

# Vitalisoviny

ČASOPIS O ŽIVOTE (NIELEN) V CENTRE

Sviatky v CSS   Kufor spomienok   Letom - svetom: Spišská Kapitula   Vyroberte si plstené srdiečko



ČO ROBIEME KEĎ  
ROBIEME?

PRÍHOVOR  
MANAŽÉRKY  
KVALITY

Feb 2022 / Číslo 2

# Súťaž o najkrajšie logo časopisu pokračuje

Vážení čitatelia,

náš časopis má už svoje meno a svoj obsah, ktorý však radi obohatíme aj vašimi nápadmi, radami, či vašou tvorbou. Na vašom názore záleží.

Akékoľvek nápady, tipy a názory nám môžete zasielať na emailovú adresu [vitalisoviny@cssvolgpo.sk](mailto:vitalisoviny@cssvolgpo.sk)

Ak takúto možnosť nemáte, stačí ak oslovíte niekoho z redakčnej rady a osobne sa s vami radi stretne a prejednáme váš podnet.

V prvom čísle bola vyhlásená súťaž o logo časopisu VITALISOVINY.

Súťaž stále prebieha, ešte vždy máte možnosť zapojiť sa. Čakáme na Vaše nápady. V prípade, že nemáte technické možnosti zaslania loga, stačí keď sa nám ozvete a spolu to dáme do elektronickej podoby.

Vít'azné logo bude zdobiť ďalšie čísla časopisu a autor bude aj odmenený malou pozornosťou. Staňte sa aj vy "spoluvytvorcom" Vitalisovín :)

**Autor  
vít'azného  
návrhu  
dostane sladkú  
tekutú odmenu**

## REDAKČNÁ RADA:

Bc. Monika Horváthová

Magdaléna Hrivniaková

Bc. Veronika Juščáková

Mgr. Lenka Sakáčová

Mgr. Mária Smereková

Pozvanie na spoluprácu pri výbere tém a distribúcii časopisu prijali aj Ing. Viera Hadzimová a Janka Durinová

# „ALEA IACTA EST“ – KOCKY SÚ HODENÉ (GAIUS JULIUS CAESAR)

Vážení a milí čitatelia.

Dovoľte mi poďakovať všetkým prijímateľom sociálnych služieb a zamestnancom nášho zariadenia, ktorí prispeli k tvorbe nášho časopisu svojimi nápadmi, radami, podnetmi, osobnými príbehmi či svojím časom. Nemalé poďakovanie patrí aj nášmu zriaďovateľovi Prešovskému samosprávnemu kraju a osobitné poďakovanie pani riaditeľke za jej ľudský prístup, trpezlivosť a pochopenie. Bez toho všetkého by ďalšie číslo Vitalisoviny ani nemohlo vzniknúť. Veľkou mierou prispievame všetci k podobe nášho zariadenia vo vnútri aj navonok.

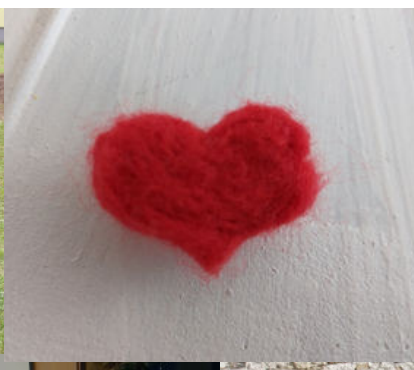
Osobne ma veľmi prekvapilo a zároveň aj potešilo aký záujem o „veci verejné“ sa rozprúdil v našom zariadení. Vnímam aj zmenu pracovnej atmosféry a závan novej energie a chuti robiť veci lepšie.

Nech je pre nás všetkých povzbudením aj prístup sponzorov, ktorí pomohli a stále pomáhajú nášmu zariadeniu. Nemenej obdivuhodné je aj množstvo anonymných darcov, ktorí do malých krabičiek od topánok dokázali vtesnať mnoho lásky pre našich klientov. V roku 2022 nás čakajú mnohé aktivity, ktoré veríme žiadna „zloba“ neprekazí. Pozývame Vás k spolupráci a tvorbe nášho spoločného časopisu. Každý Váš nápad je vítaný - na Vašom názore nám záleží.

Pred nami je najvýznamnejší kresťanský sviatok Veľká Noc. Je to najväčší zázrak v dejinách ľudstva. Vzkriesenie. Smrť a zlo boli porazené. Prajem nám všetkým, aby sme si z toho zázraku vzali poučenie, silu, povzbudenie a nádej. Pravda zvíťazí.

Za redakčný tím časopisu Vitalisoviny  
Magdaléna Hrivniaková





# OBSAH

Príhovor manažérky kvality	5	22	Príbeh na jednu stranu - Masky
Boli sme pri tom	6	23	Vlastná tvorba pani Chrebetovej
Zo života zariadenia	10	24	Letom - svetom
Čo robíme, keď robíme	12	28	Vyrob si sám
Kufor plný spomienok	15	31	Kam v meste
Zdravotné okienko	16	32	Veľ'konočné tradície
Receptár	17	33	Lúšteniny
A dost'!	18	34	Vyhrali sme
Sviatky u nás v CSS	21	35	Novoročný vinš

# Príhovor manažérky kvality

Nový rok 2022 je už „za našimi dverami“. Verím, že v starom roku sme nechali všetko to zlé, čo narúšalo naše osobné, rodinné či pracovné vzťahy a bránilo nám posunúť sa ďalej.

Ešte v starom roku sme začali kráčať cestou prvých zmien a noviniek – občasník Vitalisoviny je toho ukázkovým príkladom. Je to cesta dlhá a náročná. Postupne máme snahu posunúť sa nielen ku kvalite poskytovania sociálnych služieb, ale aj ku kvalite ako takej a to vo všetkom. Veľa vecí sa budeme musieť naučiť a zabudnúť na to, ako sa to robilo doteraz. Vitalisoviny budú v tlačenej podobe podávať obraz o tom, čo sa u nás deje.

Verím, že základná slušnosť, fungujúce medzil'udské vzťahy, ochota pomáhať si či l'udskosť, morálka a vzájomná spolupatričnosť sa stanú prirodzenou súčasťou všetkého, čo budeme spoločne robiť a pomôžu nám dosiahnuť naše ciele a plány. Pokiaľ dopustíme rozklad našich vzťahov a hodnôt, tak akákoľvek naša snaha bude márna. Pracujeme totiž na spoločnom diele, ktorým je zariadenie CSS Vita vitalis. Ako to bude vyzerat' a fungovat' v jeho vnútri a aké meno o nás pôjde v komunite je len a len na nás. Nie sme súpermi, ale hráčmi jedného tímu, ktorý sa neustále rozrastá. Na tomto mieste by som chcela medzi nami ešte raz privítať manažérku ošetrovateľsko-opatrovateľského procesu – Bc. Miriama Oslovičová. Verím, že bude profesionálnou, ale aj l'udskou oporou nielen pre vedenie a zamestnancov, ale aj prijímateľov sociálnych služieb v našom zariadení.

