



Domov sociálnych služieb

**Rozsutec**

# Furmančan<sup>v</sup>



6. číslo

október 2016

Milí čitatelia,

v tomto čísle Vás prekvapíme novou rubrikou: „Barborkine literárne okienko“. Naša klientka Barborka sa rozhodla, že nás poteší každý mesiac nejakým svojím príspevkom. Dnes si môžete prečítať úvahu na tému: „Čo robí človeka šťastným“.

Ďalej sa tiež dočítate o rôznych októbrových zážitkoch. Predstaví sa Vám náš Danko. A tiež Vám prezradíme, aké máme nové prírastky medzi nami.

Príjemné čítanie Vám želá

Tím autorov



Kde sme boli...

---

## Spievajme na ľudovú nôtu

Vo štvrtok 13. 10. 2016 sme sa zúčastnili 8. medzinárodného stretnutia pri ľudovej piesni - „Spievajme na ľudovú nôtu“.

Program začal ráno o deviatej registráciou účastníkov.

O desiatej začali prvé spevy, ktoré trvali do obeda.

Po obede pokračovali ďalší účinkujúci spevom ľudových piesní až do pol druhej.

Potom nasledovala diskotéka. Do tanca nám hrali Kabrňáci z českého Tluskova.

Piesňami Záhorská dedina, Horenka, horička, hora a Trenčín dolinečka nás reprezentovali Roman, Boženka, Magdalénka, Ruženka a ako hudobný sprievod Jojka, Ondrej, Terezka a Kristínka.

Všetci účastníci si domov odniesli diplom, pamätnú tabuľku a tašku s prekvapením.

Do DSS sme sa vrátili o pol piatej v dobrej nálade ☺.

(TH)





Nová pravidelná aktivita...

---

## Pravidelné korčuľovanie na ľade

Keď nastúpi chladné jesenné počasie, nie je problém schovať sa do hrubých svetrov a kabátov.

V tej chvíli automaticky zabudneme na letnú dovolenku a letné športy, ktoré nás dovtedy hriali pri srdci.

Spomenieme si preto na aktivity, ktoré sa dajú vykonávať aj počas zimy.

Náš klient Roman Kučera spolu s terapeutkou Veronikou sa rozhodli pre korčuľovanie na ľadovej ploche. Toto korčuľovanie je možné vykonávať v blízkosti nášho zariadenia v ICE aréne v Lamači, ktorá obyvateľom tejto mestskej časti poskytuje bezplatné verejné korčuľovanie.



Podľa slov nášho klienta a našej terapeutky tento šport zlepšuje celkový fyzický stav. Cítia sa lepšie, odbúravajú negatívnu energiu a navodia príjemnejšie pocity.

(VG)

Kde sme boli...

---

## Plavecké preteky

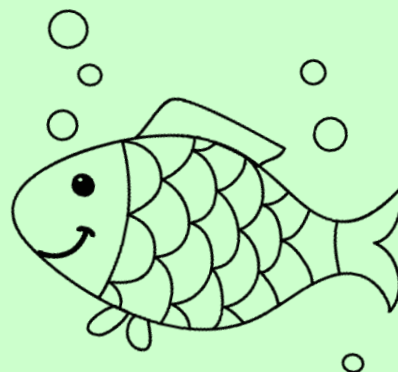
V piatok 21. 10. 2016 sa konali Regionálne plavecké preteky v areáli UK FTVŠ na Lafranconi.



Týchto pretekov sa zúčastnili aj naši plavci: Roman, Robko, Marienka, Monika, Danka a Magdalénka. Zasúťažili sme si mohli v disciplínach ako sú kraul, prsia, preplávanie s pomôckou alebo bez pomôcky a zmiešaná štafeta vo voľnom štýle. Naši plavci nám do DSS Rozsutec priniesli medaile. Na dráhe 50 metrov si 4. miesto vyplával Roman. Na 25 metrov si 5. miesto vybojovala Magdalénka. Marienka sa vrátila so striebrom z trate plávania s pomôckou na 16 metrov a Danka s bronzom v rovnakej disciplíne. Na dráhe 16 metrov bez pomôcky nám Robko vybojoval striebornú medailu a Monika sa v tejto istej disciplíne umiestnila na peknom 4. mieste.



