

10. výročie

**Zariadenie pre seniorov a domova sociálnych služieb
mesta Liptovský Mikuláš**

2006 - 2016



„Krásni mladí ľudia sú hračky prírody, ale krásni starí ľudia sú umelecké diela.“

Vážení priatelia,
dovoľujeme si Vám predstaviť občasník Zariadenia pre seniorov a domova sociálnych služieb mesta Liptovský Mikuláš, ktorý vydávame pre Vaše potešenie, poučenie a zábavu pri príležitosti 10. výročia založenia nášho zariadenia. Veríme, že aj v tomto čísle nájdete niečo, čo Vás poteší a osloví.

V Zariadení pre seniorov a domov sociálnych služieb mesta Liptovský Mikuláš sú obyvateľmi prijímateľia sociálnej služby, seniori, ktorí majú obrovské životné skúsenosti, vedomosti a zážitky. Sú to ľudia vyššieho veku, ktorí spolu so svojimi príbuznými majú od nás veľké očakávania. A my zamestnanci „ZPSaDSSMLM“ sa snažíme tieto ich očakávania plniť. Sme tu pre nich a vážime si ich, náš vzájomný vzťah zakladáme na ľudskosti, vľúdnosti a trpeznosti.

Naším mottom je spokojnosť nášho klienta, aktívne starnutie a dôstojný život.

Ako povedala matka Tereza:

„Všetko čo robíme, je iba kvapka v mori, ale keby sme to nerobili, tá kvapka by tam chýbala.“

Starostlivosť o klientov je našou prirodzenou súčasťou. Pomáhať si, je hádam najkrajšia vlastnosť, ktorú si človek so sebou nesie od narodenia a len na ňom záleží, ako s ňou bude nakladať. Pomáhať je v našom zariadení súčasťou každodennej existencie a bežného pôsobenia celého personálu.

Dospievať je ťažké, zrietiť je krásne a starnúť je dobré. Človek je ako veľký strom, len škoda, že sa nedozíva veku duba. Chcel by rozdávať, a namiesto toho potrebuje pomoc. Každý človek chce prežiť obdobie svojho života čo najhodnotnejšie a obdobie staroby k nemu, samozrejme, patrí. „Preto sa snažíme pomôcť našim seniorom toto obdobie zrelosti čo najviac spríjemniť, pochopiť ich, dať im dostatok lásky a byť s nimi, keď nás budú potrebovať, pretože aj my budeme raz starí a budeme potrebovať pomoc a lásku našich blízkych.

Podať našim klientom pomocnú ruku, pracovať s nimi s dostatočnou trpeznosťou, vytvoriť si k nim individuálny prístup, snažiť sa ich aktívne zapájať do činností, ktoré sú organizované v našom zariadení, je tou cestou, na ktorú sme sa vydali a po ktorej kráčame spoločne už desiaty rok.

Desaťročie v domove

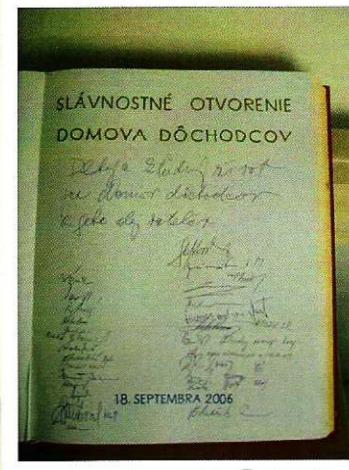
Podľme ale pekne po poriadku. Zariadenie začalo písat svoju história od 01. 09. 2006, odkedy boli zavedené aj pracovno-právne vzťahy so zamestnancami organizácie a postupne prijímaní obyvateľa domova a bol zriadený za účelom poskytovania sociálnych služieb obyvateľom mesta Liptovský Mikuláš a jeho spádovej oblasti. Zriaďovacia listina DDmLM bola vydaná mestom Liptovský Mikuláš dňa 16.03.2006, uznesením Mestského zastupiteľstva v Liptovskom Mikuláši č. 17/2006. Tento dátum sa zároveň považuje za dátum vzniku organizácie.

Domov dôchodcov bol zriadený ako rozpočtová organizácia mesta, s právnou subjektivitou na dobu neurčitú. Financovanie organizácie je zabezpečené prostredníctvom rozpočtu mesta Liptovský Mikuláš.

