



Číslo
10/2024

Novinky v Chmelinci

Motto: "Nie každý z nás dokáže robiť obrovské veci,
ale každý dokážeme robiť malé veci s obrovskou láskou."

Matka Tereza

Mesačník pre prijímateľov sociálnej služby CSS - Chmelinec

OKTÓBER 2024



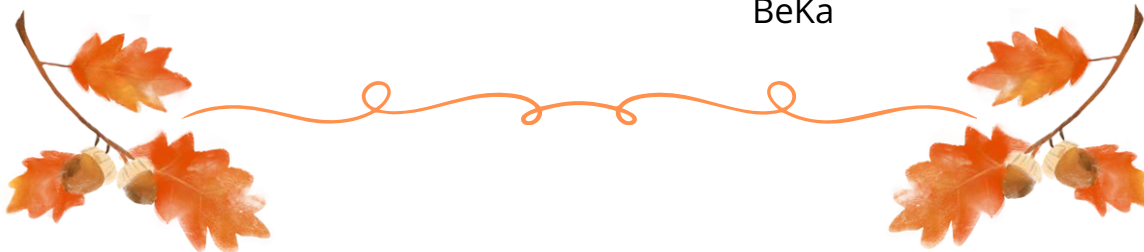
Milí klienti a zamestnanci

Október sa blíži ku svojmu koncu a preto mi dovoľte privítať Vás pri čítaní nášho časopisu. V ňom si zhrnieme všetko to, čo sme spoločne prežili počas mesiaca október.

Pripomenieme si, čím je tento mesiac výnimočný a dôležitý, zaspomíname pri fotkách na radostné chvíle z výletu a zaujímavej výstavy, ale aj zo strihania za úsmev v našom zariadení. Načrieme trochu do histórie, poučíme sa ohľadom zdravej výživy a potrápime si hlavu pri riešení osemsmerovky.

Pohodlne sa usadte, nachystajte si teplý čaj alebo lahodnú kávu a začítajte sa do októbrového čísla Noviniek v Chmelinci.

BeKa



Informácia pre návštevníkov zariadenia

Nakoľko v CSS - Chmelinec prebieha od 09.09.2024 investičná akcia
"Riešenie protipožiarnej ochrany - evakuačné výťahy",

bude v priestoroch zariadenia väčší pohyb pracovníkov zhotoviteľskej firmy, nevyhnutný hluk a prašnosť prostredia a v niektorých etapových častiach staveniska podľa pokynu a upozornenia zhotoviteľa nebude možný pohyb klientov a zamestnancov z bezpečnostných dôvodov, odporúčame návštevníkom zariadenia pre lepší komfort využívať prioritne návštevné miestnosti, prípadne využiť exteriér budovy hlavne z dôvodu dodržania zásad BOZP.

Bližšie informácie Vám ochotne podajú sociálni pracovníci, prípadne zamestnanci recepcie zariadenia.

CSS - CHMELINEC



Novinky v Chmelinci

Mesačník pre prijímateľov sociálnej služby CSS - Chmelinec

OKTÓBER 2024

Obsah vydania:

Číslo strany:

Ak máte záujem sa ku nám pridať s prípravou časopisu, prosím, navštívte nás. Spolu môžeme vytvoriť niečo úžasné pre CSS - Chmelinec!

3 - 4

Október - mesiac úcty k starším

5 - 7

Udalosti v CSS-Chmelinec

8 - 9

Z pera našich prijímateľov

10

Pre šikovné hlavičky

11

Naši oslávenci

Navštívte nás alebo napíšte:
+042/464 1062 kl.20
budova CSS 2, č. dverí 15

Na Novinkách v Chmelinci pracovali:

Anna Šopáková

Mgr. Emília Pankuchová

Mgr. Katarína Behrová - BeKa

Mgr. Alžbeta Kadáková - AKa

Mgr. Ivana Vráblová - IvaV

Mgr. Lenka Krásna - LeKr

Martina Štrbáková - M.Š.



CSS - CHMELINEC



Novinky v Chmelinci

Motto: "Nie každý z nás dokáže robiť obrovské veci,
ale každý dokážeme robiť malé veci s obrovskou láskou."

Matka Tereza

OKTÓBER - MESIAC ÚCTY K STARŠÍM



"Jeseň je obdobím umeleckých diel prírody, ktorá je ako krásna paleta. Takýmto krásnym umeleckým dielom je aj človek v jeseni života. Tvaroval a formoval ho majster život svojimi skúškami, radosťami, ale aj starosťami."

