



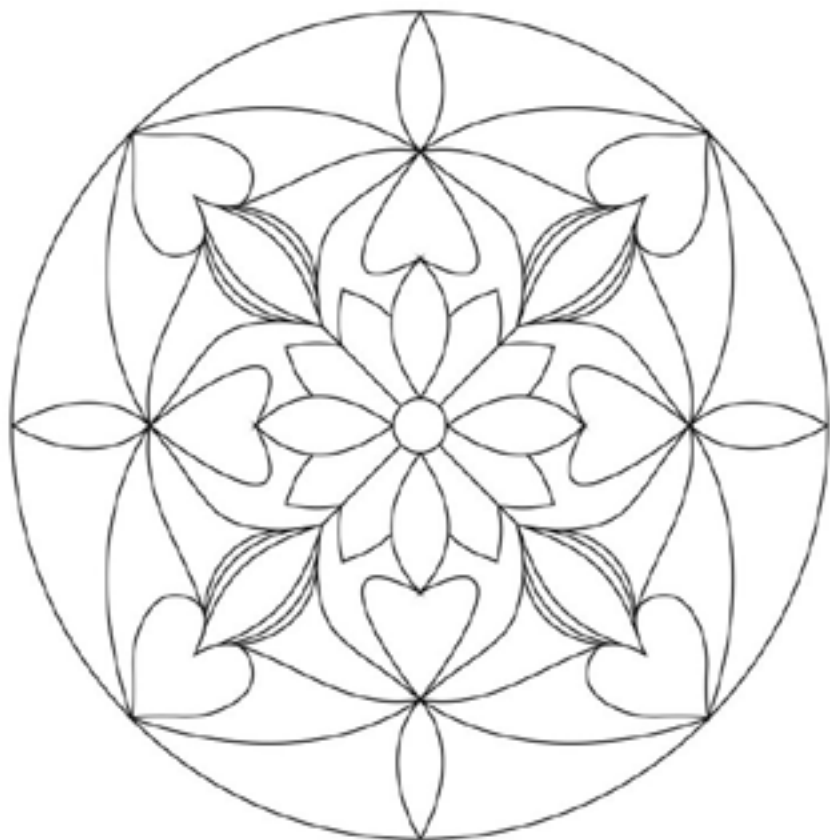
VYFARBI :)



# Rozsvietme tmu

ročník 14

júl 2020 - január 2021



Ludmila Šrámková

*Život očami a ušami našich klientov ...*



Domov sociálnych služieb  
pre dospelých v Báňoni

## Obsah

Úvodník .....	1
Na zamyslenie .....	3
Naši noví klienti .....	5
Tvorba našich klientov.....	6
Galéria .....	17
Jubilanti, opustili nás.....	29
Hádanky .....	32
Rubrika Vareška .....	33
Tajnička .....	34
Omaľovánky .....	37

