

POHODIČKA

Časopis Zariadenia sociálnych služieb Pohoda seniorov, n. o.

č. 1/2021

Tento projekt sa uskutočnil vďaka podpore Nadácie SPP



Ked' urobíte niečo vznešené a krásne, a nikto si to nevšimne, nezúfajte. Pretože aj slnko vychádza v plnej kráse každé ráno, hoci väčšina jeho publika ešte spí.

John Lennon

OBSAH

- 3 Príhovor**
7 -- 9 Naše aktivity
10 -- 12 .. Žijú medzi nami
13 Naši jubilanti
14 Opustili nás
15 – 17 ... Veľká noc – tradícia a fakty

Redakcia:

Šéfredaktor: PhDr. Ľubomír Trefný

Redaktori: Anna Trefná, Mgr. Katka Marsovszka, Mgr. Klaudia Bégerová (za personál)

Časopis neprešiel jazykovou úpravou

Vidím to srdcom

Rozhovor s riaditeľkou zariadenia sociálnych služieb Pohoda seniorov, n. o. v Galante Mgr. GABRIELOU KOPČAJOVOU

- ***Ako vnímate pandemické obdobie?***

Moje oči, moje srdce, to celé vidia a cítia takto: vo svete nastala situácia, ktorá sa nedala predvídať, a nedalo sa na ňu ani dostatočne pripraviť. Pandémia vírusu COVID-19 zmenila náš každodenný život. Teraz už môžem s určitosťou povedať, že najsilnejšie momenty sú tie, keď sa premieňa bezmocnosť ľudí na nádej. Každý z nás mal zrejme od roku 2020 vlastné očakávania či priania, no nikto si určite nepredstavoval nič z toho, čo nám napokon rok 2020, a už aj rok 2021 priniesli. Je to pandémia, akú sme doteraz poznali len z katastrofických filmov. Pandémia, ktorá zmenila fungovanie sveta, náš každodenný život, naše zvyky, a pre mnohých aj rebríčok hodnôt a priorit. O tom, že rúška a dezinfekcia sa stanú našou neodmysliteľnou súčasťou, sme ani nesnívali.



Nelahké mesiace boja s pandémiou COVID-19 sme sa usilovali a stále sa usilujeme aj v Pohode seniorov v Galante zvládnuť disciplínou všetkých zamestnancov a s pomocou tých, ktorí si plnia svoje povinnosti v najťažšom období, predovšetkým zdravotníkov. Mňa, ako riaditeľku prevádzka nášho zariadenia pandémia naučila i to, že je potrebné zmeniť aj manažérsky prístup. Pretože ak sme doteraz v Pohode pracovali a pracujeme tiež formou tímových diskusií, v čase pandémie musel nastúpiť aj oveľa rýchlejší rozhodovací mechanizmus. Hovorí sa, že v čase krízy sa ukáže charakter človeka. S tým plne súhlasím. Som rada, že môžem aj touto formou vyjadriť vďačnosť všetkým tým, ktorí i napriek rizikám nasadzovali svoje zdravie a obetovali svoj čas, ktorý mohli stráviť v kruhu svojich rodín a najbližších. Bez ich pomoci by boli všetky opatrenia v praxi zbytočné.

- ***Ako vyzerala práca v zariadení počas pandémie?***

Bolo to plné nasadenie všetkých zamestnancov nášho zariadenia s dôrazom na zdravotný úsek v ošetrovateľskej a zdravotnej starostlivosti. Pracovalo sa s veľkou dávkou zodpovednosti, odbornosti a empatie. Sociálni pracovníci vytvorili aj možnosti pre rôzne praktické a motivačné aktivity – aktivizácie zamerané na stimuláciu kognitívnych funkcií, dlhodobej pamäte a vnútornej motivácie, motoriku, relaxáciu. Naše zariadenie podporovalo aj online aktivizáciu cez sociálne aplikácie, alebo telefonicky. Zámerom online individuálnych kontaktov bolo udržať zachované schopnosti a znížiť sociálnu izoláciu. Všetci ostatní zamestnanci v obslužných

činnostiach zohrali veľmi dôležitú úlohu a tvorili neoddeliteľnú súčasť celého kolektívu. Pracovná doba sa zamestnancom upravovala podľa potrieb starostlivosti o našich klientov, bolo potrebné nahradiť práceneschopných kolegov. V roku 2020 zamestnanci zariadenia dokonca absolvovali v zariadení v dvoch turnusoch štvortýždňovú dobrovoľnú karanténu. Pojem „voľný deň“ sa u nás na dlhý čas vytratil. Upravené boli aj ordinačné hodiny a režim fungovania s ošetrojúcimi lekármi. Preferovali sme telefonické a e-mailové kontakty s cieľom znížiť riziko šírenia koronavírusu. Pri tejto príležitosti vyslovujem veľké poďakovanie za nevyhnutnú zdravotnú starostlivosť o našich klientov MUDr. Valérii Pötheovej, ktorá neváhala, a bola v neustálom kontakte s našim zariadením, a to aj v čase osobných pandemických ťažkostí.