Našich plavcov na tejto súťaži povzbudzovali a podporovali Ondrej a terapeutka Veronika. Všetkým plavcom gratulujeme a tešíme sa z ich víťazstva.  
(VG)



**Máme nový prírastok...**

---

## **Ryby, rybky, rybičky... 😊**

V akváriu pribudli nejaké nové rybičky, ktoré Vám chceme predstaviť.

### **Mrenka pakistanská**

Do akvária nám priplávali dve rybky tohto druhu.

Mrenka pochádza z Pakistanu.

Dosahuje asi 10 cm veľkosť.

Je to mierumilovná rybka vhodná do spoločenských akvárií.



### **Slimák neritina**

Slimáček v našom akváriu slúži k požíeraniu rias a jeho následnému vyčisteniu.

Dosahuje veľkosť 3 cm.

Je to veľmi obľúbený slimák medzi chovateľmi.



### **Prísavník jednopruhý**

Dve rybky u nás pochádzajú z Brazílie.

Sú to aktívne rybky, ktoré čistia akvárium od zvyškov potravy.

Aktivitu prejavujú v noci.

Cez deň odpočívajú prisaté na skle, rastline alebo kameni.



### **Živorodka ostroústa**

Tri rybičky tohto druhu nájdete v našom akváriu.

Rybky pochádzajú so strednej a južnej Ameriky.

Sú to všežravce.

Základom stravy by preto mala byť pri ich chove pestrosť.





Chovu rybiek v našom akváriu sa venuje klient Béd'o.

Požiadali sme ho o krátke interview.

### **Ako dlho sa venuješ chovu rybiek?**

Od roku 2007. Najprv sa im venoval vedúci, ktorý tu pracoval. Keď odišiel som sa im začal venovať ja. Ešte pred jeho odchodom ma naučil, ako sa o ne starať.



### **Aké rybky chováš?**

Chovám Gubky, ktorým sa u mňa darí. Ešte tu máme prísavcov. Oni sú v akváriu najstarší. Môžu sa dožiť až 20 rokov.

### **Čo jedia takéto rybky?**

Vločky Tetra.

### **Ako často ich krmíš?**

Raz za tri dni. Oni vydržia byť hladné aj 14 dní.

### **Ako sa staráš o akvárium?**

Čistím filter. Dávam tam vodu, keď je jej málo. Raz za 2 mesiace prečistím štrk.

(PK)

### **OZNAM**

Je možné, že v najbližšej dobe bude mať voda v našom akváriu bielu farbu. Počas týchto pár dní dôjde k hĺbkovému čisteniu akvária a nebude v ňom vidno naše rybky. Po pár dňoch bude voda opäť priehľadná.

**Chcem sa Vám predstaviť...**

---

## **Danko**

### **Predstáv sa nám...**

Volám sa Danko.

Som šťastný človek.

To je všetko.



### **Čo máš rád?**

Mám rád Vianoce.

Má rád sladkosti, keď mamina napečie.

### **Čo rád robíš?**

Rád maľujem, spievam, cvičím, plávam.

Rád chodím na športové hry.

Rád sa usmievam.

Rád chodím do kostola, aj na spovede, aj na prijímania.

To mám rád.

Rád sa stretávam s duchovným.



### **Čo to znamená – rád sa stretávam s duchovným?**

Keď si niečo pekné prečítam.



### **Koho máš rád?**

Veroniku, Magdalénku, Terezku, Petrušku a Karolu.

Všetkých mám rád.



### **Čo robíš cez víkendy?**

Chodievam s maminou na Železnú studničku.

Počúvam hudbu – dychovky.

Rád si zatancujem a zaspievam.



### **Kým by si sa chcel stať?**

Rušňovodičom.



