



# DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ

DSS PD Báhoň

25. máj 2024

## Program:

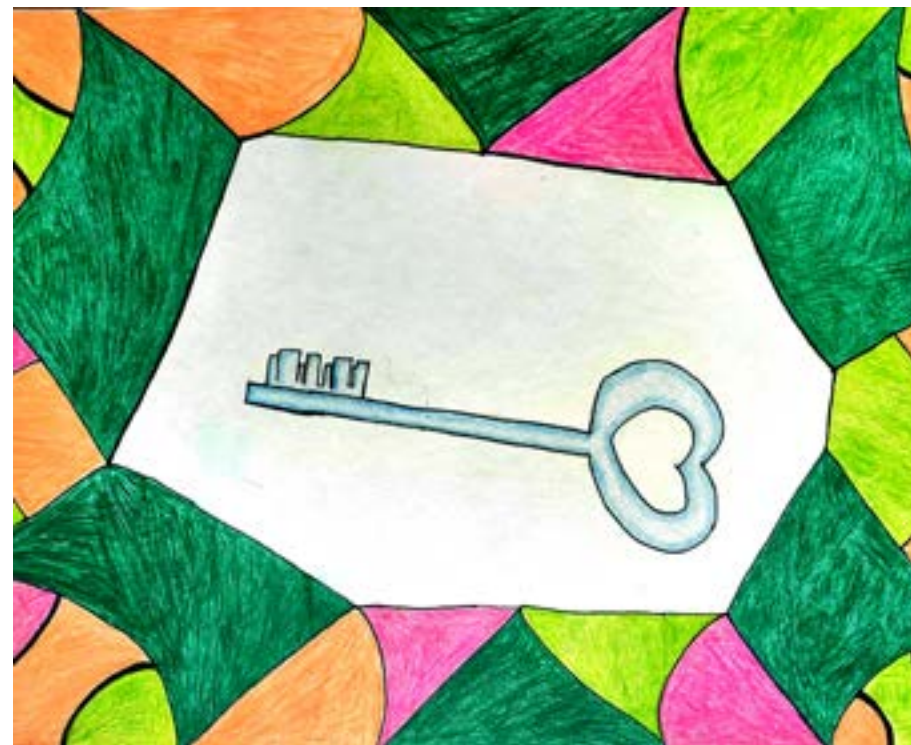
- 9:30 Príhovor pani riaditeľky Ing. Janky Polakovičovej
- 9:40 Kultúrny program klientov
- 10:00 Vystúpenie žiakov zo ZŠ Báhoň
- 10:15 Allan Mikušek
- 11:00 Jadranka
- 12:00 - 13:00 OBEDOVÁ PRESTÁVKA
- 13:00 Skupina David Band
- 14:30 TOMBOLA



# Rozsvietme tmu

ročník 14

január - máj 2024



Oľga Kroková

*Život očami a ušami našich klientov ...*



Domov sociálnych služieb  
pre dospelých v Báhoňi

## Obsah

Úvodník .....	1
Na zamyslenie .....	2
Tvorba našich klientov .....	4
Galéria .....	20
Naše aktivity a zážitky .....	21
Jubilanti/opustili nás .....	32
Rubrika Vareška .....	33
Športový spravodaj .....	34
Hádanky .....	35
VYFARBI .....	36
SUDOKU .....	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/ prispievatelia:** Jolana Karchňáková, Kamil Dodek, Oľga Kroková, Zuzana Gašparovičová, Gabriel Miakič, Peter Kochrda

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

**Časopis neprešiel jazykovou úpravou.**

## SUDOKU

	6	4				1	2	
			4		9			
7	9			1			3	4
4		1		9		3		8
9				7				2
8		3		4		7		5
2	1			6			7	3
			8		7			
	4	7				9	8	

