

LÚČIK

časopis

prijímateľov sociálnej služby z CSS – LÚČ Považská Bystrica
a ich priateľov, rodičov, známych a zamestnancov

Milí čitatelia,

ponúkame Vám nové číslo Lúčika ...

Tohtoročné horúce leto prešlo do jesene, ktorá bola dlhá a krásne pestrofarebná. Až do novembra sme si užívali prechádzky v exteriéri, príroda sa chystala na zimný spánok...

Zrazu sme sa ocitli v zimnom období a priamo v decembri napadol sneh. Len niekoľko dní pred Vianocami, prišla riadna nádielka od babky Perinbabky...

Ponúkame Vám vianočné číslo nášho občasníka, ktoré je v tomto roku zároveň aj posledné. Keďže adventné obdobie bolo najkratšie aké môže byť a Vianoce prišli rýchlym tempom, pripomeňme si spoločné chvíle strávené pred vianočnými sviatkami. Boli bohaté na stretnutia a darčeky...

Ďakujeme všetkým prispievateľom, ktorí akýmkoľvek spôsobom prispeli k vydaniu nášho občasníka v tomto roku. Tešíme sa na ďalšiu spoluprácu.



***Všetkým
Vám želáme,
nový rok
prežitý v radosti
a
plný štedrosti ...***

TRENČIANSKY OMAR 2023

Dňa 15. novembra 2023 sme sa zúčastnili na kultúrnom podujatí, ktoré sa konalo v CSS - SLOVEN Slavnica, kde uskutočnil jubilejný 20. ročník „Trenčianskeho Omara“.

Tohto podujatia sa zúčastnilo 23 zariadení sociálnych služieb Trenčianskeho samosprávneho kraja, z toho 13 zariadení sa prezentovalo so svojim pripraveným programom.

Najviac sa nás zaujalo divadelné vystúpenie prijímateľov CSS Slavnica, pod názvom Betlehemska hviezda. Zaujímavá a aktuálna bola aj módna prehliadka z recyklovaných materiálov.

Prežili sme pekný deň a príjemná atmosféra a pohoda, ktorá tam vládla zanechala v nás pocit, že sme sa opäť stretli s blízkymi ľuďmi. Tešíme sa na ďalší ročník.



KATARÍNSKA ZÁBAVA

V priestoroch spoločenskej miestnosti sa 28.11.2023 uskutočnila tradičná Katarínska „zábava“. Priniesla radostnú atmosféru a spoločenský zážitok pre prijímateľov, ktorí si užili rôznorodé aktivity a program pripravený na tento špeciálny deň. Vráťane hudby, tancov, zábavných hier a kulinárskych radovánok, podujatie zdôraznilo dôležitosť komunity a vzájomného potešenia. Prijímatelia venovali prípravám tohto podujatia predchádzajúci deň a vlastnoručne si pripravili občerstvenie v podobe obložených chlebíkov, na ktorých si všetci pochutali.

Fotografie prinášajú atmosféru tohto podujatia.



KATARÍNSKA „ZÁBAVA“

28. 11. 2023

28. 11. 2023 sme mali katarínsku zábavu.
Zúčastnilo sa jej väčšina klientov.
Mali sme aj občerstvenie. Boli chlebíčky,
ovocie a káva. Dobne sme si zatancovali.
Zábava trvala 2 hodiny.
Všetci boli spokojní.

Napísal Milan Lajda

28. 11. 2023

VIANOČNÉ TRHY V TRENČÍNE

Rozhodli sme sa navštíviť remeselné trhovisko, ktoré sa otváralo dňa 4. decembra 2023, priamo v priestoroch úradu Trenčianskeho samosprávneho kraja v Trenčíne.

Už pri príchode sme boli všetci príjemne prekvapení aké originálne vianočné výrobky sa na trhovisku ponúkali. Naši šikovní prijímatelia napiekli voňavé oblátky, slané, ale aj sladké. Vianočná atmosféra dýchla priamo aj na nás...

Na záver sme skonštatovali, že to bol príjemný výlet do krajského mesta a tešíme sa, keď sa remeselné trhovisko opäť o rok otvorí.



VRÁŤME DUCHA VIANOC DO ULÍC NÁŠHO MESTA

Dňa 5. decembra sme sa v popoludňajších hodinách vybrali na námestie pred Mestským úradom v Považskej Bystrici. Vypočuli sme si vianočné pásmo, ktoré pripravili deti z materských a základných škôl v Považskej Bystrici. Ochutnali sme aj vianočný punč. Uzimení síce, ale spokojní sme sa vrátili domov.