**Domov sociálnych služieb pre dospelých**

**Adresa: SNP 38, 900 84 Báhoň**

**Telefón: 033/645 51 56**

**Email: [info@dssbahon.sk](mailto:info@dssbahon.sk)**

**Web: [www.dssbahon.sk](http://www.dssbahon.sk)**

**Číslo darovacieho účtu: SK87 8180 0000 0070 0047 2704**

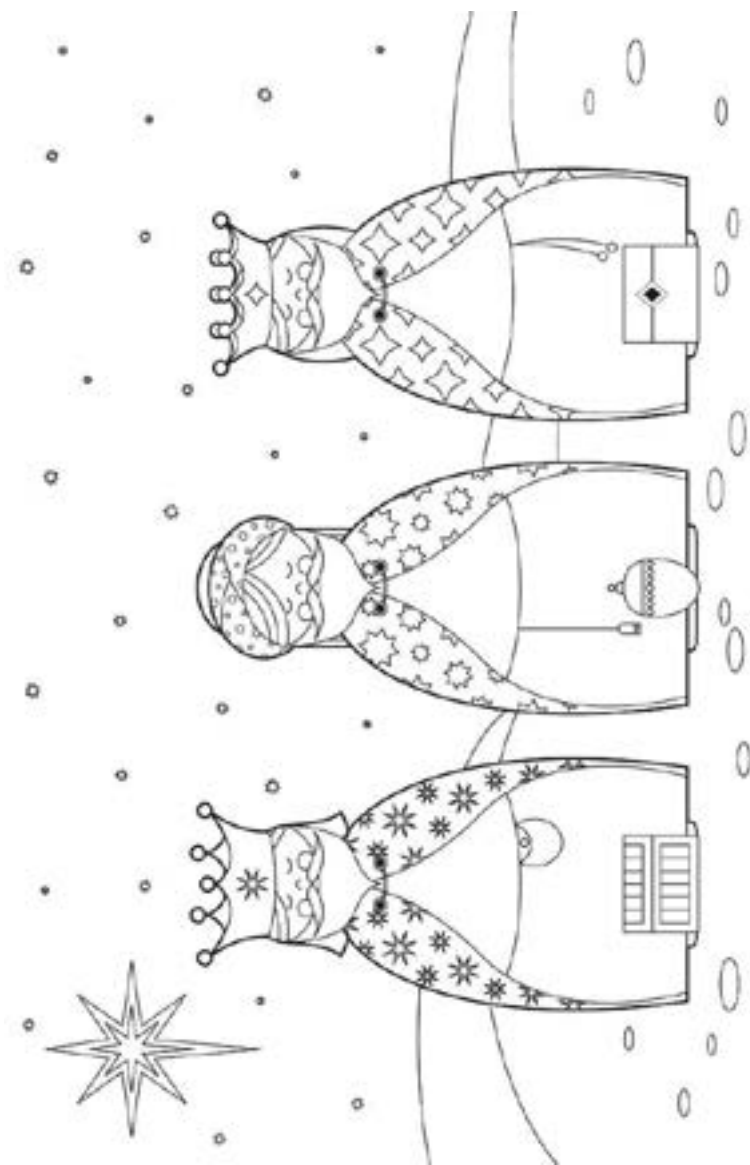
### **Redakcia:**

**Redaktori:** Jolana Karchňáková , Kamil Dodek, Oľga Kroková,  
Zuzana Gašparovičová, Alexandra Zelenayová

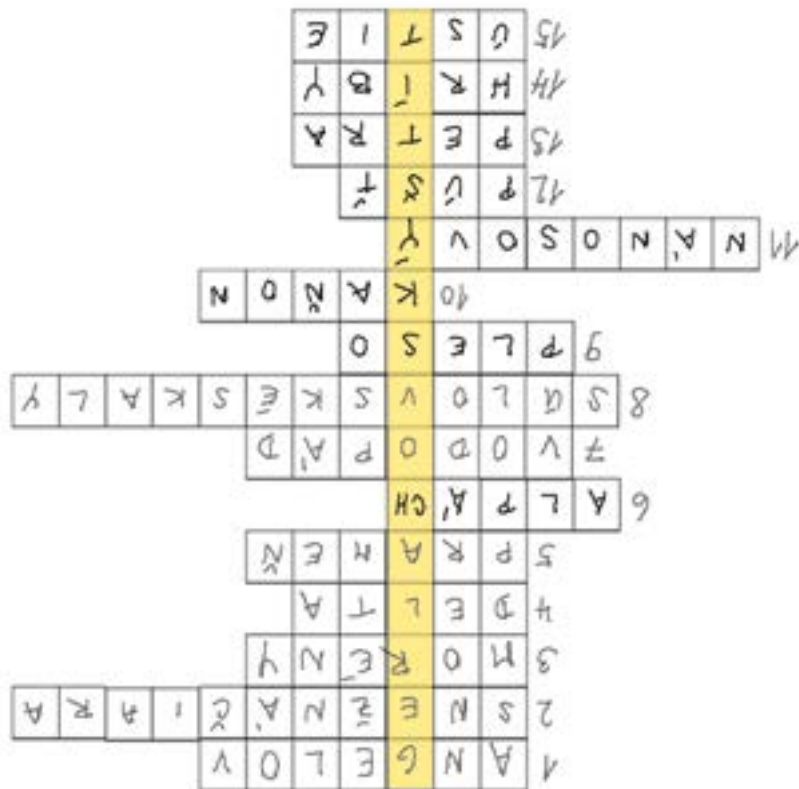
**Za personál:** Mgr.art. Jana Korčeková, Mgr. Martina Uličná

**Časopis neprešiel jazykovou úpravou.**

VYFARBI :)



## Riešenie tajničky (riešenie tajničky je otočené zámerne)



Zdroj: Zborovna.sk

## Úvodník

Milí klienti a zamestnanci,

redakčná rada nám opäť pripravila nové číslo nášho obľúbeného časopisu. Pretože vychádza v období prelomu rokov, aj touto cestou by som Vám všetkým – klientom aj zamestnancom chcela do nového roku 2021 zaželať veľa zdravia, lásky a porozumenia, aby ste stretali len dobrých ľudí a aby ste aj vy mali v sebe dostatok sily a lásky pomáhať druhým. Spoločne si tak vytvoríme príjemné prostredie, v ktorom sa nám bude dobre žiť a aj pracovať.