Takisto chcem vyzdvihnúť usilovnú a obetavú prácu všetkých tých zamestnancov, ktorí svoju prácu robia naozaj s láskou a vnímajú ju ako poslanie. Čo presne robia, keď robia, sa budeme môcť pravidelne dočítať aj vo Vitalisovinách v rubrike „Čo robíme, keď robíme“.

V tomto roku nás čaká veľa práce. Aký bude rok 2022 záleží do istej miery aj na nás všetkých. Nielen čitateľom Vitalisovin, ale aj všetkým zamestnancom a prijímateľom sociálnej služby prajem, aby aj napriek názorovej rozdielnosti sme dokázali vidieť náš spoločný cieľ a pomáhali s jeho napĺňaním.

Tricia Cunningham povedala, že „ten, čo hovorí, že sa to nedá, by nemal zavádzať v ceste tým, ktorí sa o to pokúšajú“ (Tricia Cunningham). Nech teda na našej spoločnej ceste za kvalitou stretávame čo najmenej neprajníkov a zdolávame čo najmenej prekážok a problémov.

Mgr. Mária Smereková



# 50 rokov sme tu pre Vás



Výročie je príležitosťou, aby sme sa obzreli do minulosti, pripomenuli súčasnosť, ale hlavne s pokorou poďakovali.

Dňa 30.8.2021 sme si pripomenuli 50. výročie zariadenia CSS VITA VITALIS Prešov (dnešný názov). Od hanlivého pomenovania (Ústav pre telesne chybných dospelých) sa zariadenie dopracovalo až k dnešnému serióznemu pomenovaniu Centrum sociálnych služieb VITA VITALIS Prešov.

Slávnosť usporiadaná pri tejto príležitosti mala nádych výnimočnosti a zároveň sme sa v dôsledku pandemickej situácie mohli zísť po veľmi dlhom čase slávnostne naladení. Pozvanie prijali vzácní hostia: za zriaďovateľa - Ing. Pavel Slaninka, PhDr. Monika Fuchsová, riaditelia zariadení sociálnych služieb spadajúcich pod PSK - CSS Clementia - Mgr. Nirodová, CSS Domov pod Tatrami - PhDr. Bolisegová, CSS Kežmarok - Mgr. Pichnarčíková, Domov pre seniorov Stará Ľubovňa - Ing. Mucha, DSS sv. Jána z Boha - Mgr. Ondrišová, DSS Sabinov - Mgr. Petriková, DSS Brezovička - Mgr. Tomus.



Oslava sa začala spoločnou výsadbou „LIPY NÁDEJE“, ktorá je nielen symbolom slovanstva, ale má ambíciu stať sa miestom pre odpočinok, relax, stíšenie či modlitbu. Nebo hneď doprialo vodu a lipa za výdatného dažďa zapustila svoje korene. Vzácní hostia, zamestnanci a hlavne prijímatelia sociálnych služieb sa následne zúčastnili aj pripraveného programu.



Program začínal slávnostnou svätou omšou, ktorú celebroidali miestni kňazi starajúci sa o napĺňanie duchovných potrieb PSS a zamestnancov v našom zariadení.

Na úvod bolo uvedené do života 1. číslo nášho časopisu Vitalisoviny. Tejto úlohy sa výborne zhostili Ing. Slaninka spolu s p. riaditeľkou Mgr. Sisákovou a členovia redakčnej rady pod vedením M. Hrivniakovej.



Na slávnosti sa predstavilo aj nové logo zariadenia, ktorého autorkou je Bc. Martina Ďuricová a ktoré do finálnej podoby poskladali samotní prijímatelia.

Do druhej polovice sa program osláv preklopil vystúpením folklórneho súboru Dúbrava a vystúpenie skupinky dievčat "Mažoretky Flowers Prešov".

Ľudové vystúpenie doplnila aj šarmantná speváčka Veronika Rabada, ktorá svojím krásnym a zvučným hlasom rozospievala hostí aj domácich.

Ani naši prijímatelia sociálnych služieb sa nenechali zahanbiť a predviedli relaxačné cvičenia pod vedením skúsenej sestry v ZSS Bc. Moniky Horváthovej. Do programu sa zapojili aj naši mladí PSS z ambulantnej formy prednesom básní a spevom pod vedením inštruktorky sociálnej rehabilitácie Bc. Simony Ivaneckej.



OSLAVUJEME...





Zlatý klinec programu bolo vystúpenie hudobnej skupiny Drišľak s nezabudnuteľnými komentármi jej „principála“.

Významnú časť programu tvorila diskotéka pre prijímateľov, ktorú hudobne zabezpečoval DJ pán Bergel.

Chodby zariadenia boli vyzdobené nielen slávnostným šatom, ale život zariadenia si prítomní mohli prezrieť aj na vytlačených fotografiách na veľkopriestorových nástenkách zariadenia.

Slávnostnú atmosféru upevnila aj slávnostná recepcia pre hostí, ktorú pracovníci stravovacieho úseku pripravili na vynikajúcej úrovni. Nezabudli však ani na prijímateľov sociálnych služieb a aj pre nich bolo pripravené občerstvenie.

Viac o akcii možno napovie fotogaléria ...







## **50 rokov je história, tradícia, skúsenosť, ale aj záväzok pre budúcnosť.**

Naším cieľom je naďalej vytvárať podmienky a poskytovať služby, kde najhlavnejšou prioritou je prijímateľ sociálnych služieb, ktorý však má dostatočnú kontrolu nad svojim životom a zariadenie má ambíciu vytvoriť také prostredie, ktoré on bude vnímať ako svoj domov.

50-tka je určitý zlom, možno aj šanca ako napraviť chybné kroky minulosti. Každopádne je to šanca na vytvorenie klímy zameranej na akceptovanie a holistický prístup k prijímateľom.

Naše zariadenie potrebuje zamestnancov, ktorí budú chcieť poskytovať kvalitné sociálne služby.

Zariadenie už dnes mnoho takýchto zamestnancov má a ich snaha sa začína prejavovať. Veríme, že prítomnosť zástupcov zriadovateľa prispeje k ďalšej jeho pomoci zariadeniu, ústretovosť sponzorov, ochotu dobrovoľníkov a pochopenie a podporu aj zo strany rodinných príslušníkov.

Jedine spoločnými silami vybudujeme pre našich prijímateľov domov, v ktorom pocítia lásku, starostlivosť a duchovnú podporu.