- **Kto pomáhal?**

Uvedomujem si, že nedokážeme zmeniť svet na počkanie, ale ak si naplánujeme správne kroky k lepšej činnosti, dokážeme to, a mnohých inšpirujeme. Ľudia - kolegovia v práci sú dôležitou súčasťou vízie našej Pohody seniorov, n. o., avšak na dosiahnutie našich cieľov potrebujeme aj správnych

partnerov. Viem, že pomáhať sociálnym službám nie je nikoho povinnosťou - okrem štátu, ktorý má sociálny systém a jeho služby garantovať, ochraňovať, a tiež je to jeho ústavná povinnosť. Je to v našej krajine takto, páni politici? Výraznú pomoc zariadeniam sociálnych služieb v tých najťažších časoch poskytovala Asociácia poskytovateľov sociálnych služieb na Slovensku, ktorá zvädzala ťažký a náročný zápas za ochranu svojich členov a následne jej členovia zas na ochranu svojich klientov a zamestnancov. Chcem poukázať aj na dôležitosť zabezpečovať v týchto mimoriadnych časoch koordinované prístupy a postupy zo strany všetkých kompetentných. Jedine vhodne koordinovanými spojenými silami všetkých zúčastnených, a vďaka dobre nastavenej vzájomnej spolupráci sa nám podarí nájsť účinnejšie a rýchlejšie riešenia. A ak ide o zdravie a život ľudí, nie je čas čakať...

Našťastie bolo aj veľa ľudí, ktorí nám aj v čase koronakrízy pomohli, vnímajúc to ako prejav úcty voči seniorom – seniorom, ktorí celý svoj profesný život venovali vytváraniu hodnôt a rozvoju našej krásnej krajiny. Táto krása je výsledkom ich práce, výchovy detí, vnúchat a vytvorením si vlastného hodnotového rebríčka. Aj dnes sú to práve naši seniori, ktorí nám mladším ukazujú, ako s hrdosťou a pokorou sa má zvládať mimoriadne obdobie, ktoré nás v súvislosti s koronavírusom postihlo, kde sa naplno prejavuje ich životná múdrosť, duševná pohoda a nezlomná vôľa človeka žiť svoj život aj pre ostatných.

Pandémia v spoločnosti uzavrela mnohé dvere, avšak napriek tomu sme v Pohode seniorov, n. o. otvorili „dvere pomoci“ aj tým, ktorí fyzicky nemohli prísť do zariadenia. Okrem všetkých podporovateľov a sponzorov veľké poďakovanie patrí

rodinným príslušníkom našich klientov, ktorí sa do našej starostlivosti o seniorov zapojili neustálou spoluprácou, komunikáciou, rešpektovaním prijatých opatrení, a tým nám pomohli zvládnuť všetky úlohy počas náročného obdobia.

- **Čo očkovanie?**

Uvedomujúc si, že naši seniori patria medzi rizikovú skupinu a najviac ohrozenú časť bežnej populácie, pokladali sme očkovanie v ich prípade za nesmierne dôležitý krok. Som rada, že v zariadení máme úspešne za sebou vakcináciu klientov i zamestnancov. Očkovanie pokladám za dôležité pokračovanie predchádzajúcich krokov v ochrane zdravia a životov. *Všetko* na svete môže človek zastaviť, každý pohyb, každý nepokoj. Čo však nezastaví, nespomalí, je čas. Čas plynie ako rieka nášho života... A klienti nášho zariadenia spolu so svojimi príbuznými majú od nás, ako poskytovateľa sociálnej služby v tomto časovom plynutí veľké očakávania. Preto zamestnanci Pohody seniorov, n. o. sa usilujú tieto očakávania naplňovať aj tým, že sú plní empatie, a ich každodenné pracovné úlohy sú založené predovšetkým na zodpovednosti a tiež na ľudskosti a trpezlivosti.



- **Niečo na záver?**

Využívam túto príležitosť poďakovať sa všetkým mojim kolegom, ktorí svojím profesionálnym a ľudským prístupom každý deň naplňujú základný cieľ nášho zariadenia a starajú sa o plnohodnotný život našich klientov. Umožňujú tiež našim klientom s ohľadom na ich možnosti, záujmy či túžby stráviť jeseň života v príjemnom prostredí Pohody seniorov, n. o. s vysoko kvalitnými sociálnymi službami.