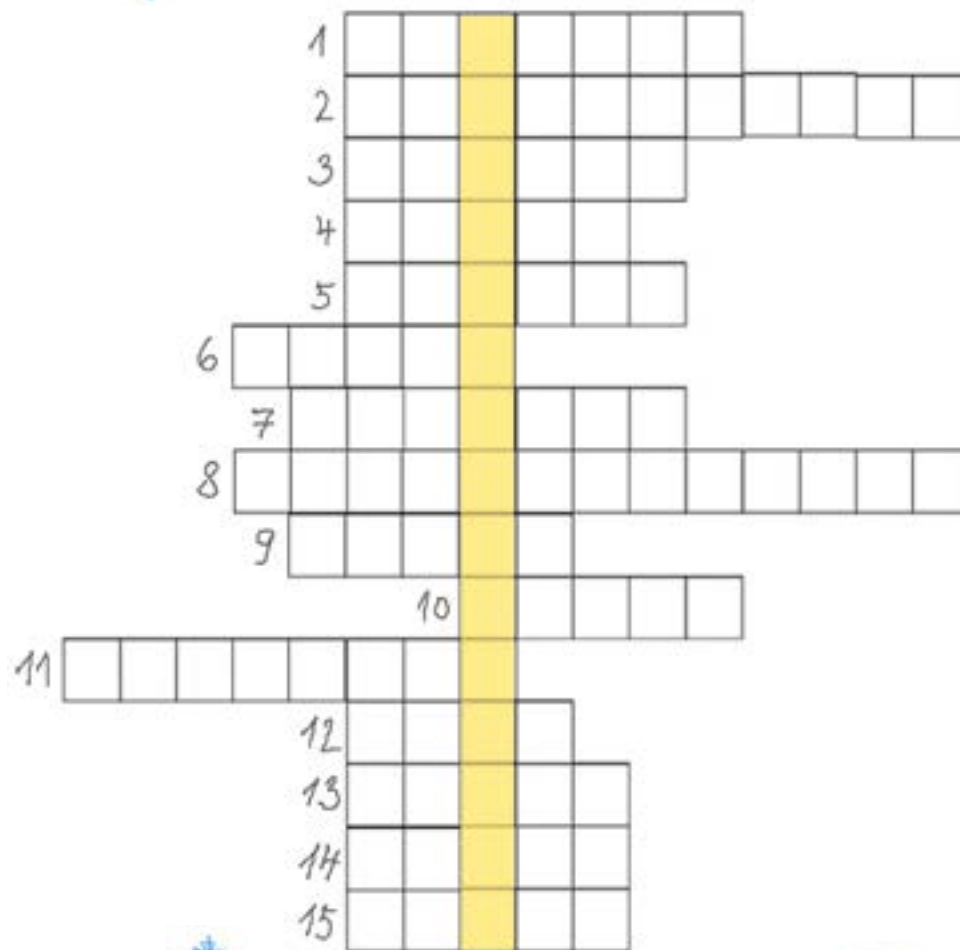
Chcem všetkým poďakovať za to, ako spoločne zvládame túto nepríjemnú covidovú situáciu. Ďakujem za trpezlivosť, s ktorou znášate obmedzenia, za dodržiavanie stanovených pravidiel určených hygienikmi a našou vládou. Za to, že s ľahkosťou zvládajte časté testovania. Za to, že sa správate zodpovedne k svojmu zdraviu, za to, že si uvedomujete, že nedodržiavaním opatrení môžete ublížiť nielen sebe, ale aj svojim spolubývajúcim alebo kolegom alebo zamestnancom a opačne. Ešte raz ďakujem.

V týchto dňoch vedenie zariadenia v spolupráci s Odborom sociálnych vecí Bratislavského samosprávneho kraja začalo pripravovať očkovanie proti ochoreniu COVID-19.

Očkovanie je dôležitý krok pre každého z nás a preto, keď sa potrebujete o tom porozprávať alebo poradiť, pýtajte sa personálu, mňa, pýtajte sa pani doktorky, ktorá k nám chodí do zariadenia, aby sme tento krok zvládli bez problémov. Predpokladám, že po ukončení očkovania, teda nejaký čas po prijatí druhej očkovacej dávky, sa nám podmienky na spoločenský a kultúrny život o niečo zlepšia. Začneme chodiť na vychádzky alebo nákupy a keď budú preočkovaní aj naši blízki, budú môcť prichádzať k nám aj návštevy.