**“Vítazi sa nikdy nevzdávajú a tí, ktorí sa vzdávajú, nikdy nevyhrajú.” – Vince Lombardi**

# PROJEKT SPP - VYVÝŠENÉ ZÁHONY

V roku 2021 sa v zariadení zrealizoval projekt „Vyvýšené záhony“ podporený Nadáciou SPP.

Pôvodná myšlienka ISR Hrivniakovej v spolupráci s PSS p. Berešom - vytvoriť pracovný priestor, kde by nielen on, ale aj prijímatelia sociálnych služieb mohli získavať nové zručnosti alebo rozvíjať existujúce schopnosti v oblasti záhradníctva, sa pretavila v konkrétnom projekte, ktorý zapôsobil na členov Nadácie SPP a dobrú myšlienku sa rozhodli finančne podporiť.

Donorom projektu bola nielen samotná Nadácia SPP, ale aj súkromní darcovia, dobrovoľníci a firmy, ktorí venovali zariadeniu hlinu do vyvýšených záhonov vrátane dopravy a vykládky v mieste realizácie.



Ciele stanovené v projekte sa podarilo naplniť. Boli zakúpené tri vyvýšené záhony, vrchná výsadbová hlina, izolačný materiál, sadenice kvetov, cibul'oviny a pod. Prijímatelia sociálnych služieb, ktorí sa zapojili do projektu si pod vedením skúsených údržbárov p. Maníka, p. Ferka a p. Tomáša vyskúšali aj samotnú montáž vyvýšených záhonov, ktoré sa dodávajú v demontovanom stave.

V rámci projektu boli zrealizované aj tematické prednášky z odboru záhradníctva o pestovaní, využití a ochrane rastlín. PSS z 2. oddelenia starej budovy samostatne vysadili vresy a cibul'oviny (tulipány, narcisy), ktorých krása sa ukáže na jar. Srdcovou záležitosťou je aj záhon levandulí, ktoré svojou vôňou budú robiť radosť po celý rok. V záhonoch si svoje miesto našli aj bylinky - mäta a medovka, ktoré ak sa príjmu, budú robiť radosť dlhodobo.





PSS si vyskúšali aj aranžovanie kvetov, prípravu čaju z bylínok či presádzanie interiérových kvetov. Práca s prírodným materiálom oslovila mnohých PSS.

Projekt má ambíciu byť vzorom a príležitosťou, ako sa veci dajú robiť. Vyvýšené záhony sú pre vozíčkarov jedinečná šanca ako sa venovať pestovaniu kvetov, ovocia či zeleniny. Záhony sú strategicky umiestnené tak, aby mali dostatok svetla, ale aj polotieň, aby boli viditeľné pre čo najväčší počet PSS a zamestnancov, a tak robili radosť všetkým.

Práca okolo vyvýšených záhonov je „beh na dlhé trate“. Víziou je aj ďalšia úprava okolia záhonov s miestom na posedenie, tak aby sa v pokoji mohol tešiť každý, kto s dobrým úmyslom pôjde okolo.

Prvé tri vyvýšené „lastovičky“ už pristáli na dvore zariadenia. Veria, že čoskoro k nim pribudnú aj ďalšie a spríjemnia prostredie zariadenia.

# Čo robíme, keď robíme

## ÚSEK FYZIOTERAPIE

V tejto rubrike by sme vám chceli predstaviť zákulisie jednotlivých úsekov nášho zariadenia. Pozvanie tentoraz prijali zamestnanci úseku fyzioterapie. Predstavujeme Vám Lauru, Tamaru, Moniku, Tomáša a Vila.



### **LAURA**

Odpracované: 2 mesiace  
Oblíbená kapela/spevák:  
Miro Žbirka  
Oblíbený herec: Johnny  
Depp



### **TAMARA**

Odpracované: 34 rokov  
Oblíbená kapela/spevák:  
Elán, Kristína  
Oblíbená herečka: Zdena  
Studenková



### **MONIKA**

Odpracované: 25 rokov  
Oblíbená kapela/spevák:  
Michal Dávid  
Oblíbený herec: Jozef  
Kroner

## Čo je náplňou našej práce:

Cieľom je obnoviť hybnú a psychickú funkciu organizmu. Rehabilitačný program pozostáva z troch zložiek - liečebnej telesnej výchovy, elektroliečby a vodoliečby. Celý rehabilitačný proces je neoddeliteľnou súčasťou poskytovaných služieb CSS Vita Vitalis. Procedúry sa poskytujú klientom, ale aj zamestnancom.





### **TOMÁŠ**

Odpracované: 4 roky

Oblíbená kapela/spevák:

Estas Tonne

Oblíbený herec: Keanu

Reeves



### **VILO**

Odpracované: 14 rokov

Oblíbená kapela/spevák:

Everlast

Oblíbený herec: Nicolas

Cage

## A čo nám na seba prezradili?

### ČO UROBÍTE AKO PRVE, KEĎ PRÍDETE DO PRÁCE?

Tamara: Vyvetrám a zapnem prístroje, skontrolujem oddelenie.

Laura: Prezlečiem sa do pracovného a vypijem si kávičku.

Monika: Otvorím okná a zapnem prístroje.

Tomáš: Pred prácou si zacvičím a osprchujem sa.

Vilo: Sadnem si a vypijem si kávičku, prezlečiem sa do pracovného.

### BOJÍTE SA COVIDU?

Tamara: Nebojím sa, pretože užívam antivirotiká, som pozitívne naladená.

Laura: Nie, nemám strach, čo má prísť príde.

Monika: Covid som prekonala ako prvá, dúfam, že sa už nenakazím.

Tomáš: Peniaze a strach som nikdy nemal.

Vilo: Zamestnávateľ nám poskytuje ochranné pomôcky a dodržiavaním hygienických návykov niet sa čoho báť.

### TEŠÍTE SA NA DOVOLENKU?

Tamara: eším sa.

Laura: Veľmi sa teším na dovolenku, oddýchnem si a načerpám sily.

Monika: Áno, väčšinou oddychujem na záhrade.

Tomáš: Teším sa, pretože plánujem dovolenku do zahraničia

Vilo: Teším sa, pretože môžem tráviť čas so svojou dcérkou.

### AKÝ JE VÁŠ NESPLNENÝ SEN?

Tamara: Rada by som navštívila Moskvu.

Laura: Môj nesplnený sen je navštíviť Mŕtve more.

Monika: Sny sú na snívanie.

Tomáš: Mne sa všetky sny plnia, som šťastný človek.

Vilo: Pomáhať celému svetu.

## BERIETE ŽIVOT S HUMOROM?

Tamara: Samozrejme, iskra humoru je nesmierne dôležitá, zvlášť v tejto dobe.

Laura: Áno, život je ako bomboniéra, každý kúsok je jedinečný.