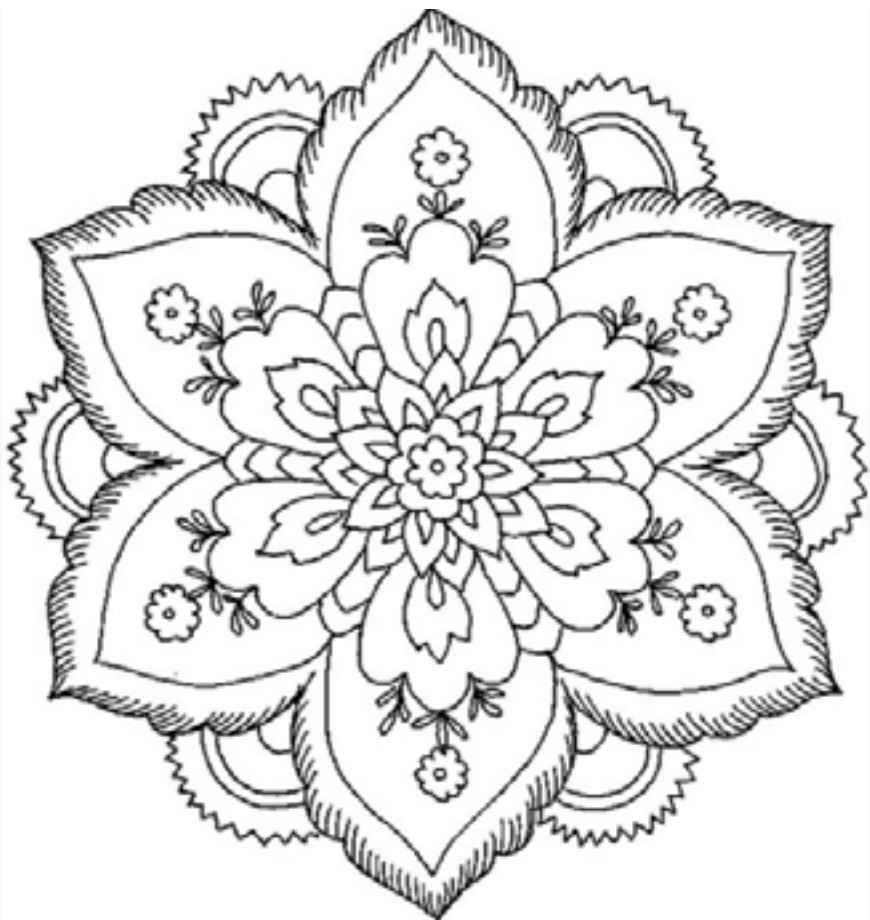
## RIEŠENIE

9	8	6	5	2	1	7	4	5
1	4	2	7	5	8	6	3	9
3	7	5	4	9	6	8	1	2
5	6	7	1	4	6	3	7	8
2	1	4	8	7	3	6	5	9
8	9	3	2	9	5	1	7	4
4	3	8	9	1	2	5	9	7
7	5	9	6	3	4	2	8	1
6	2	1	5	8	7	4	6	3

zdroj: internet



# VYFARBI :)



zdroj: internet

## Úvodník

Milí čitatelia, klienti a zamestnanci!

Držíte v rukách nové číslo nášho občasníka, ktorý nám vždy rozsvieti bežné dni.

V súčasnosti ma trápi, ako sa ľudia k sebe správajú. Robia si veci na schváľ, ohovárajú sa, ubližujú si škaredými a nepravdivými rečami, šikanujú sa. Žijeme v dobe kybernetických útokov, v susednom štáte je vojna – žijeme s pocitom neustáleho strachu. Je to pre nás všetkých ťažké, náročné. Preto verím, že tento náš malý kúsok krásy a pohody v podobe nášho časopisu „Rozsvieťme tmu“ Vám pomôže prekonať tieto nepriaznivé pocity, rozsvieti slnko nad našimi hlavami a vyčaruje úsmev na tvári každému, kto si ho prečíta alebo len prelistuje.