A v súvislosti s výskytom koronavírusu mi dovoľte, milí moji kolegovia, opakovane vysloviť poďakovanie za množstvo vynaloženého úsilia a doterajšiu prácu pre tých najzraniteľnejších. Vážim si, že všetkým klientom v našom zariadení denne.



prejavujete úctu a preukazujete dôstojnosť. Ved' človek vo svojej jeseni je krásnym dielom, ktoré tvaroval a formoval život radosťami, ale aj starosťami. A seniori nášho zariadenia sú toho dôkazom.



• **A čo by ste dodali ako žena, mama...**

Pandémia a toto vyčerpávajúce obdobie značne ovplyvnili moju „každodennosť“, znovu usporiadali moje hodnoty, a viem, možno viac ako predtým, že samozrejme veci nie sú samozrejme. V práci sa usilujem vždy nájsť slová, ktoré majú v sebe silu pomôcť aj iným. Práca je o nás. O našej zodpovednosti.

Zároveň si uvedomujem, aký krásny život žijem a aké mám obrovské šťastie, že mám prácu, ktorá ma naplňuje, rodinu, ktorú milujem, priateľov, ktorí ma podržia a vytrvalosť a odhodlanie zvládnuť akýkoľvek problém.

Žijeme dnes – a to je jediná istota.

**Ďakujem za rozhovor
PhDr. Ľubomír Trefný, šéfredaktor**

-X-

List Magde

Milan Rúfus

Čo ti dnes poviem, dievča moje?
Že si mi viac než osudom,
viac ako láskou: obidvoje
obstojí Bohu pred súdom.

Naložil na nás vrchovato.
Jeseň sa blíži ku zime,
čo nesieme to. Ako sviatosť.
Na pokyn srdca – musíme.

Len pierko z vtáka Ohniváka
znieslo sa dnes na tichú zem.
Kiež Boh ti žehná, že si taká.
Ja nežehnám: ja milujem.

Za všetky šípy z Jeho luku
nepľuvnem Bohu do neba
Jednonohý dnes dvíham ruku
A prisahám mu na Teba

Milovaná i milujúca,
To, čo sa tebe podobá
z tiesnivých chorôb môjho srdca
Jediná šťastná choroba.

Netreba písať na oblohu,
Dievča moje. Nie, netreba.
Preto dnes osudu a Bohu
Potichu vďačím za teba.

Naše aktivity

Začiatok roka bol pre nás, klientov i zamestnancov, mimoriadne náročný, no vďaka veľkej trpezlivosti, spolupatričnosti a predovšetkým spolupráci sme dosiahli opätovné ozdravenie nášho zariadenia. Aj napriek obdobiu, v ktorom boli aktivity u nás dočasne pozastavené alebo obmedzené, usilovali sme sa našim seniorom túto nevšednú situáciu vynahradiť alternatívnymi spôsobmi v čo najväčšom možnom rozsahu.



Uplynulé týždne tak boli pre nás ako pomalý opatrný nádych, ktorým sme sa postupne navracali k tomu nášmu známemu „pohodáckemu“ životu pred koronou. Aj keď je ešte stále okolo nás veľa obmedzení a opatrení, ktoré musíme dodržiavať, všetci sa veľmi tešíme, že sa opäť môžeme v skupinkách stretávať a obnovovať aktivity, ktoré sú nášmu srdcu blízke.



Vďaka šikovnému tímu zdravotníkov našich i z FN Trnava, sme mali možnosť úspešne zaočkovať klientov i zamestnancov, aby sme im poskytli v prvom rade ochranu a bezpečie a zároveň nám vakcinácia postupne otvára pomyselné dvere nášho zariadenia pre návštevy. Pre našich seniorov to bude po dlhom čase odlúčenia od rodín mimoriadna, výnimočná a dlho očakávaná chvíľa, na ktorú sa už nedočkavo tešia a pripravujú.

V rámci
našich
terapeutických
i voľnočasových



aktivít sa venujeme spolu
s klientmi rôznym
spoločenským i psycho-
motorickým hrám, tvorivej
dielni, každodennej rozcvičke

tela i mysle, aktívnemu spomínaniu, spievaniu či spoločnému posedeniu pri kávičke. Najmä spev a tanec nás držia v dobrej nálade a navzájom nás zblížujú.

Február mal u nás podobu príprav karnevalových masiek a oslavy



fašiangov. Nechýbala na nej uvoľnená nálada, v rámci ktorej si klienti za sprievodu veselej hudby pochutnali na tradičnom občerstvení.

Vždy, keď nám to slniečko dovolí trávime čo najviac času na čerstvom vzduchu.

Naši seniori majú veľkú radosť a potešenie

z týchto našich spoločných prechádzok i posedení na lavičke len tak pri kávičke a klebetení.

Zároveň našich klientov motivujeme k pohybu aj v rámci pohybových aktivít, a to konkrétne za pomoci a pod dohľadom našej fyzioterapeutky, ktorá vďaka rozličným pomôckam a cvikom pomáha udržiavať

klientov v kondícii.