Prajem Vám trpezlivosť a odvalu pri prekonávaní všetkých prekážok v živote.

Ing. Jana Polakovičová,  
vaša riaditeľka



## Tajnička

V tajničke sa ukrýva názov činnosti ľadovca a vetra.

1. Najvyšší vodopád na svete
2. Pomyselná hranica, kde sa počas celého roka sneh neroztopí
3. Valy kamenia, ktoré vytvoril ľadovec
4. Naplavený materiál v podobe kužeľa v ústí rieky do mora
5. Miesto, kde voda vyviera na zemský povrch
6. Najbližšie k Slovensku sa zachoval ľadovec v \_\_\_\_\_
7. Útvar, ktorý vytvorila rieka, aby prekonala výškový rozdiel
8. Známe skalné miesto na Slovensku
9. Ľadovcové jazero
10. Je širší ako tiesňava
11. Rieka vytvára nárazový a \_\_\_\_\_ breh
12. V akom type krajiny vie vietor najviac pôsobiť?
13. Skalné mesto v Jordánsku
14. Vietor vytvára mosty, brány a \_\_\_\_\_
15. Miesto, kde sa rieka vlieva do inej rieky



## Na zamyslenie

Jedného dňa sa dcéra sťažovala svojmu otcovi, že má mizerný život a nevie ako sa má so všetkými problémami vysporiadať. Sťažovala sa, že je už unavená sa stále s niekým hádať a bojovať. Len čo vyrieši jeden problém, druhý už je na ceste. Jej otec, ktorý pracoval ako šéfkuchár, jej navrhol, aby šla s ním ráno do práce. Dcéra nechápavo súhlasila a tak prišla ráno k otcovi. Otec naplnil tri veľké hrnce vodou a každý z nich dal variť. Keď voda v každom hrnci začala vriieť, do prvého hodil zemiaky, do druhého vajíčka a do posledného kávové zrná. Niekoľko minút ich nechal variť s tým, že počas varenia s dcérou neprehovoril ani slovo. Tá začínala byť nedočkavá a nervózne čakala, čo sa bude diať. Po 20 minútach otec vypol variče. Z prvého hrnca vytiahol zemiaky a umiestnil ich do misky. Z druhého hrnca vytiahol vajíčka, ktoré dal taktiež do misky. Z posledného hrnca nabral šálku kávy. V tom sa otočil na dcéru a spýtal sa jej: „Dcéra moja, čo vidíš?“ Ona mu na to odpovedala: „Zemiaky, vajíčka a kávu“. „Pozri sa bližšie a chyt' si zemiaky.“ Povedal otec. Dcéra zobrala zemiaky do rúk a zistila, že boli mäkké. Potom jej otec navrhol, aby zobrala do rúk vajíčka a skúsila ich rozbiť. Tak aj urobila. Rozbila vajíčka, očistila ich od škrupiny a v ruke jej zostalo natvrdo uvarené vajíčko. Nakoniec jej otec navrhol,

aby si odpila z kávy. Bohatá aróma a chuť kávy jej vyčarovala úsmev na tvári. Dcéra nechápala, čo jej tým chcel otec naznačiť a tak sa ho spýtala: „Otec, čo to má znamenať?“ V tom jej otec začal vysvetľovať: „Zemiaky, vajíčka aj kávové zrná čelili rovnakej nepriazni osudu – vriacej vode. A každé z nich reagovalo rozdielnym spôsobom. Zemiaky boli silné, tvrdé a nemilosrdné, ale vriaca voda ich premenila na mäkké a slabé.

Vajíčko bolo veľmi krehké a jeho jemnučka vonkajšia škrupinka chránila jeho vnútro až dovtedy, dokiaľ sa nevystavilo nepriazni vriacej vody. Vriaca voda premenila jeho vnútro na tvrdé, silné a odolné. Kávové zrná boli výnimočné a jedinečné. Po tom, ako boli vystavené nepriazni vriacej vody, zmenili vodu a vytvorili niečo úplne nové. Na to sa otec spýtal dcéry: „Ktoré si ty?“ Keď nepriazeň osudu klope na tvoje dvere, ako zareaguješ? Ako zemiaky, vajíčka či kávové zrná?“