Časopis opäť vychádza pred Dňom otvorených dverí, kedy každý z našich prijímateľov očakáva návštevu svojich blízkych, priateľov a známych. Pri tejto príležitosti chcem privítať všetkých hostí, ktorí prídu na Deň otvorených dverí a popriať im len to dobré a pevné zdravie. Zároveň chcem poďakovať všetkým klientom a zamestnancom, ktorí sa podieľali na príprave Dňa otvorených dverí za ich obetivosť a vytrvalosť, za to, že urobili všetko preto, aby sme sa v tento deň všetci cítili príjemne a spokojne.

Pri čítaní nášho občasníka Vám prajem príjemné a zábavné chvíle, a taktiež povzbudenie do ďalšieho života.



Ing. Jana Polakovičová,  
Vaša riaditeľka

## Na zamyslenie...

### Zmrzlina

V dňoch, kedy zmrzlinové poháre stáli omnoho menej, sa malý, 10-ročný chlapec, vybral do hotelovej kaviarne. Posadil sa za stôl a čašníčka mu doniesla pohár vody.

„Prosím vás, koľko stojí zmrzlinový pohár?“ opýtal sa chlapec.

„50 centov,“ odpovedala servírka.

Malý chlapec vytiahol zo svojho vrečka mince a začal ich zúrivo počítať.

„A prosím vás, koľko stojí obyčajná zmrzlina?“

„35 centov,“ povedala rýchlo. Niektorí ľudia netrpezlivo čakali za svojimi stolmi a ona začala byť nervózna.

Chlapec ešte chvíľu študoval svoje mince.

„Tak si dám obyčajnú zmrzlinu,“ usmial sa napokon. Servírka mu priniesla zmrzlinu, položila na stôl účet a odišla. Keď chlapec dojedol zmrzlinu, zaplatil pokladníkovi a odišiel. Keď sa čašníčka vrátila upratať stôl, sťažka prehltna.

## HÁDANKY

**Aké koleso sa nehýbe, keď ide auto?**

- Rezerвне.

**Môžeš ma chytiť, ale nemôžeš ma odhodiť.**

**Čo som?**

- Чхріпка.

**Čím viac ich máš, tým viac ich nechávaš za sebou. Čo sú to?**

- Стопы.

**Ak zajtra poviem, že predvčerom bola sobota, aký deň bol dnes?**

- Неделя.

**Malý drobček v lese žije, neustále pochoduje. Malý pracant domček stavia, ale sám ho nepostaví. Kto to je?**

- Муравец.

zdroj: internet

## Športový spravodaj

### Majstrovstvá sveta v ľadovom hokeji

Majstrovstvá sveta v hokeji sú hlavnou témou v športovom svete. Aj keď sme prehrali so Švédmi. Skončili sme štvrtí v našej skupine. Doteraz sme hrali v Ostrave. O postup sa však už bude hrať v Prahe. Všetci sme zvedaví, kto bude víťaz.

Svetový šampionát sa hrá v dvoch mestách – v Prahe a v Ostrave. Praha bude hostiť zápasy v multifunkčnej O2 Arene, ktorú otvorili pri príležitosti majstrovstiev sveta v hokeji 2004. Pre ľadový hokej je kapacita 17 360 divákov. Počas šampionátu sa stane domovom pre krajiny z A-skupiny.

### Futbal

Petržalka vyhrala nad Michalovcami 2:1. Hrali sme doma, na Slovane. Nasleduje odveta, tá sa bude hrať v Michalovciach.



Milan Chvostek



Na stole, hneď vedľa prázdnej misky od obvyčajnej zmrzliny, ležalo 15 centov – jej sprepitné.