Marec sme privítali oslavami Medzinárodného dňa žien a uctili sme si kvietkom i milým slovom všetky naše výnimočné dámy, ktoré patria do rozsiahlej rodiny Pohody seniorov.



Po dlhom čase sme tiež spoločne oslavovali s našimi jubilantmi, čo vnieslo do zariadenia opäť veselú náladu i sviatočnú atmosféru. Medzi oslávencami bola aj pani Valika, ktorá oslávila krásne okrúhle jubileum či pán Vladimír, ktorý sa oslave narodenín veľmi potešil.

Zároveň sme pre našich seniorov pripravili aj spoločnú narodeninovo-meninovú oslavu, kde sme si spoločným posedením, spevom i tancom, pripomenuli a oslávili tieto ich významné dni. Samozrejme, nechýbala ani fantastická narodeninová torta



Vítanie jari sa u nás nieslo v duchu príprav na Veľkú noc. Maľovanie vajíčok, výzdoba zariadenia, sadenie kvietkov či spomínanie na veľkonočné tradície nám spríjemňovali prvé jarné dni. No a na Veľkú noc sa



v Pohode aj šibalo aby naše dámy - seniorky zdravie, šťastie a krása sprevádzali po celý rok. A naši páni - seniory si



zas vyslúžili sladkú veľkonočnú nádielku.

Spoločne sa už všetci tešíme na nadchádzajúce slnečné letné mesiace, na našu novú farebnú rozkvitnutú záhradu, na nové zaujímavé aktivity i na návštevy a kontakt s rodinami a priateľmi, ktoré našim seniorom zahrejú srdiečka zo všetkého najviac.

Keď sa brána konečne otvorí pre návštevy, budú môcť aj naši rodinní príslušníci obdivovať aj to, čo sa zmenilo v našom areáli. Na dvore pred vchodom do budovy pribudol elegantný a priestranný drevený altánok, za budovou je okrem rozšíreného, a tým pre vozíčky pohodlne „sprejazdneného“ vydláždeného chodníčka, aj ďalší,



menší altánok. Všade, kam oči dohliadnu, sú vzorne upravené záhony a množstvo čerstvo vysadených kvetov. No, a neslobodno zabudnúť na lavičky, ktoré v minulých dňoch obdivuhodne rozkvitli príjemnými farbami. Rozkvitnuté lavičky nie sú, samozrejme, zázrakom prírody, ale výsledkom práce usilovných rúk všetkých zamestnancov Pohody seniorov, vrátane pani riaditeľky. Všetky tieto novinky už naši klienti s veľkou radosťou využívajú

Žijú medzi nami

Vraví sa, že ľudský život je ako nikdy nenapísaný román, ktorý má často niekoľko dielov. Takýto nikdy nezverejnený román prežil aj 82-ročný **Ing. Jozef Píš**, hoci v jeho prípade viac ako o román išlo o priam neuveriteľný a na zážitky nesmierne bohatý cestopis. Narodil sa v Koši, dedinke v okrese Prievidza. Mal dve sestry a jedného brata, on sa narodil ako druhý v poradí. Do školy začal chodiť v Koši, potom pokračoval v Prievidzi, a napokon v Novákoch. Otec bol baník, mama domáca, no neskôr sa zamestnala tiež v Novákoch. Od malička ho to tiahlo k námorníctvu, najmä od chvíle, keď videl v kine ruský film odohrávajúci sa práve v námorníckom prostredí.



Tým smerom orientoval aj svoje ďalšie štúdium, a po absolvovaní meštianky odišiel do Bratislavy do učilišťa učiť sa za lodníka. Podobní študenti v tom čase tvorili takzvané pracovné zálohy. Z celého srdca túžil stať sa lodným kapitánom. Dvojročné učilište mu však túto možnosť neponúkalo, preto sa rozhodol odísť na ďalšie štúdium do Dčína. Tam zmaturoval v odbore lodné stroje. Rieky Dunaj aj Labe sa mu však zdali primalé. Vždy túžil brázdiť nekonečné morské pláne. Krátko potom, ako zmaturoval, vytvorila vtedajšia Československá republika námornú spoločnosť s Čínou. Možno aj to bol motív toho, že plne pochopil, že cestu do sveta mu môže zabezpečiť iba štúdium na vysokej škole. Titul inžiniera získal v Odese. Istý čas sa plavil po Čiernom mori, neskôr sa dostal na v tom čase našu najväčšiu námornú loď Ostrava. Na nej odplával z ruského prístavu Tuapse do Číny. Spomína, že na tejto lodi, ktorá prepravovala najmä letecký benzín, pracovali aj Číňania, no predovšetkým ako kuchári.