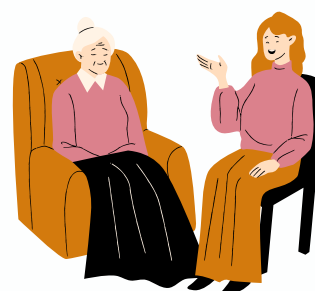
Neznámy autor

V decembri roku 1990 bol Valným zhromaždením Organizácie spojených národov vyhlásený mesiac október za Mesiac úcty k starším. Od 1990 si preto pravidelne každý rok pripomíname, že bez Vás, našich drahých seniorov, obyvateľov CSS - Chmelinec by život bol ochudobnený o všetku Vašu múdrosť, spomienky, cenné rady. Pochopenie, hrejivé slovo sme v detstve s radosťou prijímali od svojich starých rodičov a teraz, keď sú naše sily na vrchole, sa ich my snažíme rozdávať nielen svojim blízkym, ale aj Vám, seniorom, ktorí formovali našu krajinu, svet, ktorý nás obklopuje do podoby, akú má teraz. Je na nás, odovzdávať Váš odkaz ďalej, zveľaďovať, čo vy ste vybudovali.

Ceníme si Vašu každodennú prítomnosť a vieme, že práve ňou dostávame cenný dar. Dar porozumenia, radosti zo spoločne strávených chvíľ, rozhovory, ktorými sa učíme navzájom. A keďže už starosťami, životnými útrapami, rokmi tvrdej práce Vaše ruky stratili niekdajšiu zručnosť, šija už nedokáže niesť starosti života, sme tu pre Vás my, zamestnanci Centra sociálnych služieb, aby sme Vám poskytli odbornú pomoc, uľavili od bolestí duše i tela a postarali sa o to, aby ste tu s nami boli šťastní čo najdlhšie a mohli sa tešiť v pokojnom a krásnom prostredí z návštev svojich detí, vnúčat, pravnúčat...



BeKa





Novinky v Chmelinci

Aj milá báseň môže byť vysvetlením, ako vznikol Mesiac úcty k starším. Stačí sa trochu zasnívať.



Starí rodičia

Starkí sú tu vždy pre nás,
ich je tento krásny čas.
Prečo práve október?
Má to vážny dôvod, ver!
Naši starkí pracovití
v lete sláviť nemôžu.
V záhradke sú stále skrytí,
navzájom si pomôžu.
Ktorý by bol lepší mesiac
ako krásny október,
keď starkí nám vravia sediac:
"Je už ukončený zber.
Všetko máme pripravené
na veľikú, tuhú zimu,
v pivnici sú uskladnené
hrušky, mrkva, kopa džemu."
A tak v kresle spokojne
sedia, pijú sladký čaj,
no a to je vysvetlenie,
prečo nehodil sa máj.

Vtedy všetko poctivo
bolo nutné nachystať,
aby teraz, úctivo,
mali za čo ďakovať.
Ja Vám, starkí, ďakujem,
že sa o mňa staráte,
aj keď niečo vyvediem,
vždy mi lásku dávate.
Vy ste moji starkí zlatí,
vždy na mojej strane ste,
vzácní, dobrí kamaráti,
najlepší ste zaiste.

Napísala: Natália Baránková





Novinky v Chmelinci

Motto: "Nie každý z nás dokáže robiť obrovské veci,
ale každý dokážeme robiť malé veci s obrovskou láskou."

Matka Tereza



Dňa 11.10.2024 sa v CSS - Kolonka uskutočnil 10. ročník Dňa rodiny, ktorého sa zúčastnili aj naši obyvatelia. O zábavu sa postaral kúzelník, hrané divadielko, hudba a dobrá nálada.



Text: AKa
Foto: M.Š.



Novinky v Chmelinci



Výstava motýľov a hmyzu v Novej Dubnici, prechádzka do parku v Trenčianskych Tepliciach



V mesiaci október CSS - Chmelinec navštívilo výstavu hmyzu a motýľov v Novej Dubnici. Pre zúčastnených to bol veľký zážitok, keďže mali možnosť vidieť rôzne druhy pavúkov, chrobákov, škorpiónov a samozrejme motýľov.

Po ukončení výstavy sa zúčastnení presunuli do parku v Trenčianskych Tepliciach, kde si v miestnej kaviarni vychutnali kávičku a sladký koláčik.





Strihanie za úsmev

Tento mesiac sa v zariadení uskutočnilo strihanie za úsmev, ktoré zrealizovala SOŠ obchodu a služieb Púchov. Naši prijímatelia radi využili možnosť nechať si vykúziť módny zostrih za tú najkrajšiu cenu - milý ÚSMEV.



Text: AKa
Foto: M.Š.



Z pera našich prijímateľov

Naša obyvateľka, pani Pankuchová nám napísala zaujímavý článok o priaznivých účinkoch zeleniny a ovocia pre naše zdravie najmä teraz, v jesenných mesiacoch.



Vitamínové dary jesene

Paštrnák, palížeň, cuketa, tekvica, jablčka a iné ovocie a zelenina sa nám priam nikhajú v tomto období.

Cuketa známa svojou jemnou chuťou a všestrannosťou v kuchyni je ideálnou surovinou pre tých, ktorí sa snažia udržať šľachetnú líniu. Medzi hlavné benefity patrí vysoký obsah vitamínu C, ktorý chráni bunky pred poškodením a pomáha udržiavať zdravie pokožky.