Slávnoštne otvorenie DDmLM bolo dňa 18. septembra 2006, za prítomnosti zástupcov MPSVaR SR, investora (krajský Úrad - odbor soc. vecí Žilina), dodávateľa

(Q.N.T. spol. s r. o. Banská Bystrica), VÚC Žilina, vedenia mesta Liptovský Mikuláš a ostatných participujúcich subjektov s bohatým kultúrnym programom. Ubytovávanie a poskytovanie starostlivosti v zariadení sa začalo postupne. Prví klienti prišli v septembri 2006. Stav klientov sa zaplnil koncom novembra 2006.

Zariadenie, ktoré poskytuje sociálnu službu celoročnou pobytovou formou, disponuje kapacitou 48 lôžok, z toho 44 lôžok je určených pre ZPS a 4 lôžka pre DSS. K dnešnému dňu sú kapacity zariadenia plne obsadené a o 48 klientov sa stará 25 zamestnancov.



Mestské zastupiteľstvo v Liptovskom Mikuláši na svojom zasadnutí dňa 7. februára 2008 schválilo transformáciu DDmLM na Domov dôchodcov a domov sociálnych služieb pre dospelých mesta Liptovský Mikuláš (DD a DSSMLM).

Od 1. 1. 2009 je v platnosti zákon NR SR č. 448/2008 Z.z. o sociálnych službách (Ďalej len "zákon"), ktorý zásadným spôsobom mení koncepciu poskytovania sociálnych služieb ako celku. Okrem iného dochádza aj k zmene názvu organizácie na Zariadenie pre seniorov a domov sociálnych služieb mesta Liptovský Mikuláš (ZPSaDSS).

Vízia rozvoja ZPSaDSS je postavená na:

- komunitnom pláne sociálnych služieb mesta L. Mikuláš a aktuálnych vnútorných predpisov mesta v sociálnej oblasti,
- pláne hospodárskeho a sociálneho rozvoja mesta L. Mikuláš do roku 2013,
- postupnej rekonštrukcii ubytovacích priestorov a skvalitnení životných podmienok obyvateľov domova,
- získavaní sponzorských darov, grantov a nenávratných finančných pôžičiek.

... Tí bez ktorých by to nefungovalo...

Prvým riaditeľom domova dôchodcov bol PhDr. Milan Strnisko, ktorý vo funkcií pôsobil od otvorenia zariadenia do 15.12.2011



Od 16.12.2011 do 23.9.2012 bola poverená vedením Mária Gašpieriková



Od 24.9.2012 nastúpila do funkcie Mgr. Jana Hapčová, ktorá bola do 30.9.2015



Súčasná riaditeľka ZPSaDSSMLM Mgr. Zuzana Šlauková je vo funkcií od 1.10.2015.



Vďaka patrí zamestnancom

K 1.9.2006 pracovalo v zariadení 19 zamestnancov:

Riaditeľ: PhDr. Milan Strník,

Ekonómka: Ing. Mária Gašperíková

mzdová referentka: Alena Filová

sociálna pracovníčka: Bc. Viera Tlamková

hlavná sestra: Bc. Margita Valková

zdravotné sestry: Forgáčová Iveta, Korenicová Janka, Lovíšková Eva, Lužová Viera, Mudríková Jana,

opatrovateľky: Brunčiaková Margaréta, Gallová Nicole, Kašíková Ivana, Ondrášová Alica, Štetková Adriana,

upratovačky: Ambráziová Anna, Benická Anna, Korčeková Zlatica

údržbár: Zdenko Uličný

V ZPS a DSSMLM v súčasnosti pracuje 25 zamestnancov:

Mgr. Zuzana Šlauková – riaditeľka,

Mgr. Katarína Ochodnická – sociálna pracovníčka

Daša Hučalová – referent technicko-ekonomických činností

Mgr. Margita Valková – hlavná sestra,
Zdravotné sestry: Jana Adámková, Jana Gazdíková, Daniela Jurková Dana Martinková,
opatrovateľky: Brunčiaková Margaréta, Cudráklová Mária, Fáberová Lenka, Jančíková Svetlana, Choladová Ľubica, Kašáková Ivana, Lužová Viera, Nováková Mária, Ondrášová Alica, Šebeková Renáta, Urbanová Miroslava, Vevericová Kristína, Zubeková Tatiana,
Upratovačky: Ambráziová Anna, Kavuliaková Viera, Vyšná Katarína
Vodič – údržbár: Zdenko Uličný



AKTIVITY

Práve kultúrna a záujmová činnosť je neoddeliteľnou súčasťou starostlivosti o prijímateľov sociálnej služby v zariadení. „Chápeme ju ako súčasť vnútorného života a je jednou z foriem trávenia voľného času našich obyvateľov. Naším cieľom je zmysluplné, s ohľadom na vek, postihnutie a potreby organizovať ich voľný čas.“ Klienti zariadenia tak môžu absolvovať mnoho terapií ako biblioterapiu, spojenú s bohoslužbou, cvičenia jemnej motoriky a relaxačné cvičenia, spomienkovú terapiu, kreslenie, maľovanie, písanie, prácu hry, pracovnú terapiu, prácu s prírodnými materiálmi spoločenská miestnosť, vybavená LCD televízorom a knižnicou.