„Moji rodičia žili vo veľmi skromných pomeroch,“ spomína pán Píš, „a ja som mal obrovskú radosť, že som im umožnil prvý raz v ich živote nielen vidieť more, ale dokonca sa po ňom aj plaviť. Rovnako som neskôr so sebou brával na loď aj svokrovcov a, samozrejme, manželku, ktorá more doslova milovala.“

A ako sa s manželkou zoznámil?

„Vždy som sníval o tom, že si privediem krásnu ženu odniekiaľ zo zahraničia,“ ponorí sa opäť do spomienok pán Píš, „no osud to zariadil inak. V rodnej dedine sme mali priamo oproti nášmu domu krčmu. Raz som tam sedel s kamarátmi a všimol som si mimoriadne peknú čašníčku. Ako neskôr vysvitlo, bola to krčmárova dcéra. Po dvoch pohárikoch som sa ju konečne odvážil osloviť, a napokon sa to skončilo šťastným manželstvom na celý život. Vzápätí som musel riešiť dilemu, či ďalej plávať, alebo sa usadiť a žiť s rodinou. Zvíťazil kompromis – zamestnal som sa v Bratislave v Dunajplavbe a spolu s manželkou sme bývali asi rok na lodi Pionier. Keď manželka otehotnela, presťahovala sa k rodičom do Novák. Neskôr sme dostali byť v Bratislave.“

V tom čase sa začal rozvíjať zahraničný obchod a vznikla firma Kerametal, ktorá obchodovala so svetom a mala vo svojej náplni aj viacero lodných prepráv. Pán Píš

sa stal vedúcim dopravného oddelenia, asi päť rokov pôsobil v Moskve a veľa cestoval po celom svete. Možno povedať, že okrem Austrálie bol prakticky všade. Zabezpečoval najmä námornú prepravu rozličných rúd. Keď sa skončil monopol Kerametalu, odišiel robiť konkurz do Prahy. Hoci ho vyhral, odmietal pôsobiť iba v Európe, a keď sa uvoľnilo miesto vo Vietname, nezaváhal ani na chvíľu, a odišiel tam robiť veľvyslanckého radcu, čo je hneď druhá najdôležitejšia funkcia po veľvyslancovi. Nastupoval ešte počas existencie federácie, neskôr zastupoval iba Slovensko a zotrval tam približne päť rokov. Jeho pôsobiskom bol aj Singapur. Ďalším postom bola práca na ministerstve hospodárstva, kde asi dva roky pôsobil ako riaditeľ odboru zahraničných služieb



a propagácie. Potom nasledovala opäť cesta do cudziny, konkrétne do Tokia, kde bol obchodným a veľvyslanckým radcom, a stretol sa tam aj s bývalým slovenským



ministrom zahraničných vecí Miroslavom Lajčákom, ktorý tam pôsobil ako veľvyslanec. Manželka aj deti bývali zväčša s ním. V Severnej Kórei, kde takisto pôsobil, chceli, aby tam zotrval dlhšie. Zamiloval si najmä Indiu, ale aj Vietnam a Rusko. Jeho aktivity boli rozmanité – napríklad vybavoval aj financovanie slovenského tunela Sitina. Peniaze na jeho stavbu pochádzali z Japonska.

Po odchode do dôchodku žil aj s manželkou, ktorá zomrela pred piatimi rokmi, v Bojniciach. Kým počas jej života spolu precestovali kus sveta a chodili pravidelne k moru, po jej smrti s cestovaním definitívne skončil. Po dovŕšení osemdesiatich rokov začal mať problémy s chôdzou, aj so stabilitou. Nakoniec sa sám rozhodol, že nechce zasahovať do života dcéry a syna a ich rodín, a požiadal o prijatie do Pohody seniorov.

„Mal som úžasnú rodinu,“ povzdychne si na konci nášho rozhovoru pán Píš. A my môžeme dodať, že mal nielen úžasnú rodinu, ale aj úžasný, bohatý a obdivuhodný život.

Žijú medzi nami

Na rozdiel od pána Píša, pani **Veronika Polášová** nenašla v cestovaní záľubu. Dokonca z cestovania pociťuje obavy. Ako sama hovorí: „Do lietadla alebo lode by ma nedostali ani za celý svet.“ Narodila sa pred sedemdesiatimi siedmimi rokmi v Bratislave. Otec bol úradník, matka bola najprv „na plný úväzok“ zamestnaná v domácnosti, potom pôsobila ako predavačka. Pani Veronika pochádza zo štyroch detí, z ktorých dvaja boli chlapci a dve dievčatá. Chlapci boli starší, jeden z nich už zomrel. Osemročnú školu absolvovala v Bratislave na Kolibe, kde bývala s rodičmi, jedenásťročenkou s maturitou vychodila už „dole“, v meste. V Bratislave prežila celý svoj život, a, ako sme už spomenuli, okrem krátkych dovolení nikam necestovala. Bavili ju najmä ručné práce – vyšívanie a pletenie, ale vraj trochu fušovala aj do šitia na šijacom stroji.