Nechýbajú ani vitamíny skupiny B a je bohatá na vlákninu, ktorá podporuje trávenie a reguluje hladinu cukru v krvi.

Vynikajúcim zdrojom vitamínov a minerálov je aj tekvica. Vynika hlavne vitamín A, ktorý prispieva k zdraviu očí. Je v nej veľa minerálov: vápnik, horčík, draslík, železo, meď, fosfor a zinok.

Vedeli ste, že podobne ako melon má aj zeleninu, ale ovocím?

Otvore sa dajú všestranne použiť v kuchyni.

Už sme ju ochutnali a ešte ochutneme aj v našej (kuchyni), ale aj mimo nej. Dobrá chuť a veľa zdravia!

→ jedálne

Mgr. Emília Pankuchová





Z pera našich prijímateľov

Pamätáte sa na krásne prechádzky na púchovský amfiteáter Ilonka na Lachovci? Pani Šopáková nám dnes napísala článok o histórii názvu, ktorý hrdo nesie aj v dnešných dňoch.

Amfiteáter na Ilonke.

Mnohí obyvatelia Púchova iste nevedia, prečo sa hovorí amfiteáteru na Ilonke. Amfiteáter je vybudovaný na pozemku, kde bola krásna zelená lúka pri lesných kresťoch. V ľavom rohu hore bola postavená, jednoduchá chata s balkónom, nad balkónom, na prednej strane strechy bol upravený výsoki nápis bielej farby. **ILONKA**. Na meno majiteľov si nepamätám. Po vojne tam mali modelársky krúžok, keďže tam nebola elektrika, svietili sviečkami, pravdepodobne zabudli zhasnúť a chata sporela.

Amfiteáter bol na mieste starších kúpeľov - Kimmica. Pri starbe priekrady, pri hĺbkových vykopávkach, vytryskla minerálna voda. Výskumom bolo zistené, že je liečivá, že ju treba využiť, amfiteáter musel ustúpiť kúpeľom a bol vybudovaný na Ilonke - na lúke pri Ilonke.

Nad cestou ku amfiteáteru bola lúka, na nej vysadené stromky číslo 1918 1

pani Anna Šopáková



Múdrost má vo svojej podstate trpezlivú disciplinovanosť.
Pam Brown

Nikto nie je taký silný, ako si to o ňom myslíme.
Alice Walker

Ten jeden-jediný krok - zvoliť si cieľ a držať sa ho - mení všetko.
Scott Reed

Môže človeka niečo v živote rozčarovať viac než to, že dosiahol, čo chcel?
Robert Louis Stevenson

Čítivosť a láskavosť nie sú známkou slabosti a zúfalstva, ale prejavom sily a rozhodnosti. Chalil Džibrán

Neodkladaj na zajtra to, z čoho sa môžeš tešiť dnes.
Josh Billings

A zopár krásnych
myšlienok na
Zymyslenie
od pani Šopákovvej



Novinky v Chmelinci

Motto: "Nie každý z nás dokáže robiť obrovské veci,
ale každý dokážeme robiť malé veci s obrovskou láskou.""

Matka Tereza

Pre šikovné hlavičky

OSEMSMEROVKA

Colgate predstavil vo Francúzsku pastu Cue, ktorej meno
používal aj známy lokálny ...

D	U	A	B	H	P	M	R	O	N
O	I	K	A	J	Č	A	M	A	L
Á	Š	R	A	M	O	K	A	A	P
R	U	Ó	N	M	O	R	P	M	S
S	S	N	M	E	N	O	N	D	W
A	K	O	N	D	I	K	C	I	A
G	K	E	D	N	S	L	G	D	N
A	I	L	T	A	N	Í	L	O	K
O	N	E	L	Z	Y	M	Í	I	N
A	V	E	N	I	D	A	V	O	W

SPLN, SODA, BAUD, LAPOINTE, KOMM, SURAH, ISNY,
AVENIDA, WILLIE, BJORN, KONDIKCIA, SUŠI, AVOW,
MAKROKLÍMA, LENO, ÁŠRAM, KOLÍN, NORM, WANK,
GIEN, ELEONÓRKA, LAMAČ, DIDO, NAARN



Novinky v Chmelinci

Naši oslávenci

p. Krcho Pavel	02.10.1940	84	CSSII
p. Slabá Jolana	03.10.1941	83	CSS I
p. Ujhelyiová Silvia	05.10.1985	39	CSS I
p. CHorvát Peter	07.10.1957	67	CSS I
p. Jurčiová Anna	13.10.1932	92	CSSI
p. Škvarna Igor	18.10.1957	67	CSS I
p. Pankúchová Emília, Mgr.	22.10.1947	77	CSS I
p. Mažárová Emília	31.10.1938	86	CSSI

AKa