*Dcéra moja, v živote sa dejú okolo nás rôzne veci. Prežívame zlé, ale aj dobré udalosti, no len na jednej veci skutočne záleží. Na tom, ako tieto udalosti zmenia naše myšlienky a naše vnútro. Či zmäkneme ako zemiak, či nás posilnia ako vajíčko, alebo či my zmeníme ich a vytvoríme z nich niečo nové.*

*Autor tohto príbehu je neznámy*

## Rubrika Vareška

120g piškót  
250g gaštanového pyrė  
1 vanilkový cukor  
1/2 PL práškoveho cukru  
40g rozpusteneho masla  
trocha rumu  
1 Cera  
čokoláda na varenie



### POSTUP:

Balík piškót si nastrúhame na struháku, na malých slzičkách. Pridáme k rozpučenému gaštanovému pyrė. Pridáme rozpustené maslo a trocha rumu. Vypracujeme hmotu a tvarujeme guľičky. Ak by sa zdalo, že je to príliš husté, neľakajte sa, tie piškóty navsiaknú. Necháme odstáť na chladnom mieste. Rozpustíme Ceru s čokoládou a oblievame guľičky.

Dobrú chuť praje Jolana Karchňáková :)

## Hádanky

*Visia, visia biele meče,  
vôkol strechy, vôkol vrát.  
Iba slnko dokáže ich  
potichučky obtrhať.*

Cenútle

*Letia, letia hviezdy biele  
ako z čipiek tkané celé.  
Plno ich je na stráni.  
Chytíš – voda na dlani.*

Snehové vločky



*Nemá ruky ani nohy,  
nemá oči ani nos  
a maľuje celú noc.*

Mráz



*Čudné perie z neba padá,  
skryje stromy, chodník, autá.  
Teplým plášťom halí sady  
a deti ho majú rady.*

Sneh



## Naši noví klienti



Jozef Hlas

Ján Moravský



Ján Ondrejka



Darinka Horáčková



## Tvorba našich klientov

### V i a n o c e



Tichá noc, svätá noc,  
všetko spinká, všetko sníva.  
Len anjeli strážia ten nebeský klud.

Vonku sniežik padá,  
už je ho plná stodola.  
Všetko je už biele - bielučičké,  
v kozube malý ohník horí.

V izbe rozvoniava jedlička,  
svoju radosť vo veľkom rozdáva.  
Zo šálok už čajík rozvoniava,  
do kresiel sa každý usádza.

Ježiško pomaličky prichodí,  
vonku už husto - prehusto sneží.  
Tam v kúte horia sviece,  
príjemným svitom prebleskujú.

Slyšte hlasy smutných duší, ktorí nikým  
nevedení blúdia všade naokolo.  
Zapálte im malú sviečku,  
prežívajte s nimi Vianoce plným dúškom.



## Prečo?

Čo robíte Cigáni?  
Ideme denne do roboty!  
Nemáme chlieb sme hladní  
len gádžo raňajkuje  
z domu do práce  
na každej ceste  
si cigán čierny  
zarobí peniaze  
Oči čierne hlava  
aj vlasy čierne  
budú pre život peniaze  
Cigán a cigánka je  
pečené prasiatko  
a chlieb k tomu ukusuje  
a pije studenú vodu  
ako veľkí páni  
a ako veľká pani.

## Soske?

So keres roma?  
Ando butiker pýrel!  
Náne máro ó bokáce  
ó góro chaluje  
ando khére butiker  
ando drom  
kálo róm  
butiker ó lóve  
jakha kále šéro  
balakále ando lóve  
róm ó rómka chaluje  
ando baličóro  
ando máro ando páni  
ó báro raja  
ó ando ráni.

Jaroslava Mihoková



*So smútkom v srdci sa lúčime s našou  
spoluredaktorkou, klientkou  
a priateľkou Jaroslavou Mihokovou.*

*Spomíname ...*



Slyšte hlasy smutných duší, našich priateľov  
a známych, všetkých otcov a mám,  
venujte im malinkú myšlienku,  
posväťte čaro bielučkých a krásnych Vianoc...

Sniežik už husto padá, dym z komínov  
pomaly klesá - nostalgia.  
Štedrý večer sa k nám opäť vracia,  
naš Kristus Pán už prichádza !

