastní, aké má postavenie. Berú nás takých, akí sme! Dotyk a pohladenie prináša úprimnú radosť, uvoľnenie, relax. Zvieratá majú úžasnú schopnosť zahojiť ranenú dušu, upokojiť emócie a pozitívne posilniť človeka.



Október fest - oslavujeme pravidelne, každý rok spoločne! Potešil nás pestrý kultúrny program tanečných súborov detí zo susednej ZUŠ Ludovíta Rajtera. Pochutali sme si na dobrom tradičnom jedle a nápojoch, ktoré nám pripravili naše kuchárky. Pri živej hudbe sme si zaspievali aj zatancovali. Bolo veselo!



Individuálne rozhovory

psychológov a sociálnych pracovníkov s prijímateľmi sociálnej služby sú pravidelnou, obľúbenou aktivitou, dobre padnú obidvom stranám. Rozprávame sa často, vždy je o čom, vzájomne nás to teší a veľmi obohacuje.

Máme sa radi!

Máme niečo nové, užitočné, praktické pre Vás

DIGITÁLNY KRÚŽOK



Digitálny krúžok slúži pre prijímateľov sociálnych služieb k nadobudnutiu základných schopností a zručností v manipulácii a ovládaní novodobých technických zariadení. Je to príležitosť ako si skúsiť a naučiť sa pracovať s mobilným telefónom, tabletom, počítačom, internetom a televízorom. Krúžok je zameraný tak, aby ste dokázali samostatne používať výdobytky modernej technológie, tie vám môžu zjednodušiť prístup k informáciám. V krúžku sa budeme spoločne učiť nastavovanie si pin-kódu v mobile, inštalovať aplikácie a programy, vytvárať a posilať emaily, vyhľadávať informácie na internete a podobne.

Digitálny krúžok sa koná každý štvrtok od 10:00 do 11:00 hod. na 12. poschodí v priestoroch knižnice a vedú ho psychológovia. Súčasťou tímu bývajú aj študentky psychológie, ktoré prinášajú nový pohľad a mnohokrát aj zaujímavé informácie, tiež nám pomáhajú pracovať s digitálnymi zariadeniami.

Je dobré priniesť si na krúžok poznámkový blok, písacie potreby na zapisovanie prospešných, funkčných informácií a aj svoje mobilné telefóny a tablety na precvičovanie si novo naučených zručností.



Prostredníctvom cvičenia a tanca si zlepšujeme mobilitu svojho tela, silu a vitalitu. Po hodine odchádzame nabitý energiou, s dobrou náladou a úsmevom na tvári. Viedenský valčík je súčasťou každého plesu a aktivít v RDS.



MČ Bratislava Ružinov pripravila v rámci Októbra - mesiaca úcty k starším pestrý program pre nás - seniorov: koncerty, divadlá, prednášky. Každý si mohol vybrať čo ho zaujímalo. Tí ktorí sa zúčastnili na podujatiach 10-20x obdržali diplom od pána starostu, osobne. Srdečne mu ďakujeme a tešíme sa o rok a ďalšie akcie!



Bábikoterapia
pomáha zlepšiť
sociálne správanie.



Tvorivé dielne
tu vznikajú krásne
ozdobné predmety.



Canisterapia poskytuje
fyzickú, psychickú a
sociálnu pohodu.



Reminiscenčná terapia
na zlepšenie mentálneho
stavu a komunikácie.

PRAVIDELNÉ TÝŽDENNÉ AKTIVITY **PREHĽAD** - kde všade ste vítaní...