**Chlapec si v ten deň mohol dovoliť zmrzlinový pohár, no rozhodol sa pre obvyčajnú zmrzlinu, aby čašníčke mohol nechať sprepitné. Byť sebeckým naše životy krajším nespraví. Veď čo je lepšie? Vlastniť úplne zbytočnú vec alebo spraviť niekomu radosť? Často je úsmev, ktorý vyčarujeme druhým na tvári omnoho lepší ako zmrzlinový pohár.**

zdroj: internet



Milan Šlesárik

## Tvorba našich klientov

### *J a r n á   s o n á t a .*

*Pomaly sa končí zimná  
depresia,  
predjarie nás nežne  
víta.*

*Končí sa biely, studený  
cyklus roka,  
začína sa nové obdobie,  
zrod krásnej jari.*

*Už ožíva naša premilená  
chrobač,*

*ježko natešene pobehuje.*

*Zelená sa nová mladučka  
trávička,*

*vrabce si veselo  
čvirikajú.*

*Stromy sú v samom  
kvete,*

*lastovičky onedlho  
priletia.*

*Všade plno života -  
naša krásna jar opäť  
sa nám vrátila !*

Gabriel Miakič

## Vareška

### Lečo podľa Janka

2-3 papriky

4 - 5 paradajok

1 cibuľa

2 lyžice oleja alebo bravčovej masti

3 vajíčka

Soľ a korenie podľa chuti

Ako prvé si nakrájame očistenú cibuľu na jemno a ores-tujeme ju na oleji alebo bravčovej masti pár minút do sklovita. Následne pridáme papriku, ktorú sme pred tým nakrájali na pásiky a zbavili jadierok. Zeleninovú zmes restujeme na miernom stupni za občasného miešania približne 10 minút. Potom pridáme aj na kocky nakrájané paradajky a farebne korenie. Zmes dusíme ďalších 10 až 15 minút. Nakoniec do podusenej zeleninovej zmesi pridáme aj vajíčka, ktoré za stáleho miešania pár minút varíme. Na zaver dochutíme soľou podľa chuti a podávame s čerstvým chlebíkom.



## JUBILANTI

Angerayerová Drahoslava  
Horáčková Darina  
Kaššay Marián  
Kováčová Erika  
Lecká Blanka  
Luhová Iveta  
Olša Ladislav  
Ondrejková Emília  
Telekešová Jana



***Blahoželáme !***

***Opustili nás ...***

Hornák Pavol  
Javorová Magdaléna  
Šipošová Františka



***Spomíname ....***

## ***Prvá úvaha***

*Mátaš mi stále v hlave,  
lebo ty si moje šťastie pravé.  
Chcem ťa stretnúť na krásnej zelenej lúke  
a dať ti dlaň do mojej dlane  
a ešte raz počuť biť naše mladé srdcia  
a znovu ten krásny cit, ktorým je láska.*

Renáta Kralovičová  
zo zbierky Úvahy o láske, živote  
a sklamaní

## ***Druhá úvaha***

*Moje kroky nevedú nikam,  
tak pre Teba stále vzlykám,  
moje oči sú zakalené plné slz,  
tak prosím láska príď už.  
Chcem ťa stretnúť a pošepkať ti,  
že ťa milujem  
a navždy si ťa uchovám v mojom veľkom srdiečku.*

Renáta Kralovičová  
zo zbierky Úvahy o láske, živote  
a sklamaní



## Tretia úvaha

*Láska moja s tebou sa mi oplatí žiť  
a vidieť každé ráno krásne zore  
a svit slnka a krásny potok, ktorý žblnká  
a pri tebe láska sa mi krásne spinká.*

Renáta Kralovičová  
zo zbierky Úvahy o láske, živote  
a sklamaní



Robert Drgoň

## Štvrtá úvaha

*Život je jedna veľká hra,  
ja sa však na nič nehrám,  
nemám čo pred sebou skrývať,  
ale o tebe láska moja by som si priala snívať.*

Renáta Kralovičová  
zo zbierky Úvahy o láske, živote  
a sklamaní

## Aprílový dáždňik poézie

Opäť jedna krásna akcia. Naša klientka sa zúčastnila podujatia s prednesom svojej vlastnej tvorby. Vyslúžila si za to ocenenie aj od p. Daniela Heviéra. Ďakujeme