Stáročiami overená pravda, že šťastie spočíva v maličkostíach a obetovaní sa pre iných, nadobudla celkom reálnu podobu aj v našom zariadení. Mnohí ujovia a tety, ktorým to zdravotný stav dovoľuje, nám svojou aktivitou robia radosť, milo prekvapujú svoje okolie a často aj svojich príbuzných. Práca v letnej záhrade, na kvetinových záhonoch a hriadcach, alebo pri hrabaní pokosenej trávy, úprave chodníka a neustále „vylepšovanie“ obidvoch skaliek, to všetko sú aktivity, ktoré si nemožno nevšimnúť. A všímajú si ich aj mnohí mladší, ktorí sa pristavia cestou do nemocnice, jej zamestnanci, kochajú sa krásou záhrady a skaliek, alebo si len tak oddýchnu v tieni obrovských gaštanov alebo altánku. Starostlivosť o interiér, izbové kvety, akvárium, či aktivity pri výrobe rôznych ozdobných a pamiatkových predmetov, ktoré mnohokrát poslúžia ako darček, to všetko vytvára kolorit tohto zariadenia a ľudí v ňom. Svedčí to o tom, že tu aj napriek rozlúčkam pulzuje život.

Mnohokrát sa treba nadýchnuť, ale predsa len nás ešte baví vymýšľať. Samozrejme prevažne za pomoci zamestnancov, bez nich by to nešlo. Každý sa snaží prispieť svojim dielom. Výsledkom je dobrý pocit a úsmev, ktorý tu nechýba.



V našom veku cvičiť? To snáď nie... s takouto reakciou sa stretнемe, keď povieme seniorom o pravidelnom cvičení. Veď nechcú cvičiť mladí ľudia, radšej sedia pred televízorom alebo počítačom. To je pohodlnejšie. Mnohí v strednom veku už pochopili, že treba tzv. „na sebe pracovať.“ Ale to je hlavne o myslení a práci každého jednotlivca. Nikdy však nie je neskoro začať! Stačí, aby začal cvičiť jeden, ostatní vidia uňho aktivitu, zdatnosť a nakoniec, pridajú sa aj iní. Možno sa niektorí obávajú, že budú cvičiť chybne, nevedia ako majú cvičiť. Ale u staršieho človeka predsa nejde o to, aby niekde dobehol prvý, ale či sa dokáže sám o seba postarať, či sa dokáže sám postaviť zo stoličky...

V našej posilňovni máme stacionárne bicykle, rebriny, žinenky.



O našich klientov sa staráme nielen telesne ale aj duchovne. Duševnú pohodu môžu načerpať v našej kaplnke, v ktorej sa konajú sväte katolícke omše a evanjelické bohoslužby. Podákovanie patrí aj duchovným predstaveným za duchovnú starostlivosť, ktorá je nesmierne nápomocná a dôležitá v živote našich klientov.“.

Pán Ing. Pavol Ballo opäť medzi nami

Už tradičnými sa stali prednášky p. Ing. Pavla Ballu v našom zariadení. Ani tento raz nesklamal a podelil sa spolu s nami so svojou prezentáciou o tatranskej prírode a orlovi skalnom. Pán Ballo vždy bez nároku na finančnú odmenu prijme naše pozvanie. Jeho výklady o tatranskej prírode oslovia našich klientov, pretože niektorí z nich tiež pracovali v lesnom hospodárstve Tatier celý svoj život. Aj keď nohy našim klientom už neslúžia a nemôžu aktívne navštíviť tieto prekrásne miesta, príde príroda na chvíľu k nám prostredníctvom prekrásnych obrázkov doplnených pútavým rozprávaním p. Ing. Pavla Ballu. „Zakaždým so sebou prinesiete dobrú náladu a tak na chvíľu zabudneme na naše choroby. Vždy budete u nás očakávaný.“