Monika: Som veselý človek, mňa urazí len inteligent.

Tomáš: Neberme život príliš vážne, aj tak z neho nevyvážneme živí.

Vilo: Humor patrí k práci a životu.

## MÁTE NÁVOD NA ŠŤASTNÝ ŽIVOT?

Tamara: Láska, viera, nádej.

Laura: Byť racionálne úprimný.

Monika: Môj návod je kompromis.

Tomáš: Žiť v prítomnom okamihu a zistiť kto som, tešiť sa z každej chvíle, jednoducho byť šťastný.

Vilo: Obklopovať sa dobrými ľuďmi, nakoľko som mal šťastie na svojich kolegov.







# Kufor plný spomienok: Zuzana Šestáková

Narodila som sa v Prešove. Mám štyroch bratov a jednu sestru. Vyrastala som na Volgogradskej ulici, bývala som s rodičmi v štvorizbovom byte, kde som prežila svoje krásne detstvo.

Základnú školu som navštevovala na Mukačevskej ulici. Strednú priemyselnú školu potravinársku som absolvovala v Trebišove, po maturite som nastúpila na vojenskú školu do Nového Mesta nad Váhom. Po dvoch rokoch štúdia na tejto škole som nastúpila do prvého zamestnania – bol to vojenský útvar v Litomericiach. Pracovala som vo funkcii – náčelník tajnej spisovne. Pôsobila som tam rok a pol. Odtiaľ ma prevelili do Karlových Varov, kde som pracovala na logistickom oddelení 25 rokov.

Vydala som sa v máji 1989, môj manžel bol tiež vojak z povolania, slúžil taktiež v Karlových Varoch, kde sme sa aj usadili a máme spolu dvoch synov.

Po 16 – ročnom zväzku som sa rozviedla. Po rozvode som ochorela, prekonala som NCMP, ktorá mi spôsobila ochrnutie celej ľavej strany tela. Po absolvovaní rehabilitačných procedúr v rôznych zariadeniach v Čechách, som sa vrátila späť do Prešova.

Momentálne som v zariadení Vita Vitalis, bývam tu už štvrtý rok, mám samostatnú izbu, som vdačná a hrdá na všetko, čo som v živote dosiahla.



# Schizofrénia

Ako sa prejavuje, dá sa liečiť, je dedičná?



Schizofrénia – je závažná chronická porucha, ktorá znižuje kvalitu života človeka. Zasahuje do ľudského myslenia, vnímania, prežívania a konania. Pri tomto ochorení neexistujú preventívne opatrenia, preto je potrebná včasná diagnostika a liečba. Je sprevádzaná halucináciami a bludmi. Trpí ňou viac ako 21 miliónov ľudí na svete. U mužov je typický nástup medzi 15-25 rokom a u žien medzi 25-35 rokom života.

Príčinou tejto choroby sú kombinácie, a to vrodené – dedičnosť a priebeh tehotenstva, vplyvy prostredia a udalosti, ktoré prežil. Zdedia sa len dispozície, nie ochorenie. Schizofrénia sa vyskytuje najviac u ľudí, ktorí užívajú drogy – marihuanu, metamfetamín či kokaín, alebo sú závislí od alkoholu či nikotínu.

Príznaky – človek sa uzatvára do seba, prerušuje sociálne kontakty, horšie komunikuje, hovorí nesúvislo – sám pre seba, vykonáva podivné rituály, býva podráždený, stráca záujem o okolitý svet, experimentuje s drogami.

Liečba – v akútnej fáze je potrebná medikamentózna liečba, po zmiernení príznakov nastupujú psychoterapeutické postupy, a to – psychosociálna rehabilitácia -

1. Elektrokonvulzívna terapia – dávkovanie a monitorovanie v celkovej anestéze
2. Psychoterapia – psychoedukácia s farmakologickou liečbou
3. Kognitívno – behaviorálna terapia – tréning sociálnej spôsobilosti, techniky sebainštrukcie

Formy komunitnej starostlivosti sú psychosociálne centrá, socioterapeutické kluby, svojpomocné skupiny.

Ľudia trpiaci schizofréniou sú nadmieru podozrievaví, resp. môžu mať halucinácie, ktoré ich nabádajú k samovražde, čo vedie k tomu, že schizofrenik sa pokúsi o samovraždu.



# Pečený čaj

ČO BUDEME POTREBOVAŤ:

- 1 kg ovocie podľa chuti
- 1/2 kg kryštálový cukor
- 1 PL mletá škorica
- 1 PL klinčeky



AKO POSTUPOVAŤ:

- Ovocie podľa sezóny očistíme, umyjeme a ak ja potrebné, nakrájame na menšie kúsky. Posypeme ho cukrom, mletou škoricou a klinčkami.
- V rúre vyhriatej na 150°C ovocie pečieme asi 30 minút. Potom ho dobre premiešame a rozdelíme do pohárov.
- Hotové ovocie zalejeme vriacou vodou a necháme lúhovať. Čaj pijeme spolu s ovocím.

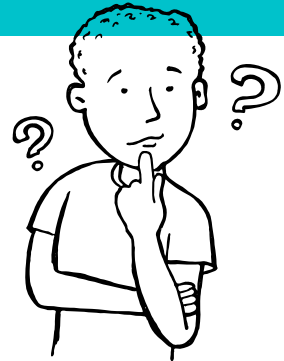


# A DOSŤ!

Podľa „Európskej agentúry pre bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci“ predstavuje stres na pracovisku druhý najčastejší zdravotný problém, ktorý postihuje cca 30% zamestnancov.

Stres pri práci môže byť spôsobený nebezpečenstvami, ako napr.

- zlým rozvrhom a organizáciou práce
- vysokými pracovnými požiadavkami
- slabou kontrolou práce a následným „zvlčením zamestnancov“
- ale aj šikanovaním a násilím na pracovisku.



ŠIKANA je taký spôsob správania, ktorý umožňuje psychickým, alebo fyzickým týraním získať pocit prevahy nad druhým. Šikana pochádza z francúzskeho slova „chicane“, čo znamená zlomyselné obťažovanie, týranie, sužovanie, prenasledovanie. Prejavuje sa v rôznych podobách a formách.

MOBBING - je najrozšírenejší druh šikanovania. Je to psychický alebo fyzický teror, forma agresie a násillia. Mobbing sú cielené a opakované útoky a pokusy o zneváženie povesti určitej konkrétnej osoby, jej práce, jej schopnosti, rodiny a pod. Je to negatívna forma komunikácie napr. šírenie klamlivých informácií, krik. Agresor mobbingu často demonštruje svoju „silu“ aj keď to je v podstate úbožiak a „duševný mrzák“ často so štruktúrnou vadou osobnosti - buď vrodenou, alebo získanou.