## Stavanie Mája

Tradície treba dodržiavať. Opäť jedna príležitosť na zabavenie. Začali sme krátkym príhovorom riaditeľky, klienti si pripravili krásny tanečný program na ľudovú nôtu a potom nasledovala voľná zábava s hudbou a občerstvením - nie je nad masťený chlieb s cibuľou. Májová veselica, ako má byť.



poruchy sústredenia, učenia, komunikácie, alebo možno priamo diagnózu. Na základe výsledkov bude možné vypracovať plán terapie, korekcie a potrebného tréningu.



## *Ivanke a Veronike*

*Za všetko Vám ďakujem.  
Básničku vám venujem.  
Veľa šťastia, radosti a i Božej milosti.*

*Ivanka a Veronka nech vás práca naplňa  
a radosť vám rozdáva.  
A vaše oči nech láskou stále žiaria  
a Božia láska hojne žehná.*

*Vaša radosť nech vždy v očiach žiari  
a majte vždy ten váš úsmev na tvári.*

*Toto Vám prajem, ja, Oľga, vaša verná priateľka.*

Oľga Křoková



Milan Šlesárik

## O láske I

*Milujem ťa a rada ťa mám,  
nechcem žiť a preto hrám,  
za lásku krásnu,  
čo získať chcem,  
preto ťa i naďalej milovať budem.*

Henrieta Hesheimerová

## O láske II

*Keď sa s chlapcom pohneváš,  
radšej sa mu vyhni,  
keď ho v roku stretneš,  
tak mu jednu švihni  
a to takú podľa vkusu,  
chyť ho za krk a daj mu pusú.*

Henrieta Hesheimerová



Kristián Bartoš

## Zapojili sme sa do projektu ELDIS SOCIO

Konzorcium spoločností WELLNEA r. s .p., s. r. o., TENENET o. z., EVERLUTION s. r. o. a VIRTUAL EVERYTHING s. r. o. združené vo výskumnom projekte ELDIS SOCIO pracujú už rok na aplikácii, ktorá pozostáva zo 45 krátkych zábavných hier a 5 videí, ktoré sú určené pre starších ľudí v sociálnych zariadeniach, pre deti v predškolskom veku a zdravotne znevýhodnených ľudí. Sú to hry, pri ktorých je zábava a zároveň sa testujú logické, rozumové, pamäťové a rečové schopnosti a tiež pozornosť, jemnú motoriku, zrakové a sluchové vnímanie jednotlivcov z uvedených skupín ľudí. Pri spĺňaní jednoduchých zadaní hier sa dajú sledovať cez kameru iPadu mimické prejavy tváre, reakčný čas, počet opakovaných nesprávnych riešení a tiež motoriku. Videá poskytnú škálu cvičení, ktoré slúžia na rozvoj a udržanie svalových skupín potrebných na podporu jemnej a hrubej motoriky testovaných. Po ich vzhliadnutí / odcvičení sa v škálovej stupnici zaznamená stav a pocit testovaného. Zozbierané dáta sa budú vyhodnocovať podľa systému, ktorý je základom vyvíjanej aplikácie. Jeho kritériá a spôsob vyhodnocovania zostavil tím psychológov a špeciálnych pedagógov tak, aby mohli starším ľuďom a tiež deťom v predškolskom veku a zdravotne znevýhodneným ľuďom pomôcť odhaliť prípadné náznaky diagnózy, psychické poruchy,

>>>



## Týždeň mozgu v DSS a ZpS Kaštieľ Stupava

V kolegiálnom zariadení sa na nás dobre pripravili. Ukázali nám, čo všetko vďaka mozgu dokážeme, naozaj "Mozog nie je len rozum"! Ďakujeme za príjemne strávený deň.