Brigádny generál Ján Iljanovský

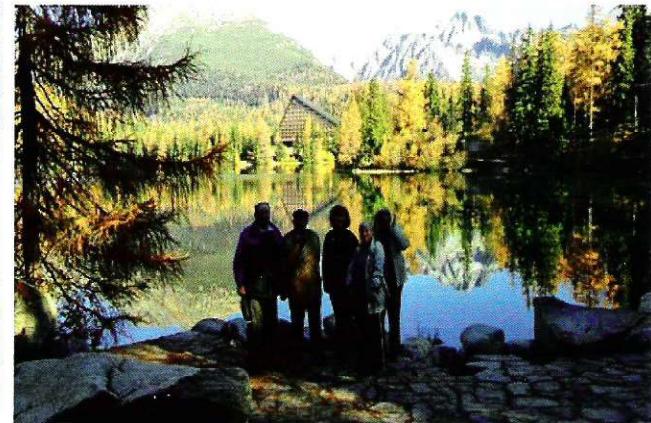
Na ťažké vojnové časy spomíнал pán Ján Iljanovský. Prednáška bola veľmi emotívna, lebo veľa našich klientov si pamätala hrôzy vojny a povojskove obdobie.

Prednáška o bezpečnosti

Z prednášky pani preventistky p. PhDr. Soni Paulíniovej sme sa dozvedeli, že z celkového počtu úrazov seniorov je skoro 10% spôsobené práve dopravnými nehodami a k usmrteniu seniorov v cestnej premávke dochádza, keď sú v pozícii chodcov. Zostáva nám len dúfať, že nehôd seniorov na cestných komunikáciách bude čo najmenej.



Okrem náučných aktivít, absolvujeme aj rôzne výlety do blízkeho okolia a prírody. Navštívili sme Štrbské, Batizovské a Vrbické plesá, ktoré nás privítali nádhernými farbami prírody. Výlety boli nádherné a odniesli sme si krásne zážitky.



... navštívili sme ...

Zaujímame sa aj o kultúrny život návštevami galérií a múzeí v našom meste. V Galérii P.M. Bohúňa sme sa potešili prehliadkou nádherných obrazov, v Múzeu Janka Kráľa na nás dýchla história o dejateľoch Mikuláša a ich príname pre mesto. Slovenské múzeum ochrany prírody a jaskyniarstva v L. Mikuláši nás zas očarilo svojimi modernými priestormi a nádhernými exponátmi.



... aj tak sme stále frajeri ...



Stali sme sa jedným z 37 uchádzačov programu „Zelená pre seniorov“, ktorú vyhlásila Nadácia Orange, pre mimovládne organizácie, neziskové organizácie a zariadenia poskytujúce sociálne služby. Program bol zameraný na zvyšovanie gramotnosti a zručnosti seniorov v oblasti práce s počítačom. Suma 1340.- € bola využitá na zriadenie počítačovej miestnosti pre seniorov.

Aj keď som senior, odvážim sa pred monitor.
Iba jedným prstom sice, tükám do klávesnice.
Píšem listy a tiež „mejly“, na internete som pozrel svet celý.
Cvičím si mozog, sústredím sa ako v škole.
Ved' viem, že kto s dobou kráča a nemá strach z počítača.
V ňom všetko uchované nájde, lepšie ako vo svojej hlave.

Milým sponzorom nášho zariadenia je Nadácia Jednota COOP, ktorá prispela sumou 3700,-€. Tie boli použité na nákup 26 ks evakuačných podložiek apásov na fixáciu členkov a zápästi.



prišli medzi nás ...

Pán minister práce a sociálnych vecí Jozef Miháľ sa počas okružnej cesty Liptovom zastavil u našich seniorov. Klientov sa pýtal na život v Zariadení pre seniorov a domova sociálnych služieb. Prezrel si Zariadenie pre seniorov a navštívil našich klientov pri bežnej činnosti.



...šťastné a veselé dnes prajem Vám, nech nikto pri stole nesedí sám...

Na štedrý deň zavítal medzi nás prezident Andrej Kiska. V priateľskej atmosfére sa naobedoval spolu s našimi klientmi a vinšoval v nárečí jeho predkov po goralsky. Pri osobných rozhovoroch sa zaujímal o život klientov. Pán prezident priniesol pod stromček 6 evakuačných podložiek. Jeho návšteva všetkých potešila.



Veselo sa zabávame

Svojimi vystúpeniami prichádzajú potešiť seniorov v zariadení žiaci ŠKD pri ZŠ Demänovská cesta v Lipt. Mikuláši. Milým slovom, veselými piesňami a literárnymi pásmami sa nám prihovárajú už pár rôčkov a vždy prinesú pohodu a veselú náladu.

Pravidelne vo vianočnom čase nám chodí zaspievať koledy Vrbové prútie, v priebehu celého roka prídu medzi nás klub dôchodcov Palúdzka, Ľubeľa, Okoličné, estrádny súbor pod vedením p. Richtera, žiaci zo základnej školy na ulici Palúčanská. Nevynecháme ani fašiangovú zábavu, na ktorej si spolu zaspievame a zatancujeme.