Dvaja nemeckí autori Alex Esser a Martin Wilmerath sa pokúsili vydefinovať cca 100 foriem jednania, ktoré sa už považujú za mobbing. Prinášame aspoň niektoré z nich:

1. Sabotáž - úmyselné poškodzovanie pracovných prostriedkov kolegu vrátane ich krádeže.
2. Zosmiešňovanie (slovné, posunkami, kresbami).
3. Hovorenie za chrbtom (šírenie ohovárania a úmyselných poloprávd).
4. Uštipačné poznámky a dvojzmyselné narážky.
5. Zastráňovanie možných spojencov a kamarátov obete mobbingu.
6. Vylúčenie z každodennej komunikácie.
7. Vymyslené obvinenia z psychického ochorenia (napr. "Aké psychiatrické lieky beriete a prečo ste si ich dnes nevzali?").
8. Demonštratívne mlčanie v prítomnosti obete.
9. Manipulácia s výsledkami práce (pridávanie chýb do práce kolegu).
10. Zadržovanie informácií potrebných k práci, alebo ich zámerné skresľovanie.

11. Zámerné neinformovanie o podstatných veciach (napr. termín porady).
12. Nariad'ovanie nezmyselných činností.
13. Nútené dokončovanie nedorobkov za iných (z dôvodu ich dovolenky a pod).
14. Prekvapivé odoprenie pôvodne sľúbenej podpory (často na poslednú chvíľu).
15. Permanentné spochybňovanie kompetencii a právomoci.
16. Úmyselné vytváranie časového stresu pri plnení úloh (náhla zmena pracovných príkazov).

17. Ponižujúca, nevecná, prehnaná a nel'útostná kritika.
18. Zveličovanie aj malých prehreškov a chýb (z komára - somára).
19. Paušálna kritika a zovšeobecňovanie chýb („Vy robíte všetko zle.“).
20. Ignorovanie situácie mobbingu (pozerám inam, neriešim nahlásené, zľahčujem situáciu).
21. Trpenie mobbingu (kto toleruje mobbing iných, nečinne sa len prizerá - ako keby ho sám robil a bol sám spolupáchatel'om).

ANTIMOBING – je neustály a vytrvalý boj za dôstojné ľudské vzťahy na pracovisku a neúnavný zápas za ideály a hodnoty demokracie a humanizmu. Pri antimobingu platí jednoznačne - „Nezostávajúce so svojimi problémami osamote“. Spojením síl sa dá viac vedieť aj viacej dokázať. Mobingu sa dá predchádzať vhodnými preventívnymi opatreniami na pracovisku. Šikanovaniu sa nedarí ani tam, kde vládne dobrá pracovná atmosféra.

Poznáme aj ďalšie podskupiny mobingu ako je napr. BOSSING, STAFFING, KYBERŠIKANA a pod., ale o tých si viac povieme v ďalšom čísle...

Vedenie CSS Vita Vitalisu sa hlási k snahe vytvoriť bezpečné prostredie nielen pre zamestnancov a prijímateľov sociálnych služieb, ale aj pre návštevy, dobrovoľníkov o ostatných priaznivcov Vita Vitalisu. Jeden z najlepších spôsobov, ako odstrániť násilie na pracovisku, je realizovať tzv. politiku nulovej tolerancie pre ohrozovanie a šikanovanie v práci. Vďaka spolupráci a hľadaniu rovnováhy medzi zamestnávateľom, zamestnancami prijímateľmi sociálnych služieb môže byť na pracovisku príjemné prostredie, kde sa každý cíti v bezpečí. (riaditeľka Mgr. Sisáková Terézia)

### **Dôležité info:**

V prípade potreby sa s dôverou obráťte osobne na manažérku kvality Mgr. Smerekovú, Kontakt: kl 59 - interný telefón zariadenia, e-mail: [smerekova@cssvolgpo.sk](mailto:smerekova@cssvolgpo.sk). V prípade núdze aj na zamestnanca, ktorému dôverujete.



### **DÔLEŽITÉ TELEFÓNNE ČÍSLA:**

- 112 - V prípade ohrozenia života a zdravia seba či iného bezodkladne volajte pomoc
- 150 - Požiarna záchranná služba alebo 112
- 155 - Záchranná zdravotná služba alebo 112
- 158 - Polícia alebo 112



# Sviatky u nás v CSS

Mesiac december v sebe ukrýva niečo iné. Niečo výnimočné, niečo sviatočné. Sviatok sv. Mikuláša a vianočné sviatky robia tento mesiac výnimočným.

6. decembra sme aj v našom zariadení oslávili tento milý sviatok sv. Mikuláša. Úlohy sa tohto roku zhostil inštruktor sociálnej rehabilitácie pán Repka, ktorý navštívil každého prijímateľa. Spolu s kolegami zo sociálneho oddelenia porozdávali sladké drobnosti. Našlo sa aj pár odvážlivcov, ktorí Mikulášovi zarecitovali báseň, či spolu s anjelom zaspievali pieseň.



Slávnostná atmosféra pokračovala aj jednotlivu na oddeleniach, kde inštruktori pripravili aktivity spojené s týmto sviatkom. Piekli sa koláčiky crinkles, medovníky, šuhajdy, varil sa punč a niektorí prijímatelia si z ovčej vlny plstením vyrobili srdiečka.

Po tomto sviatku sme sa pomaly začali pripravovať na blížiace sa Vianoce. Na jednotlivých oddeleniach a v spoločných priestoroch postupne pribúdali vianočné dekorácie. O výzdobu sa postaral personál, no ani prijímatelia sa nenechali zahanbiť a prispeli svojou kreatívnou tvorbou. Pre veriacich k Vianociam patrí čas adventu, ktorý je časom duchovnej prípravy. Aj v našom zariadení to bolo tak. Naši prijímatelia mali možnosť pristúpiť k sviatosti zmierenia, či zúčastniť sa na svätej omši v kaplnke alebo na Službách božích za prítomnosti biskupa ECAV.



Aj keď to vonku tak nevyzeralo, atmosféra vo vnútri, zvuk gitary, spievanie kolied, slzy dojatia naznačovali, že Vianoce sú tu. Vďaka projektu „Kol'ko lásky sa zmestí do krabice od topánok“, si aj tento rok každý prijímateľ mohol rozbaľiť ten svoj darček, ktorý osobne odovzdala pani riaditeľka. Završením bola spoločná štedrá večera na jednotlivých oddeleniach.



## Príbeh na jednu stranu

# Masky



Na morskej pláži sa raz stretla Krása so Špatou a povedali si: „Pod’me sa kúpať.“  
Vyzliekli sa, vošli do vody a začali plávať. Po chvíli sa Špata vrátila na breh, obliekla si  
šaty Krásky a odišla svojou cestou.