Erika Kováčová

## O láske III

*Buď v živote šťastný,  
nemaj chvíle tiesne,  
nech sa ti v oku  
slza nikdy nezatiesne.*

Henrieta Heshaimerová



Oľga Kroková



Palko Hudl

## SMUTNÉ/SEBA/POZOROVANIE

*...závidia mi hviezdy a ja bez nich nemôžem žiť.  
Alfredo Le Pera*

Tam dole je  
zabudnutie.  
Na dne pohára  
/v alkohole/  
Oheň už dohára  
a všetko krásne znie.  
Ešte jeden -  
to bude výhra.  
A keď zachveje sa dľaň,  
stačí len chvíľa  
a bude to fajn -  
už neprehrá.  
Všetko sa krásne zmení,  
zastaví slzy...  
Zatvorí staré dvere  
a vstúpi.  
Kam?  
To už nepovie;  
práve mu totiž  
zvoní na pohreb;  
/asi má po výhre/

Zuzana Gašparovičová

## Medzinárodný deň žien

MDŽ u nás prebiehalo asi takto:  
muži zobrali vlastnoručne vyrobené darčeky a išlo sa.  
Potešili všetky - klientky, sestričky, opatrovatelky, upra-  
tovačky sociálne pracovníčky, úradníčky - skrátka všet-  
ky ženy, ktoré stretli. Naozaj sa z toho veľmi tešili. Bol  
to krásny deň.





## Vedomostný kvíz

Súťaže patria k nášmu životu. Vymyslíme tému, zopár otázok a môžeme začať. Keď dáme hlavy dohromady - vieme všetko, keď nevieme, tak sa poučíme. Je to veľmi príjemné dopoludnie.



## SME ...

Trochu sme si blízki  
a trochu sme si cudzí.

Vyzliekam ťa očami,  
o chvíľu možno zošaliem.

Možno ťa pohryziem.

Možno sa popálím.

A možno sa ťa budem báť.

Vyčkaj, zostaň chvíľu stáť  
a povedz, čo si všetko pamätáš?  
vyčkaj, zostaň chvíľu stáť.

Buď ako vodná víla;

krásna ako život,

no nepremeň sa v prach.

A teraz buďme tíško.

Nerušme kolujúcu krv,  
čo občas nás páli v žilách ...

Život si píše svoju knižku.

Boľavú a trpkú;

a jedinečnú zároveň.

Pre niekoho na starom stroji klepká roky.

A pre iného iba deň.

Zuzana Gašparovičová

17.8.2011

Pol muž,  
a pol žena.

Sme.

Trochu divé zviera,  
a trochu ešte dieťa.

Ako voda v jazere;  
keď hádžeš kamene  
a dívaš sa na kruhy v jeho hladine.

Dúha, ktorej maľujeme farby;  
zážitok, ktorý mohol by žiť navždy.

Spomienka, čo sa nebojí;  
vločka snehu,  
alebo len odkvitnuté púpavy?

Trošku drzí  
a trošku nežní.  
Melancholickí  
a pritom vážni.

## Maľujeme pre radosť

Maľovanie nás veľmi baví. Pár farbičiek, výkresy, naše predstavy spolu s rukami vytvoria krásne kresbičky. Kresbičkami si vyzdobíme naše izbičky a tešíme sa, keď sa na ne pozeráme, tešíme sa z toho čo sme dokázali. Robia nám radosť.



Margita Šipošová

## Toastové hody

Kto by nemal rád toasty. Kto by si z nich nedal. Vytiahneme gril a už sa to chystá. Všetko treba dôsledne nachystať, zapievať a .. mňam. Len sa tak za nimi zaprášilo.



Si muž,  
no ja som iba žena;  
šialená a zvláštna  
a možno ešte mláďa.  
Kombinácia literárnej predlohy;  
nazvali ju - tragédia.  
Stará grécka báj.  
Rana, čo sa nehojí.  
Vžiť sa do tohto deja,  
je azda trochu umením.