Gabriel Miakič



Alexandra Zelenayová

## **Sneženie**

*Dívam sa na sneženie,  
jemnučké lietajúce páperie,  
len tak poškuľujem...*

*Snehové vločky zahaľujú  
konáre na stromoch,  
už ich mám plné priehrštie.*

*Ako keby prišlo nežné  
biele osvieženie,  
anjelská tvár - malé vločky.  
Všade samý sniežik.*

*Čistý je zase vzduch,  
celkom zmyté sú zatuchlé chvíle.  
Je pekne nasnežené,  
veruže pravda.*

*Šaty sa mi pomaly belejú,  
som stále bez čapice.  
Sneženie mi prináša milé  
uspokojenie.*

*Vkráda sa do mňa pocit,  
že všetko sa na dobré obracia,*

## **JUBILANTI**

<i>Gemelová Danka</i>	<b>60</b>
<i>Telekešová Helena</i>	<b>60</b>
<i>Šotník Marián</i>	<b>70</b>



**Blahoželáme !**

## **Opustili nás ...**

**Hudecová Margita**  
**Kováč Roman**  
**Mihoková Jaroslava**  
**Moravčík Peter**  
**Siváčková Alžbeta**  
**Slezáková Margita**



**Spomíname ....**

## Rozdávanie darčiekov

Pár dní pred Vianocami na našich klientov čakalo milé prekvapenie. Okrem vecí, o ktoré si klienti napísali, si pod vianočným stromčekom našli aj farebné krabice plné darčiekov.

No než sme si rozdali balíčky, zaspievali sme si spolu s anjeli koledy a vypočuli si príhovor od našej pani riaditeľky. Zaželali sme si krásne sviatky a s radosťou sme sa pustili do rozdávania a odbalovania darčiekov. Tie špeciálne krabice nám poslali zo zbierky „Kolko lásky sa zmestí do krabice od topánok“. A tej lásky sa tam zmestilo naozaj veľa. :) Ďakujeme všetkým, ktorí sa postarali o toto krásne prekvapenie.



*krákajúce vrany na stromoch.  
Sneženie je pekná udalosť.*

*Padá sniežik padá - prehusto  
padá,  
mám ho už plné priehrštie.*

*Nostalgia na mňa sadá,  
iba malé vločky za to môžu.  
Nežné krásne sneženie...*

*Gabriel Miakič*



*Alexandra Zelenayová*

## Anjel mieru

Tam kdesi v hĺbinách  
temných hôr,  
na rozhraní dvoch ideí,  
rozjíma anjel mieru.

Pred ním sa blyští veľká  
krištáľová guľa,  
na ozvenu sotva reaguje.  
Vo výšinách orol narieka.

Tam dole - v tóni smútku,  
plynie potok nevyplakaného  
neba detstva.

Sem - tam žabka poskakuje.

Anjel si krídla vystiera,  
biely rubáš mu majestátne  
povieva.

K zlatému slnku zasnene  
pozerá.

Posol mieru vyletel  
ponad oblak,  
držiac v rukách myrtoový  
veniec.

## Návšteva Mikuláša v DSS

Dňa 7.12. medzi našich klientov zavítal dlho očakávaný Mikuláš s anjelom, čertom a škriatkom. Každý Mikulášovi za sladké prekvapenie povedal krátku básničku alebo pesničku. Škriatok spravil zopár pekných fotiek na pamiatku. Nakoniec sa Mikuláš aj s pomocníkmi rozlúčili a sľúbili, že nás o rok navštívia zas.



## Vianočné trhy v DSS

Návšteva „vianočných trhov v Trnave“ bola už pár rokov naša trdícia. Tento rok sú však všetky podujatia, trhy zrušené. Preto sme sa rozhodli pripomenúť si vianočnú atmosféru pri príjemnej hudbe s ochutnávkou kapustnice, výborného punču a domácich koláčikov v našom zariadení. Pripravili sme vlastné vianočné trhy v DSS, za prísnych hygienických opatrení. Dievčatá z STÚ spolu s pánmi údržbármi nám pripravili kapustnicu pod holým nebom. Niektorí naši klienti pomáhali s dochucovaním kapustnice. Pod altánkom v DSS sme si spravili prezentáciu vianočných výrobkov, ktoré vyrobili naši klienti. Panovala pravá vianočná atmosféra trhov. Všetci sme si pochutnali na výbornej kapustnici, punči a sladkom pečive. Zaspievali a zatancovali sme si na rezké piesne. Ďakujeme, že sme si aspoň takto mohli priblížiť čas vianočný.



Veniec mieru,  
skalistých zákonov života,  
popola blahobytu  
i nemajetných imaní.

Zasvätene uvažuje,  
bez prestania rozjíma.  
Veľký orol ho ustavične  
sleduje.

Anjel mieru rozťahol  
majestátne krídla,  
a vzlietol do svojich výšin.  
Orol ho s nárekom nasledoval.