DEŇ	AKTIVITA	ČAS	MIESTO
Pondelok	Skupinová aktivizácia Sociálny úsek	09:15 - 10:00	Skupinová miestnosť OZM 5. posch; č. dverí 110
	Skupinové cvičenie Fyzioterapia , vedie Simona Bačová dipl. f.	09:25 - 10:05	Malá klubovňa 12. posch.
	Diskusný krúžok Mgr. Silvia Lászlo	10:00 - 11:00	Knižnica 12.posch.
	Meranie tlaku krvi ; Zdravotná sestra	10:00 - 11:00	Vyšetrovňa
	Tréning pamäti Mgr. Viktor Senteský	10:00 - 11:30	Kopírka 12. posch.
Utorok	Skupinové cvičenie Fyzioterapia , vedie Viktor Hrabec, Dipl. f.	09:30 - 10:30	Skupinová miestnosť OZM 5. posch; č. dverí 110
	Kognitívne cvičenia Bc. Sabína Čaranová	10:00 - 11:00	Kopírka 12. posch.
	Meranie tlaku krvi ; Zdravotná sestra	10:00 - 11:00	Vyšetrovňa
	Spoločenské hry Juraj Novák	13:30 - 15:00	Kopírka 12. posch.
Streda	Skupinové cvičenie Fyzioterapia , vedie Viktor Hrabec, Dipl. f.	09:30 - 10:30	Skupinová miestnosť OZM 5.posch; č. dverí 110
	Skupinové cvičenie Fyzioterapia , vedie Simona Bačová dipl. f.	9:25 - 10:05	Malá klubovňa 12. posch.
	„Zatancuj si so mnou“ Mgr. Simona Kosíková	10:10 - 11:00	Malá klubovňa 12. posch.
	Meranie tlaku krvi ; Zdravotná sestra	10:00 - 11:00	Vyšetrovňa
	Knižnica Juraj Novák	10:00 - 11:00	Knižnica 12. posch.
	Premietanie filmov Juraj Novák; Každý 2-hý týždeň	13:15 -15:30	Veľká klubovňa 12. posch.
Štvrtok	Canisterapia Mgr. Kristína Pistlová	09:30 - 10:15	OZM
	Biblické čítanie Mgr. Matúš Kurcik	10:30 -11:30	Malá klubovňa 12. posch.
	Digitálny krúžok Mgr. Viktor Senteský	10:00 - 11:00	Knižnica 12. posch.
	Meranie tlaku krvi ; Zdravotná sestra	10:00 - 11:00	Vyšetrovňa
Piatok	Muzikoterapia spev , Karvayovci Každý nepárny týždeň	09:15 - 10:15	OZM
	Skupinové cvičenie Fyzioterapia , vedie Simona Bačová, dipl. f.	09:25 - 10:05	Malá klubovňa 12. posch.
	Meranie tlaku krvi ; Zdravotná sestra	10:00 - 11:00	Vyšetrovňa
	Pánsky klub Mgr. Jana Janec Tomašiková	10:30 - 11:30	Kopírka 12. posch.
	Kaleido okuliare , Každý párný týždeň Mgr. Matúš Kurcik; Individuálne, po dohode	13:00 -15:00	Izba klienta/kancelária Sociálneho poradenstva
	Stolný tenis Juraj Novák	13:30 - 14:30	Kopírka 12. posch.
Nedeľa a prikázaný sviatok	Svätá omša ; Kňazi Saleziáni -Miletičova	09:30 - 10:30	Malá klubovňa 12. posch.
	Svätá spoveď ; Každý druhý mesiac	09:30	