Príbeh, v ktorom s duchmi  
hráme karty.  
Nekonečne trúfalý.  
Páli ako oheň,  
v ňom sa varia túžby.  
nie, nič netrvá naveky;  
Musia odkvitať kvety,  
a ožívať rieky;  
novou vodou.



Čo myslíš?

Možno sa z nej napiješ,  
možno budeme sa báť;  
možno budeme utekať náhode;  
ako zapadajúce slnko;  
smutné, tiché, krvavé.

Možno ako ruže;  
krehké, pichľavé, voňavé. Možno ako sen;  
a možno, iba jeho tieň.

Zuzana Gašparovičová



Kristián Bartoš

## Valentínska zábava

Valentínska zábava tiež nesmie chýbať. V jedálni sme sa zišli vo veľkom počte. Tancovali sme, fotili sme sa. Prijemne sme sa zabávali.



## Pochovávanie basy

Fašiangy, turice, Veľká noc príde, kto nemá kožuška, zima mu bude ... My sme kožuch nemali, ale mali sme vlniaky, kroje a basu. Zima nám nebola, lebo než sme basu symbolicky pochovali, tak sme si zatancovali a zaspievali. Po programe nasledovala zábava spojená s občerstvením.



## Anjel mieru.

*Tam kdesi v hĺbinách  
temných hôr,  
na rozhraní dvoch ideí,  
rozdíma 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 myrtový  
veniec.*



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

*Zasvätené 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

### ***B ú r k a v d u š i .***

*Nad hlavou sa obloha zmráka,  
je to len sen alebo realita ?*

*V ruke ma chytá krč, je to len  
malý screen ?  
alebo malý sen ?*

## **Naše aktivity a zážitky**

### **Brno - Chrlický slavík 2024**

Boli sme veľmi radi, že nás i tento rok pozvali do Brna. Súťažili sme v speve ľudových piesní v troch duetách a v jednej sólovej veľkonočnej piesni. A mali sme veľký úspech. Umiestnili sme sa na druhom a treťom mieste. A na vyše sme mali spievať ako Báhonský slávici už mimo súťaže. A aj to malo veľký úspech. Budeme radi ak o rok budeme môcť znova prísť zaspievať do Brna.

Ol'ga Kroková



## Galéria



Renáta Kralovičová



Olga Kroková



Robert Drgoň



Mirko Hudl



Iveta Kudláčová

*Neboj sa búrok, žiadna to hrôza,  
len sa ty neboj !*

*Blíži sa víchor - ten ktorý  
mi dušu kvári . . .*

*To je tá noc svätovánska -  
nebeský klud nevysnený.*

*Mal som sen,  
nič moc taký bezvýznamý  
taká habaďúra. . .*

*Len sen bol nanič -  
nič mi nevravel. . .*

*Mám malú búrku v duši,  
v tom je ten malý zázrak,  
ničota existencie.*

*V dialke jedna sova strašne  
húka . . .*

Gabriel Miakič

## **D o m o v .**

*Doma je celkom podomácky  
doma z matkinej  
kvetkovanej tácky káva  
vonia kávou.*

*Doma sme tak trochu  
dolu hlavou vo vankúši  
pokoja.*

*Len doma sa ide do poľa  
posvätné krásne.*

*Len jediná jedna veta  
v mrazivej ľarche vesmíru  
zahreje ťa.*

*Sadni si syn môj, priznaj sa mi.*

*Tak sa stáva, z piesku slov  
zajagá sa zlato.*

*Domov je láska bez výhrad,  
domov je nedôjsť  
na posledný vlak.*

*Len doma z maminej  
kvetkovanej tácky  
káva vonia kávou.*

*Domov ako veľavravné  
riečište  
pomaly z nás steká.  
Smutné ho počuť  
keď usína unavená rieka...*

Gabriel Miakič

## **Šišky**

*Dal som šišky do tašky,  
do tašky, kde patria knižky.*

*Ležím medzi knižkami  
prejedený šiškami.*

„BRAKY“



Oľga Kroková