Gabriel Miakič



Anna Velijová

## *Minúta ticha*

*Sviečka pomaly a nežne  
plápolá,  
jeho plamienok jemne  
bliká.*

*Prichádzajú duše zosnulých,  
našich blízkych.  
Venujte im minútku  
ticha,  
iba krátku spomienku.*

*Oceánom večnosti smutne  
plynú,  
tie osamelé duše našich  
drahých.  
Víta ich zástup anjelov,  
trblietavý odlesk  
nebies.*

*Povznesme sa ponad tie  
čierne kríže,  
kríže našich utrpení.  
Spomienky časov smutné.*

## **Kamilove okienko**

Tak, ani tentokrát k nám neprišla speváčka Jadranka. Nemohla prísť, lebo sme nemali Deň otvorených dverí, pretože tu stále máme koronavírus.

Pravidelne nás testujú, či nie sme chorí, ale my sme našťastie zatiaľ zdraví. Z toho máme radosť. Ja chcem aby vírus odišiel, aby sme mohli mať DOD a aby opäť k nám prišla Jadranka.

Kamil Dodek



## Výročie vzniku DSS Báhoň

Na výročie vzniku domova sociálnych služieb k nám zavítala významná osobnosť - pán predseda VÚC Juraj Droba. Klienti si pripravili krátky program, ale v dôsledku COVID - 19 a opatreniam nemohli ich program predviesť.

Napriek tomu, pán predseda prišiel, všetci ho s povinným odstupom, ale aj s radosťou privítali.

Každý rok klienti očakávajú DOD - Deň otvorených dverí - významný deň tu u nás v DSS. Popularitou s tradičným vystúpením sme vstúpili do spoločenského povedomia v Báhoňi a v blízkom okolí.

Na začiatku roka, v marci 2020, zasiahla svet pandémie COVID - 19. S ňou prišli aj nariadenia a pravidlá, ktoré dodržiavame. Dúfame, že pandémie ustúpi a my budeme môcť žiť tak, ako sme žili predtým.

Alexandra Zelenayová

*Budiž všetkým chvála  
blahoslavená,  
temné nebo pominutia.*

*Tá minúta ticha posvätná...*

*Gabriel Miakič*



Olga Křoková



## **S e n**

Snívam si svoj sen, jeden veľkolepý,  
krásny sen.  
Schádzam dolu nebom nedotknutým,  
oceánom jagavých hviezd.

Pri mne zurčí malý svieži potôčik,  
nevyplakaný oceán šťastia.  
Neďaleko vedľa mňa padla hviezda,  
už je jej plná stodola.

Vkrádam sa do ríše fantázie, viniem  
sa chodníkom do minulosti.  
Snívam o večnosti svojho vesmíru,  
nekonečného prúdu udalostí.

Postavím sa na piedestál múdrosti,  
nechám plynúť priestor  
svojou vlastnou rýchlosťou.

Len tou rýchlosťou - ktorou letí  
svetlo so mnou opreteký.  
Snívam pomaly a nesmierne nežne,  
plyniem pláňou striebistou.

## *Aura nášho stredového pola duše*

Vesmírna energia je všade okolo nás, lebo aj naša  
planéta zem je súčasťou vesmíru. Tak ako naša plané-  
ta má ochrannú atmosféru, tak aj naša duša má ako  
ochranu auru. Aura je naším vnútorným vyžarovaním  
a je aj zrkadlovým odrazom našej duše.

## *Mystický kruh*

Som niečo podobné, ako je éterická bytosť a vnímam  
veci za hranicou nášho myslenia a poznania. Za tými  
hranicami môžu byť aj transcendentálne galaxie a alter-  
natívny vesmír.

## *Had*

Had symbolizuje zlo, ale aj na svete absolútne zlo.  
Lenže je to podobné ako symbol jing-jang. Čo zna-  
mená dobro – zlo, svetlo – tma a v celom vesmíre sú  
protikladné póly a vytvárajú rovnováhu s vesmírom.

Alexandra Zelenayová

## *Mystické obrazy*

### *Vševidiace oko*

Toto oko je videním tretieho sveta. V treťom svete môžeme zaznamenať aj veci medzi nebom a zemou. Sídli nám v ňom tretie mentálne a astrálne telo. Keď si predstavíte svetlo žiariace z vesmíru ako sa spája s vašou univerzálnou energiou, musíte vidieť vaše stredové pole duše ako sa odpojí od telesnej schránky, tak prostredníctvom tohto tretieho oka ako čakry môžete mať mimotelové zážitky.