Spočiatku bývala s manželom u rodičov na Kolibe, neskôr sa presťahovali na bratislavské sídlisko Karlova Ves. Spolu vychovali dve deti – chlapcov. Keď boli ešte malí, venovala sa ich výchove a mala iba príležitostné, viac-menej brigádnické zamestnania. Neskôr pracovala v hydrometeorologickom ústave, kde bola náplňou jej práce obsluha počítačov. Tu aj ako 55-ročná požiadala o dôchodok, no už aj ako dôchodkyňa tam zostala pracovať ešte ďalších desať rokov.

Manžel bol automechanik a zomrel pred piatimi rokmi. Ešte niekoľko rokov po jeho smrti bývala v ich spoločnom byte v Karlovej Vsi, ale postupne jej začal byť tento byt priveľký, a tak ho predala, a presťahovala sa do garsónky v Petržalke, aby bývala bližšie k synovi. Obaja synovia žijú v Bratislave, sú ženatí a zhodne majú po dve deti – chlapca a dievča.

Postupné zhoršovanie jej zdravotného stavu napokon vyústilo do operácie kĺbu. Navyše mala takú smolu, že po operácii dostala priamo v nemocnici v Bratislave covid, takže musela zostať ešte ďalšie tri týždne v karanténe. Po návrate domov potrebovala istý čas na doliečenie a rehabilitáciu. Syn preto hľadal na internete



vhodné zariadenie pre seniorov, kde by bolo možné mamu dočasne umiestniť. Napokon sa rozhodol pre Pohodu seniorov, pretože mala na internete zaslúžene najlepšie referencie. Navyše vedenie Pohody seniorov bolo ochotné držať jej miesto, kým nevyjde z karantény. Veľmi si tu pochvaľuje najmä rehabilitáciu, ale celkovo je spokojná s prístupom tunajšieho personálu. A zrejme aj jej „kolegovia – spoluklienti“ sú spokojní s ňou, pretože pani Polášová je veľmi skromná, príjemná a spoločenská.

NAŠI JUBILANTI

Január

- p. Emília Demeterová - 76 r.
- p. Juhana Maršovská - 87 r.
- p. Melichar Supek - 89 r.
- p. Irena Šimeková - 75 r.

Február

- p. Mária Bošanská - 74 r.
- p. Marián Kravárik - 45 r.
- p. Veronika Polášová - 72 r.
- p. Oľga Vidová - 82 r.

Marec

- p. Valéria Dostálová - 80 r.
- p. Alžbeta Kardošová - 80 r.
- p. Paulína Kuchtová - 87 r.
- p. Jaroslava Mičianová - 81 r.
- p. Vladimír Šušla - 92
- p. Božena Tereňová - 75



OPUSTILI NÁS

Január

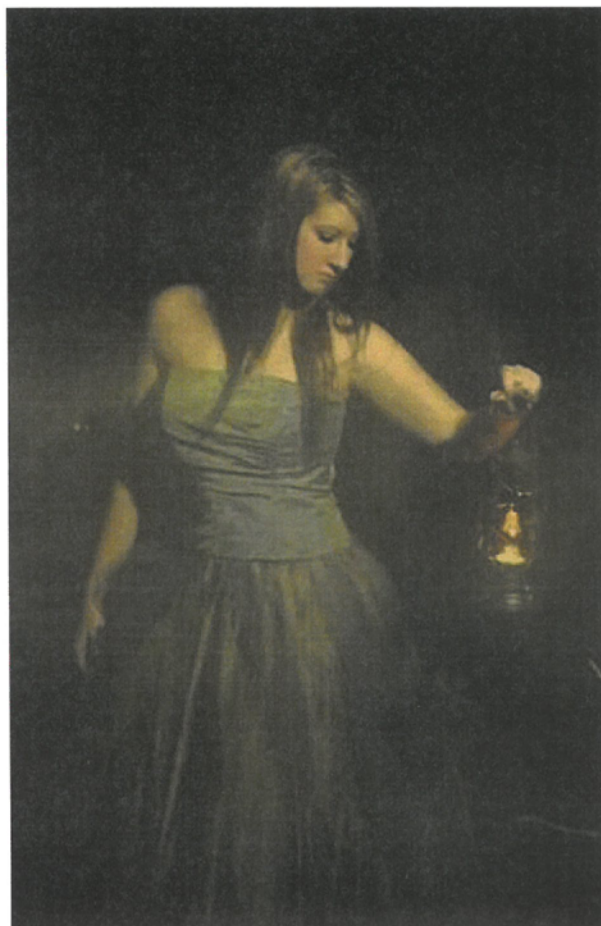
- p. Štefánia Derzsiová - 83 r.
- p. Mária Hrdličková - 80 r.
- p. Irena Jakubíčková - 85 r.
- p. Eva Vávrová - 80

Február

- p. Emília Balažovičová - 78 r.
- p. Lucia Dingová - 89 r.