Potom z vody vyšla aj Krása a keďže nenašla svoje šaty a hanbila sa ostať bez nich,  
obliekla si šaty Špaty. A aj ona odišla svojou cestou. (Khalil Gibran)



Aj dnes sa ešte nájdu muži a ženy, čo sa vydávajú za niekoho iného. Ten, kto už raz  
videl tvár Krásky, ju spozná aj v iných šatách. A tomu, kto videl tvár Špaty, ju nijaké  
šaty nezakryjú...



# Vlastná tvorba - pani Chrebetová

Dnes sa s nami o svoju tvorbu podelila pani Mária Chrebetová. K maľovaniu mala blízko už dávnejšie, avšak intenzívne sa mu ako sama uvádza venuje približne posledných 10 rokov. Vníma to ako svoje hobby a výborný spôsob ako sa môže odreagovať.



Zdroj: [www.unikatneobrazy.sk](http://www.unikatneobrazy.sk)

"Zimný príbeh" - obraz namalovaný v novembri 2021 počas pobytu v ADELI Medical centre v spolupráci s profesionálnymi výtvarníkmi. Obraz bol použitý do dražby a výt'azok z neho bude použitý na financovanie ďalšej rehabilitácie.



Zdroj: súkromný archív p. Chrebetovej



# Letom svetom SPIŠSKÁ KAPITULA

Začiatkom októbra zorganizovali inštruktori sociálnej rehabilitácie jednodňový výlet do jedného z krásnych miest východu – Spišskej Kapituly.

Zúčastnili sa prijímatelia sociálnych služieb z rôznych oddelení zariadenia a pre každého z nich to bol nezabudnuteľný zážitok. Spišská Kapitula očarí svojou krásou, majestátnosťou, históriou, ale aj súčasnými aktivitami. Je to skvelé miesto pre duchovné povzbudenie, pookriatie a načerpanie nových síl.

Pochvalu si zasluhuje prístup zamestnancov Spišskej Kapituly a aj vodičov - pracovníkov Červeného kríža, ktorí nám pomohli prekonať prekážky pri vstupe. Všetci sme si mohli v majestátnosti chrámu posediť, porozjímať, pomodliť sa či len tak obdivovať nádheru starých majstrov, priestor na modlitbu sme využili aj v Biskupskej záhrade, ktorá je na to ako stvorená. Občerstvenie formou horúcej kávy prišlo v chladnejšom ráne mnohým vhod. Ako pamiatku na výlet si klienti odniesli magnetky či rôznych propagačný materiál z informačného centra Spišskej Kapituly.

Prijímatelia ocenili, že mohli byť po dlhšom čase na výlete a práve na takomto vzácnom mieste. Podarilo sa nadviazať kontakt aj s obdobným zariadením Dom Charitas sv. Bosca. Pán riaditeľ Mgr. Dušan Galica PhD. sa teší na našu prípadnú spoluprácu.



## Trocha z histórie Spišskej Kapituly

Spišská Kapitula je starobyľým cirkevným mestečkom, ktorého dejiny sa začali písať už na konci 12. storočia. V r. 1776, kedy cisárovná Mária Terézia a pápež Pius VI. k územia Spišského prepošstva pridali historické župy Liptov a Orava a zriadili Spišské biskupstvo. To si až podnes zachovalo svoje pôvodné hranice. Spišská Kapitula sa vtedy stala sídlom spišských biskupov a katedrálnej kapituly kanonikov. Od r. 1776 dodnes viedlo Spišskú Kapitulu i Spišskú diecézu postupne 14 biskupov. Súčasným spišským diecéznym biskupom je Mons. Štefan Sečka.

Vrchol stredovekého stavebného vývoja zažila Spišská Kapitula v 13. až 15. storočí. Kapitula bola vtedy spolu s blízkyim Spišským hradom kráľovskou inštitúciou. Ako také, sa oba komplexy tešili priamej pozornosti dvora uhorských kráľov z rodu Arpádovcov a Anjouovcov, ale aj magnátskeho rodu Zápol'skovcov.



Nasledujúce, 16. storočie, znamenalo stagnáciu katolicizmu na Spiši, ktorá nastala najmä v dôsledku šírenia reformácie. Obnova katolíckeho ducha v 17. storočí nastala v dôsledku príchodu jezuitov, ktorí sa v Spišskej Kapitule usídlili r. 1648 a založili v širokom okolí známe gymnázium.

V r. 1815 vznikol Spišský kňazský seminár, pre ktorý bol adaptovaný pôvodný jezuitský kláštor.

V r. 1819 zasa v budove pôvodného jezuitského gymnázia vznikol Učiteľ'ský ústav v Spišskej Kapitule, ktorý bol prvým svojho druhu v Uhorsku vôbec.

Po sl'ubných začiatkoch 20. storočia prišli dve svetové vojny, ktoré sa však Spišskej Kapituly v podstate nedotkli.

Horšia situácia nastala po r. 1948 a nástupe totalitného režimu. Ten totiž so sebou priniesol nielen ideologický ale aj priamy fyzický tlak, ktorý vyústil do perzekúcií a násilného zániku takmer všetkých cirkevných inštitúcií Spišskej Kapituly.

Budovy kňazského seminára a učiteľ'ského ústavu najskôr obsadila Československá ľudová armáda a neskôr Zbor národnej bezpečnosti, ktorý tu umiestnil školu pre svojich dôstojníkov. Kanonické domy boli zrekvirované a premenené na ubytovacie kapacity nižšieho štandardu pre zamestnancov JRD. Postupná obnova jednotlivých inštitúcií i zanedbaných pamiatok začala až po r. 1989 a trvá dodnes.

Spišská Kapitula je komplexom budov. Tvorí ju:

- neskororománska Katedrála sv. Martina zo začiatku 13. storočia, goticky prestavaná koncom 15. storočia
- bývalý prepoštský palác z konca 13. storočia, prestavaný v 18. storočí do dnešnej podoby biskupskej rezidencie
- desať domov kanonikov zo 14. až 18. storočia
- kaplnka zo 17. storočia
- bývalý jezuitský kláštor rovnako zo 17. storočia, ktorý bol v r. 1815 prestavaný na Spišský kňazský seminár
- funkcionalistická budova učiteľského ústavu, ktorá pre túto školu bola postavená v r. 1933



Všetky uvedené budovy sú usporiadané do podoby ulice v smere západ – východ. Celý komplex stavieb bol v r. 1665 obohaný jednotnými hradbami, do ktorých sa vstupuje troma hlavnými bránami, umiestnenými na východe a na západe.

Spišská Kapitula bola samostatnou obcou až do r. 1948, kedy sa stala ulicou mestečka Spišské Podhradie.