MIKULÁŠSKE POSEDENIE

6. decembra, nás na našom posedení prekvapila milou návštevou skupinka detí, ktoré prišli za nami zo Základnej školy, na z ulici Grznárovej, v Považskej Bystrici, kde sídli Základná škola. Pripravili si pre nás program plný vianočných básní, kolied a piesní. Prítomní prijímatelia si so záujmom vypočuli vianočný program. Prijemne strávené popoludnie v prítomnosti veselých detí nám bude pripomínať spoločná fotografia. Mikuláš tento rok medzi nás neprišiel, ale deti obdarovali balíčkami prijímateľov. Radosť bola veľká. Ako býva zvykom, v závere stretnutia sme spoločne rozsvietili vianočný stromček vo vstupnej hale.



MIKULÁŠSKE POSEDENIE

6. 12. 2023

6.12.2023 k nám zavítal Mikuláš. Mali sme posedenie pri vianočnom stromčeku. Vystupovali nám deti z materskej školy. Bolo to pekné vystupenie. Deti nám zaspievali a zatancovali. Na záver prišiel Mikuláš. Rozdával nám mikulášske balíčky. Boli dobré, ovocie a sladkosti. Všetci zúčastnený boli spokojní. Deti nás veľmi potešili.

Napísal Milan Lajda
6. 12. 2023

IMPLEMENTÁCIA SYSTÉMU MANAŽÉRSTVA KVALITY PODĽA NORMY ISO 9001:2015

Naše zariadenie CSS – LÚČ participovalo na projekte Trenčianskeho samosprávneho kraja “Lepší Trenčiansky kraj” – implementácia systému podľa STN EN ISO 9001:2015 v ZSS.

Cieľom projektu bolo implementovať Štandardy kvality v zmysle zákona č.448/2008 v znení neskorších predpisov do požiadaviek normy ISO 9001 a takto zvýšiť povedomie o kvalite poskytovaných sociálnych služieb.

Prínosom implementácie systému manažérstva kvality v našej organizácii je zmena v prístupe zamestnancov k riadeniu procesov organizácie, k navrhovaniu ich zlepšení či v nastavovaní cieľov, čo sa postupne odzrkadľuje vo forme zvýšenia efektivity riadenia, skvalitnenia poskytovaných služieb či zlepšenia pôsobenia organizácie vo vzťahu k verejnosti.

Zefektívnili sme interné procesy, zaviedol sa komplexný systém riadenia dokumentácie a interné audity, ktoré prispievajú k odhaľovaniu oblastí, v ktorých je možné systém manažérstva kvality a procesy organizácie neustále zlepšovať.

CSS - LÚČ v roku 2023 úspešne získalo certifikát od externej certifikačnej spoločnosti, ktorý je zrkadlom kvality organizácie a jeho udržanie je zároveň motiváciou pre udržiavanie a zlepšovanie systému v organizácii.

BUREAU VERITAS
Certification



Centrum sociálnych služieb – LÚČ

Nemocničná 986/1, 017 01 Považská Bystrica
Slovenská republika

Bureau Veritas Certification Holding SAS – UK týmto potvrdzuje, že systém manažérstva vyššie uvedenej organizácie bol preverený a bolo preukázané, že tento systém spĺňa požiadavky systému manažérstva podľa nižšie uvedenej normy.

ISO 9001: 2015

Predmet certifikácie

POSKYTOVANIE SOCIÁLNYCH SLUŽIEB V ZMYSLE ZÁKONA Č. 448/2008 Z.Z. O SOCIÁLNYCH SLUŽBÁCH.

Pôvodný dátum schválenia:	15.12.2023
Koniec predchádzajúceho cyklu:	N/A
Dátum certifikačného auditu:	08.12.2023
Začiatok certifikačného cyklu:	15.12.2023

Za predpokladu udržiavania účinného systému manažérstva v organizácii tento certifikát platí do: **14.12.2026**

Číslo certifikátu: SK-U23 184Q

Verzia: 1

Dátum vydania: 15.12.2023

Adresa certifikačného orgánu: 5th Floor, 66 Prescott Street, London E1 8HG, United Kingdom
Lokálna adresa: Plynárenská 7/B, BRATISLAVA 821 09, Slovenská republika



0008

Ďalšie objasnenie ohľadom predmetu, tohto certifikátu a aplikovateľnosti požiadaviek na systém kvality môžete získať kontaktovaním organizácie.

Pre overenie platnosti certifikátu nás môžete kontaktovať na čísle: +421 2 5341 4160



SKVALITNENIE POSKYTOVANÝCH SLUŽIEB

K výraznému zlepšeniu kvality sociálnych služieb v našom CSS-LÚČ patrí najmä:

NAŠA NOVÁ ČITÁREŇ

Si ihneď získala priazeň a je celodenne využívaná prijímateľmi sociálnej služby. Každodenné aktivity – čítanie kníh a časopisov, si prijímatelia ihneď obľúbili. Ďakujeme darcovi, ktorý nám daroval masážne relaxačné kreslo, ktoré je súčasťou čítárne.