### *Ornament*

Tento ornament symbolizuje úmernú os našej vlastnej karmy a dostáva nás do rovnováhy s vesmírom. Je to ornament z iných dimenzií.

### *Galaxia*

Náš vesmír sa skladá z hmoty a energie. Naša galaxia môže byť aj stredom vesmíru, lebo my sme stred vesmíru a zároveň tvoríme jeden veľký svet. Keby sa narušila krivočiara vo vesmíre, zmení sa tak celý obeh vesmíru.

Kráčam vlastným nebom,  
nevysneným nebom svojej mladosti.  
V tóni smútku roja sa myšlienky,  
sú to všetko len moje sny.

Snívam a stúpam ku hviezdám,  
skúmam archetyp archetypov.  
Modlím sa k svojim malým anjelom,  
mám ich zopár vo vrecku...

Gabriel Miakič



Magdaléna Pikalová

## Pieseň

Že sa dieťa narodí, narodí,  
zvestovali proroci, zvestovali proroci.

Bude že to radosti, keď sa Ježiš narodí,  
keď sa Ježiš narodí.

Pán Ježiš sa narodil, narodil.  
Radujme sa na zemi, na zemi.

Len Bohu môžeme ďakovať, že sa Ježiš narodil,  
že sa Ježiš narodil.

Sláva Božia veľiká, Svetlo Božie prišlo k nám,  
Svetlo Božie prišlo k nám.

V mene všetkých klientov domova Báhoňa, chcem po-  
priať všetkým našim zamestnancom požehnané sviat-  
ky a šťastlivý Nový rok 2021.

Oľga Kroková



## Mystéria duchovného sveta

V kozmickom priestore žila mimozemská civilizácia na Marse. Mali tam vedeckú výskumnú spoločnosť. Skúmali v nej cestovanie v čase, iné dimenzie, paralelné vesmíry, telekinézu, telepatiu a teleport v časopriestore. Títo mimozemšťania sa dorozumievali telepaticky a videli aj transcendentálne galaxie. Mali veľmi silné aurické a karmické žiarenie. V medzigalaktickom priestore bola ďalšia galaxia. Mimozemšťania sa tam vedeli teleportovať. Bol to piaty element. Ale medzi našou galaxiou a ich galaxiou nastala vojna. Prišli vesmírne lode a zaútočili na nich, lenže mimozemšťania použili svoje ufá a laserami ich zlikvidovali. A tak získali aj ich galaxiu. A to je koniec príbehu.

Alexandra Zelenayová



## Šalom

Čas prílivu uplynul.  
Vody vystúpili,  
škovránok šťastia zahynul  
a tí, čo milovali...

Chladná noc je zrazu domovom  
a prstom do vody môžeš čmárať;  
môžeš písať listy priateľom  
a živé vyznania  
svojim mŕtvym láskam.

Nemáš komu písať  
a nemáš ani kam.  
Jediným priateľom je  
prázdno chladných rán.  
Lásky sú zabudnuté  
a obraz stratil rám.  
Bolo to kedysi krásne...  
no nás už nevidieť  
a úsmev sa rozplynul  
v tajomnom mori čiernych snov.

Teraz už len vreskot čiernych vrán  
ti vraví, že je zima.

Úsmev...  
- tak veľa chcel znamenať  
a zrazu sa na nič nezmohol...  
Posledné zo spravodlivých slov  
šepká ti vietor do dlaní -  
odpuš' mi, láska,  
odpuš', ak sa dá,  
obráť sa a kráčaj.  
Ak môžeš,  
zabudni.

Zuzana Gašparovičová

## Galéria



Oľga Křoková



Milan Šlesárik



Oľga Křoková



Robert Drgoň



Jozef Baják



Olga Kroková



Ján Ondrejka



Magdaléna Pikalová



Magdaléna Pikalová



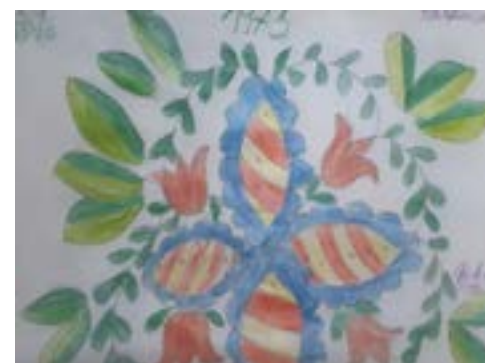
Jozef Baják



Milan Šlesárik



Igor Klúčiar



Magdaléna Pikalová



Olga Kroková