Je mestskou pamiatkovou rezerváciou a spolu so Spišským hradom a s Kostolom Svätého Ducha v blízkej Žehre bola pre svoje jedinečné pamiatkové hodnoty už r. 1993 zapísaná do Zoznamu svetového dedičstva UNESCO.

Zdroj : <https://kapitula.sk/historia-spisskej-kapituly/>

Majestátnosť, krásu a čaro tohto zaujímavého miesta prežili PSS, ktorí sa výletu do Spišskej Kapituly zúčastnili. Komentovaná prednáška v Katedrále sv. Martina bola privátne robená len pre prijímateľov soc. služieb z CSS VITA VITALIS.

Toto výnimočné miesto očarilo nielen svojou chrámovou architektúrou, ale napríklad aj barokovými lavicami zo 17. storočia, na ktorých sú vyobrazené výjavy: Narodenie Ježiša, Klaňanie troch kráľov, Útek sv. rodiny do Egypta apod.



Ťažko bolo odtrhnúť oči od okien s farebnými vitrážkami, ktoré boli privezené až z Innsbrucku a na niektorých sú znázornené výjavy zo života sv. Martina či biblické motívy zo Starého a Nového zákona.



Oproti Katedrále sv. Martina je biskupský úrad, kde počas návštevy Slovenska mal svoju rezidenciu pápež Ján Pavol II. A nezabudnuteľným zážitkom je návšteva Biskupskej záhrady v Spišskej Kapitule. Záhrada je realizovaná v barokovom štýle. Klienti mali možnosť poprechádzať sa po spleti chodníkov a odpočinúť si pri rôznych besiedkach.



Pri jednej z nich si aj čítali state z Biblie, čo ešte dopĺňalo duchovné poslanstvo výletu. Záhrada má podobu nepravidelného obdĺžnika, sú tu rôzne múriky, tráva, vysadené stromy, kvety a rôzne artefakty z katedrály. Je tu vytvorené aj miesto pre umelcov napr. maliarov, ktorí tu majú možnosť tvoriť inšpirovaní okolitou prírodou či dominantným Spišským hradom na ktorý je z Biskupskej záhrady prekrásny výhľad. Hrad je určite rovnocennou dominantou okolia a jeho návšteva musí byť tiež zaujímavá, ale to zostalo v plánoch nabudúce.

# Vyrob si sám

## Suché plstenie - ovčia vlna

Práca s prírodnými materiálmi má svoju tradíciu. Tento vzácny materiál je stále nedoceňovaný, ale v našom zariadení sa pomaly rozbieha práca s ním.

Aj keď to na prvom obrázku tak nevyzerá – z tejto nevábnej hmoty sme naozaj krok za krokom vyrobili celkom milé drobnosti, ktoré mali veľké poslanie – povedať prijímateľovi „ Máme Ťa radi- myslíme aj na Teba“.

AKO NA TO:



Foto č. 1 - Surová ovčia vlna, priamo po strihaní

Surovú ovčiu vlnu sme dostali ako sponzorský dar, priamo od baču z jedného spišského salaša. Je z ovečiek merino a valaška. Prvotné pranie nie je nijako vábna či voňavá záležitosť, ale... každopádne voda z vypratej vlny je vzácne hnojivo, po ktorom túži nejednen záhradkár.

Toto už je „iné kafé“, alebo skôr iná vlna. Je vypratá. Presne 10 x vypratá v studenej vode a pripravená na ďalšie spracovanie. Prišla o svoju „vôňu“, ale to sme jej radi odpustili.



Foto č.2 - Vypratá ovčia vlna



Foto č. 3 - Detailné čistenie ovčej vlny, tesne pred vyčesávaním

Prijímatelia, ktorí si budú chcieť pocvičiť jemnú motoriku si pri tomto prídu na svoje. Vlna sa perie vo vlažnej vode, už príjemne vonia, je nežná na dotyk. Jednotlivé chumáče sa jemne rozt'ahujú a vo vode ostávajú kúsky sena z letnej lúky či semienka tráv.





Foto č. 4 - Vyčesávanie vlny – hrubá mužská sila



Foto č. 5 - Vyčesávanie – nežný ženský dotyk doladí detaily

Vyčesávanie ovčej vlny. Jedna z najpríjemnejších prác pri ručnom spracovaní vlny. Je tu potrebná aj mužská sila, ale pre výsledok sú rozhodujúce aj detaily a tu nič nežné ženské ruky nenahradí.



Foto č. 6 - Suché plstenie

Po dôkladnom vyčesaní nastáva proces „suchého plstenia“ ovčej vlny. Špeciálnou ihlou sa vo formičke tvaruje budúci výrobok. Opakovane sa s formičkou obracia, aby sa jednotlivé vlákna do seba riadne „zapltili“. Len treba dávať dobrý pozor na prsty.





Foto č. 7 - Hotové uplstené srdiečka



Foto č. 8 - Srdce - ľahučké ako pierko

Takéto ale aj rôzne iné podoby môže mať ovčia vlna. Je to famózný prírodný materiál, ktorý si zaslúži našu pozornosť a čas. V našom zariadení ho našťastie máme dostatok a máme aj zručné inštruktorky sociálnej rehabilitácie, ktoré Vám s touto aktivitou rady pomôžu.

Podrobný návod alebo priamo vyskúšanie si plstenia máte možnosť vidieť a naučiť sa napríklad aj v Kreatívnej dielni Merendína, do ktorej ste všetci srdečne pozvaní. V prípade záujmu o takýto druh aktivity, oslovte svojich inštruktorov sociálnej rehabilitácie.





# Kultúrne pamiatky v Prešove

## Židovská synagóga

<b>Bezbariérovosť</b>	nie	Expozícia sa nachádza na poschodí	Do priestoru synagógy sú 4 schody
<b>Poznámka</b>	Personál je ochotný urobiť výklad aj v exteriéri – pred budovou synagógy		
<b>Dĺžka výkladu</b>	30 minút		
<b>Tel. kontakt</b>	kancelária: +421 (0)51 773 12 71, múzeum: +421 (0)51 773 16 38		
<b>Otváracie hodiny</b>	nezverejnené		
<b>Adresa</b>	Okružná 32 080 01 Prešov		



## Múzeum rusínskej kultúry

<b>Bezbariérovosť</b>	Iba prízemie múzea	Bezbariérový vstup je z ul. Masaryková
<b>Poznámka</b>	Je možné požiadať o lektora, ktorý spraví výklad o expozíciách	
<b>Tel. kontakt</b>	+421 51/2453321 / +421 907 814 739,	
<b>Otváracie hodiny</b>	Pondelok – piatok: 09:00 – 16:00 h Vstup vždy o celej hodine. (9:00, 10:00, ... posledný vstup o 15:00)  Nedeľa: 14:00 – 19:00 h Vstup vždy o celej hodine. (posledný vstup o 18:00)  Každá prvá nedeľa v mesiaci – vstup zdarma: 14:00 - 19:00 h Vstup vždy o celej hodine. (14:00, 15:00... posledný vstup o 18:00)	
<b>Adresa</b>	Masarykova 20, 080 01 Prešov	