Marec

- p. Anna Barinová - 90 r.
- p. Zita Čechovičová - 82 r.
- p. Albína Miháľková - 74 r.
- p. Janka Myslíková - 61 r.
- p. Michal Peleš - 90 r
- p. Ján Pikulík – 64 r.



-X-X-X-X-X-X-X-X-X-X-X-X-X-X-X-X-X-X-X-

Niečo na zamyslenie

Boh je priateľom mlčania. Všimnite si, že príroda, stromy, rastliny a kvety rastú v tichu. Všimnite si, ako sa nebo, slnko a mesiac nečujne pohybujú. Aj my potrebujeme byť ticho, aby sme sa mohli dotknúť duše.

Matka Tereza



Veľká noc – tradícia a fakty

Veľká noc alebo **veľkonočné sviatky**, prípadne **Pascha** či **Pésach** je najvýznamnejší kresťanský sviatok, ktorý pripadá na marec alebo apríl. Veľká noc je pre kresťanov oslavou zmŕtvychvstania (resp. vzkriesenia) Ježiša Krista po jeho smrti na kríži. Udalosti Veľkej noci a ich interpretácia úzko súvisia s významným židovským sviatkom Pésach, ktorý sa slávi približne v rovnakom čase. V prostredí Gréckokatolíckej a pravoslávnej cirkvi sa pre tento sviatok používa takmer výlučne názov Pascha.

Kresťanské oslavy Veľkej noci sa v Novom zákone nespomínajú, najstarším svedectvom o Veľkej noci je homília *O Pasche* Melitona Sardského z 2. storočia. Oslavy Veľkej noci sa teda v cirkvi objavili veľmi skoro.

Vysvetlenie pôvodu názvu „veľká“ treba hľadať v časoch židovského otroctva v starovekom Egypte. Faraón nebol ochotný prepustiť svojich izraelských otrokov, a preto Boh trestal krajinu desiatimi ranami. Až po poslednej z nich, keď zomreli všetky prvorodené egyptské deti, faraón prepustil zotročených ľudí. Židov, ktorí pomazali veraje svojich dverí krvou baránka, sa táto pohroma netýkala a anjel smrti ich obišiel. Baránok je preto symbolom Ježiša Krista, ktorého krv nás všetkých zachránila od večného zatratenia. Ako sa ďalej uvádza v Biblii, po vyslobodení z Egypta previedol Boh ľud na čele s Mojžišom cez Červené more, ktoré rozdelil a vysušil. Tu niektorí hľadajú pôvod tradičného židovského názvu pre Veľkú noc: pásach - prechod. Iní slovo pásach vysvetľujú ako obídenie, vyhnutie sa, a vzťahujú ho na anjela smrti, ktorý obchádzal domy potreté krvou. Obídenie aj prechod predstavujú veľké Božie skutky, ktoré urobil počas jednej noci pre svoj ľud, a preto každoročnú spomienku na tento deň Izraeliti nazvali Veľkou nocou.



Symbolika prechodu z otroctva do slobody sa preniesla aj do kresťanstva ako

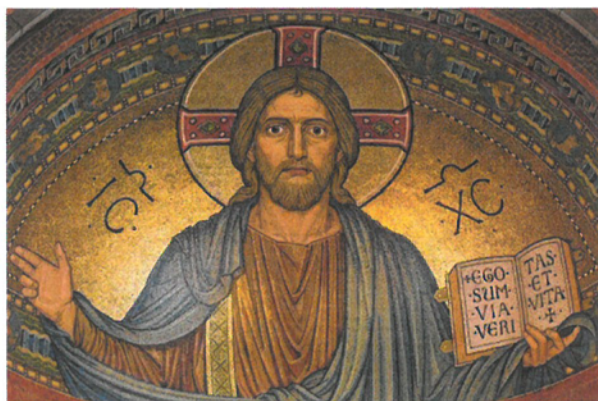
prechod z hriechu do života v Božej milosti, ktorý zabezpečil Ježiš Kristus svojou smrťou a zmŕtvychvstaním.

Veľkonočné oslavy sa podľa regiónov líšia. Pretože sa časovo zhruba prekrývajú s pohanskými oslavami príchodu jari, ľudové tradície prevzali z predkresťanských dôb mnoho zvykov a obyčajov. □

Predpokladaný dátum Ježišovej smrti a vzkriesenia

Presný dátum Ježišovej smrti nie je známy, avšak možností, medzi ktorými je možné vyberať, nie je veľa. Isaac Newton svojimi výpočtami z roku 1733 prišiel k záveru, že k Ježišovej smrti mohlo dôjsť v piatok 7. apríla, 4. apríla, alebo 23. apríla, pričom sám dával prednosť poslednej z možností. Gerhard Kroll vo svojej knihe *Po Ježišových stopách* usudzuje, že najpravdepodobnejším dátumom je 7. apríl. Podľa C. Humphreysa a W. D. Waddingtona (1990) v podvečer 3. apríla v Jeruzaleme vyšiel Mesiac v splne sčasti v zatmení. Toto zatmenie sa skončilo 51 minút po východe Mesiaca. Tento údaj sa zhoduje s evanjeliami Matúša, Mareka a Lukáša, takže tento dátum (3. apríl) je pravdepodobne dňom Kristovej smrti na kríži. Ježišovo vzkriesenie by potom pripadalo na nedeľu 5. apríla..