DUCHOVNÉ OKIENKO

- Mesiacom január začíname nový kalendárny a občiansky rok 2025.
- V rímskokatolíckej cirkvi začíname svätý jubilejný rok 2025, prvý v 21. storočí, ktorý svojim listom z 11. februára 2022 vyhlásil svätý otec pápež František s mottom : *Pútnici nádeje*. Je to rok božieho milosrdenstva a mal by výrazne podporiť obnovenie ovzdušia nádeje, dôvery a nového znovuzrodenia, ktorého naliehavú potrebu všetci pociťujeme.
- Nový rok 1. január slávime slávnosť Panny Márie Bohorodičky. Je aj štátnym sviatkom; Dňom vzniku Slovenskej republiky a taktiež Svetový deň pokoja.
- Najsvätejšie meno Ježiš oslavujeme počas cirkevného sviatku v piatok 3. januára.
- Zjavenie Pána Troch kráľom oslavujeme v pondelok 6. januára počas prikázaného cirkevného sviatku , je to deň pracovného pokoja.
- V stredu 8. januára spomíname na slovenského mučeníka, nášho krajana, blahoslaveného Titusa Zemana.
- Počas nedele 12. januára slávime aj Krst Pána.
- Svätého Šebatiána mučeníka, patróna vojakov si pripomíname v pondelok 20. januára.
- Svätého Františka Saleského, biskupa a učiteľa Cirkvi oslavujeme v piatok 24. januára. Ctíme si ho ako duchovného otca rehole Saleziánov.
- Tretia nedeľa v cezročnom období 24. januára je Nedeľou Božieho slova.
- Počas cirkevného sviatku v sobotu 25. januára slávime obrátenie Šaula na svätého Pavla apoštola.
- Svätého Tomáša Akvinského , učiteľa Cirkvi a zakladateľa svetového filozofického smeru Tomizmus si pripomíname v utorok 28. januára.
- Zakladateľa rehole Saleziánov svätého dona Jána Bosca kňaza, oslavujeme v našej farnosti v piatok 31. januára.
- Obetovanie Pána (Hromnice) Pannou Máriou a svätým Jozefom v Jeruzalemskom chráme slávime v nedeľu 2. februára. Počas slávnosti sa posväcujú pre veriacich sviece (Hromničky) tradične používané ako ochrana pred nebezpečenstvami.
- Na svätého Blažeja mučeníka si spomíname v pondelok 3. februára, počas pobožnosti svätej omše sa prijíma od kňaza požehnanie hrdla svätoblažejskou sviecou.
- Na svätého Hieronyma rehoľníka, prvého prekladateľa svätého písma z hebrejčiny do latinčiny si spomíname v sobotu 8. februára.
- Preblahoslavenú Pannu Máriu Lurdkú si spomíname v utorok 11. februára, je to 33. svetový deň chorých.
- Svätého Cyrila mnícha a svätého Metoda biskupa, patrónov Európy oslavujeme počas cirkevného sviatku v piatok 14. februára.
- Baziliku svätého Petra vo Vatikáne ako jeho katedru si uctieame počas cirkevného sviatku v sobotu 22. februára.
- Streda 5. marca je *Popolcová streda*. Počas nej zachováame prísny pôst. Je začiatkom štyridsaťdňového pôstu ako príprava na slávenie umučenia, smrti a zmŕtvychvstania Ježiša Krista nášho Spasiteľa.
- Ženícha preblahoslavenej Panny Márie svätého Jozefa si ctíme počas cirkevného sviatku v stredu 19. marca.
- Zvestovanie Pána Ježiša Krista, jeho počatie a narodenie archanjelom Gabrielom Panne Márii, si uctieame počas cirkevného sviatku v utorok 25. marca.
- V nedeľu 30. marca sa mení zimný čas na letný.

Peter Čulík

JUBILANTI

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:

František Eliáš
Anna Jalkóczyová

Augusta Poschová	92r.
Matilda Strihovská	90r.
Františka Szabová	80r.
Angelika Štauderová	80r.
Matilda Töröková	91r.
Mária Vagovičová	96r.
Jozefína Vašinová	94r.
Valéria Vašková	91r.
Mária Blanka Večerová	85r.
Věra Walterová	92r.

Kto je jubilantom ?

Každý, kto v danom štvrtroku dosiahne vek 70, 75, 80, 85, 90 rokov
a potom už každý kto dosiahne viac ako 91 rokov.

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 spolubývatelia. V prvom štvrtroku 2025 oslávia jubileá nasledovní obyvatelia:

Bohumila Baganecová	91r.
Rozália Burianová	95r.
Zdena Černá	92r.
Anna Gulíková	92r.
Ján Halama	85r.
Viera Halanová	80r.
Anna Horáková	85r.
Anna Horváthová	75r.
Alžbeta Hroncová	94r.
Mária Jenčová	95r.
Mária Kekeňáková	94r.
Mária Kobelová	92r.
Jozefa Losová	91r.
Ľudmila Machajová	92r.
Imrich Majerhoffer	92r.
Táňa Mášíková	85r.
Františka Mészárosová	98r.
Drahuša Podolcová	80r.
Alžbeta Poláčková	90r.

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 úmrtím alebo odchodom z RDS v dňoch uplynulého štvrtroka:

Milan Mokren
Mária Szapuová
Terézia Mondelová
Ema Vengrínová

Vyslovujeme hlbokú a úprimnú sústrasť ich príbuzným a známym !

z RDS odišli:

Časopis **MÔJ DOMOV**
štvrtročník vydáva:



RUŽINOV
RUŽINOVSKÝ
DOMOV
SENIOROV

**Ružinovský domov seniorov,
Skenárava 14,
821 09 Bratislava**

Redakčná rada:

Ing. Anna Reinerová
Mgr. Michaela Kralovičová
Juraj Novák
Dáša Kuklová
PhDr. Peter Čulík
Zuzana Pavlíková
Mária Beňová

**Redakcia si vyhradzuje
právo na úpravu
príspevkov**



Nájdete nás aj na
Facebooku

[https://www.facebook.com/
ruzinovsky.domov.seniorov](https://www.facebook.com/ruzinovsky.domov.seniorov)