## Tripolitana – Krajské múzeum v Prešove / Rákociho palác

<b>Bezbariérovosť</b>	Iba dolné poschodie múzea	Vstup je aj zo Slovenskej ulice – jeden schod
<b>Poznámka</b>	Na dolnom poschodí sa nachádza expo – Soľnobanská čipka a etnografická expozícia	
<b>Tel. kontakt</b>	+421 51/7734708	
<b>Otváracie hodiny</b>	Pondelok - Piatok: 9:00 - 17:00 Sobota - 14:00 - 18:00 /iba mesiace júl a august/ Nedeľa - 14:00 - 18:00	
<b>Adresa</b>	Hlavná 2985/86, 080 01 Prešov	



# Velikonočné sviatky

Symboly a tradície - poznáte ich a viete čo znamenajú?

Baranček, bahniatka, kraslice, zajačik a kríž. Základné znaky Veľkej noci sú istotne i vám dobre známe. No ovládajte rovnako skvele aj dôvody, prečo boli pasované do tejto role?

Ak nie, práve vám ich rýchlo vysvetlíme. Začnime kraslicami, ktoré poznajú všade vo svete. Sú najstarším symbolom a v podstate ide o pohanský znak, prostredníctvom ktorého sa vítala jar počas rôznych rituálnych obradov.

Isté obdoby kraslíc sa našli aj v dejinách Číňanov a Egypt'anov. No farbenie vajčiek je najviac späté so slovanskými krajinami. V náboženskom zmysle symbolizuje znovuzrodenie, ale aj prepojenie Starého a Nového zákona.



Kedysi sa kraslice farbili väčšinou na červeno, aby tak pripomínali Ježišovu krv a nikdy sa nemal'ovali na modro, pretože to charakterizovalo smútok. Bahniatka sú spätá iba s okolitými krajinami.

Pôvodným symbolom je totiž palmová ratolesť, ktorou vítali Ježiša po zmŕtvychvstání, no keďže u nás tento strom nerastie, našim symbolom sa stali práve bahniatka. Zvolili sa kvôli aktuálnemu obdobiu, keď začínajú rásť a po ich posvätení majú pre rodinu ochranný charakter. Kríž sa stal symbolom z pochopiteľ'ných dôvodov – kvôli ukrižovaniu Krista a používa sa iba v kresťanských rodinách.

Baranček je symbolom Ježiša a taktiež upomienkou na jeho obeť. Zajačiky a taktiež iné mlád'atká odkazujú na prichádzajúcu jar. V biblii symbolizuje tiež chudobných a pokorných ľudí a preto sa zaradil i medzi znaky Veľkej noci.



# "Lúšteniny"



Predám alebo darujem manželskú posteľ. Značka:  
.....Tajnička má 13 písmen.

I Ľ M A D B Y B P T  
J V E Ľ T R H L N E  
A A J S O S A A S S  
D V K H Y S I Ž T E  
E M A S T M A E É R  
R R P R E D A J T N  
P E Ž R V K I P S A  
D V P E K E U U L V  
E U R K L E K N O Á  
R E R Ó Z I A O D G  
P U G Á F O R D N A

AGÁVA ANDROFÁG ASPIK ATEISTA BLAŽEJ DRAŽE DVERE ERÓZIA FIKUS KVETY  
LEKNO MEJKAP MYSEĽ PLAST PRAHORY PREDPREDAJ PREMIANT RESET REVUE  
SEKUNDA STEAK VEĽTRH VRAVA

## Na pobavenie...

My si s manželkou často vymieňame názory.  
Prichádzam so svojím názorom a odchádzam s jej.

Vrana spí na konári a zrazu spadne.  
O päť minút sa prebudí a vraví:  
"čvirik, čvirik, hú, hú do kelu, jak to bolo!"

Príde Janko domov zo školy a hovorí svojej mame: Mami, predstav si, že som dostal jednotku.

Mama: Vážne?

Janko: Nie, iba si to predstav.



# Vyhrali sme ...

V decembri 2021 sme sa zapojili do elektronickej súťaže určenej pre poskytovateľov sociálnych služieb a súčasne klientov firmy Cygnus IRESOFT v SR a ČR, ktorá bola jej vyhlasovateľom. Aj týmto spôsobom sa firma chcela odvdáčiť klientom za prejavenu dôveru a vernosť v ich produkt, prispieť ku kvalite poskytovaných sociálnych služieb a podakovať za svoje úspechy tým, že obdarujú iných.

Vyhrať sme mohli jednu zo 60 počítačových zostáv v hodnote cca 1200 eur za jednu. Podmienkou bolo napísať krátky príbeh/zdôvodnenie prečo si počítačovú zostavu zaslúžime práve my a v čom by nám pomohla, uľahčila či skvalitnila prácu. Za naše zariadenie nás do súťaže zapojila naša manažérka kvality Mgr. Mária Smereková, ktorej krátky príbeh poroty zaujal natoľko, že sme sa dostali na listinu šťastných výhercov. Obchodný zástupca firmy pán Ing. Peter Kubín, BBA cenu 1. februára 2022 osobne odovzdal do rúk pani riaditeľky a manažérky kvality.







## Novoročný „východňarský“ vinč

A ja vam vinčujem na toten Novy ročok novinu,  
že by sce maľi pokope calu rodzinu.

Naj še vam doma ľehko dycha,  
že by bul zaplaceny pl'yn i el'etrika.

Pulny mrazak mäsa, v ľadničke kolbasy,  
že by še eura zvišoval'i i ženom na vlasy.

I chlopom na pivko, malu sl'ivovičku,  
že by furt ľubel'i svoju polovičku.

Že by sce na vyplaty nešpival'i žalmy,  
al'e chodzel'i na dovol'enky dze rošņu ľem palmy.

Ešče vam vinčujem jak znam po svojemu,  
ustupce glupšemu, pomožce slabšemu.

Chorim zdravičko, smol'arom ščescičko,  
chudobnejšim prilepšeňe, naj šicky obchodzi trapeňe.

Zdravia, sčesca, lasky vel'o do domu každeho,  
hojne Božske požehnaňe z ňeba vysokeho.

To ja Vám vinčujem...



**+** CSS VITA VITALIS PREŠOV

**CHRÁNIME  
VÁS**

**aj SEBA**

**NEDÁVAJME COVIDU - 19  
ŠANCU**

**VAKCINÁCIA  
ROZOSTUPY  
RESPIRÁTOR  
RUKY**

**SME TU PRE VÁS**