**Šikovnosť našich klientov nepozná hranice.
Ničoho sa nebojíme všetko krásne „vyrobíme“.
Aha čo všetko vieme.**



Prvá storočnica v našom zariadení

Pani Mária SCHWARZOVÁ 27. 01. 2010 oslávila krásne životné jubileum 100 rokov.

S kyticou kvetov, milým a úprimným blahoželaním pozdravil oslávenkyňu primátor mesta Liptovský Mikuláš Ing. Ján Blcháč, PhD. a pri tejto príležitosti pani Schwarzovej odovzdal pamätnú Plaketu mesta Liptovský Mikuláš.



ŠTATISTIKA Klientov

K 31. augustu 2016 bolo celkom podaných 465 žiadostí, v kmeňovej knihe k tomuto dátumu je zaznamenaných 200 klientov. Vekový priemer našich klientov je 82,8 rokov. Máme 6 mužov a 40 žien.

Za celé 10 –ročné obdobie sa v ZPSaDSS vystriedalo 200 klientov, zomrelo 136 a 19 klientov sa vrátilo do rodinného prostredia.

90 a viac ročných sme za našu história mali 35. Z celkového počtu v ZPSaDSS k 9/2016 žije 9 klientov viac ako 90 ročných.

V súčasnej dobe najstaršia klientka nášho zariadenia má 93 rokov a najmladšia klientka 58,6.

... my berieme život s humorom a vy?...

Úsmev...

Smej sa, a svet sa bude smiať s tebou, plač a budeš plakať sám

PRÍSLOVIA A POREKADLÁ

- Chudoba cti netratí - len je nepríjemná.
- Čo môžeš zjest' a vypiť dnes, neodkladaj na zajtra.
- Kto včas ráno vstáva ...je hlupák.
- Dovtedy chodí krčah na vodu, kým nezavedú vodovod.
- Kto druhému jamu kope je hrobár, alebo je na brigáde.
- Múdrejší ustúpi - preto vládne hlúpy.
- Kto sa smeje naposledy – ten je málo chápavý.

Z KAŽDÉHO ROŽKU TROŠKU

- Alkohol vaše problémy nevyrieši - ale ani minerálka !
- Keď ťa bozkáva svokra, zavri oči a myсли na to, že aj Kristus trpel.
- Pokiaľ sa môj šef tvári, že ma dobre platí, Ja sa tiež tvárim, že pracujem.
- K práci sa treba postaviť tak, aby sa k nej zmestil aj druhý.
- Len kanibali mohli povedať o ňom, že bol dobrý človek.
- Pesimista je dobre informovaný optimista.
- Nežartujme verejne o tom, že sme už starí. Vyzerá to, akoby sme očakávali, že nás všetci budú presvedčať o opaku. (K.Gott)
- Vzdelanie umožňuje človeku rozčuľovať sa nad vecami z celého sveta.

ZO ŠKOLSKÝCH LAVÍC

Stredoškolák je žiak, ktorý chodí do školy iba v stredu.

Sova je vták, ktorý vychádza na denné svetlo iba v noci.

Vietor je vzduch, ktorý sa ponáhľa.

Ďakujeme sponzorom

Podľa možností máme neustále snahu v rôznych oblastiach zlepšovať podmienky života klientov nášho zariadenia. Keďže naše finančné podmienky nám nepostačujú, sme veľmi vďační za akúkoľvek finančnú pomoc zo strany našich sponzorov.

Naše úprimné poďakovanie patrí darcom, ktorí finančnými a vecnými darmi počas desiatich rokov prispeli nášmu zariadeniu:

LUNA MOTOR, s.r.o.

Nadácia Jednota COOP

COOP Jednota, SD Lipt. Mikuláš

Nadácia DEXIA BANKY SLOVENSKO

AGROKARPATY, s.r.o. Plavnica

Pomocný anjel, n.o.

SLOVKOREKT, s.r.o.

OZ Ľuďom Mikuláša

RTC, s.r.o. Lipt. Mikuláš

Poistovňa VIENNA INSURANCE GROUP

Optima, a.s.

p. Michal Bistiak

p. Soňa Vrabcová

Ing. Pavol Mojžiš

JUDr. Pavol Sochor

Mgr. Lívia Spilá

Ing. Tatiana Nemcová

p. Oľga Klocháňová

p. Ján Guoth

MUDr. Ján Hiko

p. Jozef Gonda

Mgr. Soňa Kandríková

MUDr. Vlastimil Kapcát

p. Zlatica Šimová

ĎAKUJEME