**Oblíbená farba:** fialová.

**Oblíbené jedlo:** knedľa, kapusta a mäsko.

**Oblíbené zvieratko:** mačička.



**Oblíbená kvetinka:** ľalia.

**Oblíbené počasie:** keď je leto. Pekne teplo. Nemám rád keď prší.

**Oblíbené miesto:** v spoločenskej miestnosti. Mám rád spoločnosť.

(PK)



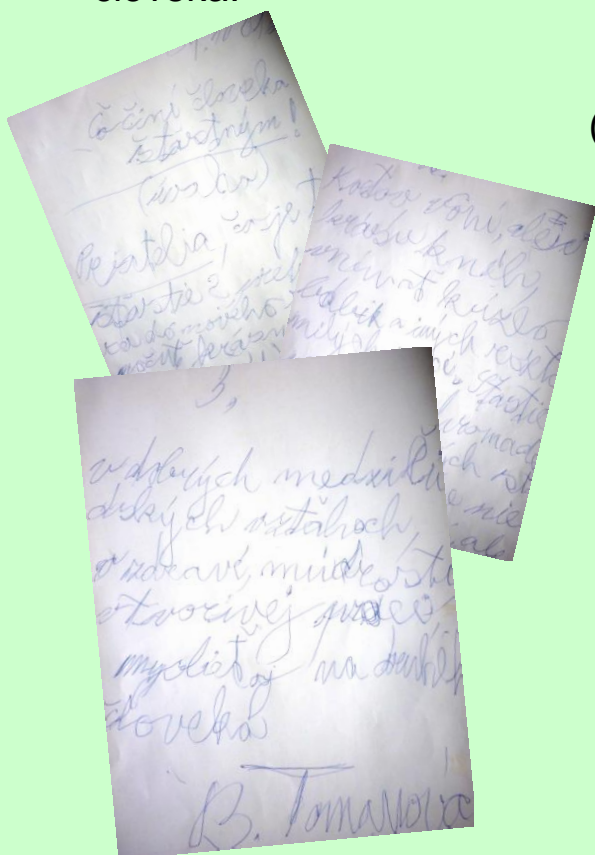
## Čo činí človeka šťastným (úvaha)

Priatelia, čo je to šťastie? Prebudiť sa do nového rána? Počuť krásne slovo (mám Ťa rád)? Vnímať krásu ľudí, zvierat, kvetov vôní? Alebo krásu kníh? Vnímať kúzlo bábik a iných roztomilých vecí?



Šťastie nespočíva v hromade materiálnych statkov a hlavne nie vo veľa peňazí, ale spočíva v maličkostiach, dobrých ľudských vzťahoch, v zdravej múdrosti, v tvorivej práci a myslieť aj na druhého človeka.

(prepis rukopisu od Barbory Tomanovej)



**Dozviete sa v ďalšom čísle...**

---

V najbližšom čísle Vám napíšeme o

- novembrových zážitkoch
- bowlingu
- niekom z nás
- a ďalšom...



**O pesničke Diridonda a futbalistovi Maradona...**

**Edko:** Kto spieva Maradonda?

**Terezka:** Ja neviem. Nepoznám takú pesničku. Danko, Ty poznáš pieseň Maradonda?

**Danko:** Poznám. To je ten futbalista.



Časopis sme sa snažili tvoriť v súlade s pravidlami pre tvorbu ľahko čitateľného textu.

Na tvorbe časopisu sa podieľali:

- Petra Kobolková – tvorba textov, celková úprava
- Veronika Gábriková – tvorba textov
- Terézia Horniaková – tvorba textov
- Barbora Tomanová – prispela rukopisom
- A samozrejme fotografi z rad zamestnancov a klientov nášho zariadenia

V časopise sme tiež použili voľne dostupné obrázky z internetu.

Vydané v Novembri 2016

Domov sociálnych služieb Rozsutec

Furmanská 4

841 03 Bratislava

tel.: 02/64 28 73 72

mobil: 0903 651 881

email: [dssrozsutec@dssrozsutec.sk](mailto:dssrozsutec@dssrozsutec.sk)

[www.dssrozsutec.sk](http://www.dssrozsutec.sk)