Samozrejme treba brať do úvahy, že akékoľvek výpočty, ktoré sú v rozpore s údajmi uvedenými v Biblii, sú nepravdepodobné.



V evanjeliu podľa Matúša sa píše: „Lebo ako bol Jonáš v bruchu veľryby tri dni a tri noci, tak bude i Syn človeka v srdci „zeme tri dni a tri noci.“ Teda aj Ježiš Kristus musel byť v zemi tri dni a tri noci. A keďže vstal z mŕtvych v nedeľu skoro ráno (v evanjeliu podľa Marka sa o tom píše: „A keď vstal z mŕtvych v nedeľu skoro ráno...“), pričom musel byť v zemi tri dni a tri noci, čiže nemohol v žiadnom prípade zomrieť v piatok, ale v podvečer

vo štvrtok. V židovskom zmýšľaní prvého storočia sa ale časť dňa chápala ako celý deň. Vzhľadom na to, že Ježiš bol v hrobe časť z piatku, celú sobotu a časť z nedele – môže sa chápať, že bol v hrobe tri dni. Iný argument, týkajúci sa piatku je, že podľa Matúša a Lukáša Ježiš vstane na tretí deň alebo doslova tretieho dňa, preto nemusel byť v hrobe plné tri dni a noci.

Veľkonočné symboly

Baránok - symbol baránka sa nachádza už v predkresťanských tradíciách. V židovskej tradícii sa používal ako obetné zviera za hriechy. Zároveň židia na sviatok Paschy jedia baránka ako pripomienku svojho vyslobodenia z Egypta. V kresťanstve je baránok jedným zo symbolov Ježiša Krista, lebo obrazne podľa kresťanskej viery on je baránok obetovaný za spásu sveta.

Križ - križ je dnes najdôležitejším z kresťanských symbolov, pretože Kristus bol odsúdený na smrť ukrižovaním. Tento trest patril k trestom veľmi krutým a ponižujúcim.

Oheň - veľkonočná bohoslužba sa začína zapálením veľkonočného ohňa, ktorý symbolizuje víťazstvo Ježiša Krista nad temnotou a smrťou. Od tohto ohňa sa potom zapalujú veľkonočné sviečky.

Sviečka - sviečka sa v mnohých kultúrach chápe ako znamenie života. Veľkonočná sviečka symbolizuje vzkrieseného Krista -- tento symbol pochádza zo starovekých osláv Veľkej noci, pri ktorých sa zapaluje sviečka (nazývaná tiež paškál) od ohňa. Takto zapálená sviečka sa v priebehu veľkonočnej bohoslužby ponára do vody na krst, je ozdobená znamením križa a symbolmi alfa a omega, t. j. začiatku a konca vekov, ktorými je Kristus. Táto sviečka sa potom zapaluje počas celého veľkonočného obdobia až do Turíc a pri každom krste -- aby sa naznačilo, že krst patrí k Veľkej noci. Táto sviečka sa tiež zapaluje pri kresťanskom pohrebe na znamenie toho, že zosnulý rovnako ako Kristus, prešiel bránou smrti; a cirkev sa za neho modlí, aby vstal k novému životu s Bohom.



Vajíčko - pretože vajíčko obsahuje zárodok života, bolo v mnohých kultúrach symbolom plodnosti, života a vzkriesenia. V súvislosti s ľudovou tradíciou vznikol zvyk maľovať tieto vajíčka. Dôvodom jedenia vajec na Veľkú noc bola zrejme aj skutočnosť, že vajcia sa nesmeli jesť v pôstnom období. V kresťanstve sa vajce vykladá ako symbol zatvoreného hrobu, z ktorého vstal Kristus, ako symbol nesmrteľnosti.



Zajačik - aj keď mnoho nenáboženských tradícií má svoje korene v kresťanskej symbolike, niektoré veľkonočné symboly môžeme vystopovať až do predkresťanskej doby. Napríklad zajačik má pravdepodobne pôvod v pohanských rituáloch oslavujúcich príchod jari.

Korbáč - Tento, v niektorých regiónoch Slovenska dôverne známy symbol Veľkej noci, má tiež pôvod v starých pohanských zvykoch.

(Zdroj: Internet)