SPOLOČENSKA MIESTNOSŤ

Zároveň sme zmodernizovali spoločenskú miestnosť, ktorá má celodenné využitie pri rôznych komunitných, spoločenských a činnostných aktivitách.

OXYGENOTERAPIA A MAGNETOTERAPIA

Sú terapie, ktoré pomáhajú zvýšiť kvalitu života našich prijímateľov a podporiť zdravý životný štýl. Blahodarné a liečebné účinky vyšších koncentrácií kyslíka a magnetického poľa na tkanivá sme spoznali a stali sa obľúbenou súčasťou každodenného života. Pretože sú to mobilné prístroje, činnosti vykonávame aj priamo pri lôžku imobilných prijímateľov a priaznivo tak ovplyvňujeme ich fyzickú a psychickú kondíciu.

A aká je spätná väzba od prijímateľov? Pán Juraj hovorí: „Mám veľmi rád čítanie kníh, obľubujem najmä detektívky. Som potešený, že je tu toľko kníh, aspoň si mám z čoho vyberať...“ Pozorovaním sme zistili, že pani Terézia sa spokojne usmieva, keď relaxuje v masážnom kresle. Pani Anna si zase pochvaľuje oxygenoterapiu, pretože chodí na ňu spoločne so svojou priateľkou Máriou. Pani Marta sa rozhovorila: „Jój, magnetoterapia mi pomáha na moje boľavé rameno a chrbticu. Je dobre, že nemusím nikam cestovať, ale môžem priamo u nás absolvovať terapiu... Som spokojná a každému doporučujem vyskúšať. Skvelý účinok...“





SOCIÁLNE PORADENSTVO

Prijímatelia sociálnych služieb sa obracali na nás so žiadosťou o vysvetlenie, ako bude vyplácaný 13. dôchodok, preto ponúkame na vysvetlenie:

Sociálna poisťovňa vyplatí poberateľom dôchodku 13. dôchodok v novembri 2023.

(Podľa zákona č. 296/2020 Z. z. o 13. dôchodku a o zmene a doplnení niektorých zákonov.)

13. dôchodok sa poskytne poberateľovi:

- starobného dôchodku,
- predčasného starobného dôchodku,
- invalidného dôchodku,
- vdovského dôchodku,
- vdoveckého dôchodku,
- sirotského dôchodku a
- sociálneho dôchodku,

ktorý má nárok na výplatu dôchodku v novembri 2023.

Pre určenie výšky 13. dôchodku sa prihliada na sumu:

- dôchodkov uvedených vyššie,
- dôchodkov vyplácaných z výsluhového zabezpečenia SR,
- dôchodkov vyplácaných z iných štátov, ak sú obdobné vyššie uvedeným dôchodkom,
- dôchodkov z II. piliera,
- vyrovnávacieho príplatku a
- dorovnávacieho prídavku podľa právnych predpisov Českej republiky.

Sociálna poisťovňa vyplatí 13. dôchodok, ak vypláca dôchodok, ku ktorému 13. dôchodok patrí a suma tohto dôchodku je vyššia ako suma dôchodku vyplácaného iným platiteľom dôchodku v Slovenskej republike.

Suma 13. dôchodku je:

- 300,00 eur, ak suma dôchodku/dôchodkov v novembri 2023 je do 268,88 eur,
- od 300,00 eur do 50,01 eur, ak suma dôchodku/dôchodkov v novembri 2023 je v rozpätí od 268,89 eur do 963,32 eur a určí sa podľa vzorca

$$\max\{300,00 - 0,36 \times (D - 268,88); 50\}$$

kde D je suma dôchodku alebo úhrnu dôchodkov v novembri 2023,

268,88 je suma životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu určená zákonom č. 601/2003 Z. z.

- 50,00 eur, ak suma dôchodku/dôchodkov v novembri 2023 je od 963,33 eur a viac.

Suma 13. dôchodku sa zaokrúhľuje na najbližší eurocent nahor.

13. dôchodok v novembri 2023 sa poskytne každej oprávnenej osobe len raz, nezlučuje sa s dôchodkom a nepatrí k dôchodku manželky.

Výplata 13. dôchodku:

Sociálna poisťovňa vyplatí 13. dôchodok bez žiadosti.

13. dôchodok bude vyplatený v deň výplatného termínu dôchodku v novembri 2023, ak je dôchodok v Slovenskej republike poukazovaný v hotovosti na pošte, na účet v banke alebo hromadným poukazom do zariadenia sociálnych služieb.

ZDRAVOTNÍCKE OKIENKO



AKO PREDÍŠŤ CHRÍPKE

Odporúčanie
pre verejnosť



ÚRAD
VEREJNÉHO
ZDRAVOTNÍCTVA
SLOVENSKEJ
REPUBLIKY

ČO TREBA ROBIŤ...



UMÝVAJTE
SI RUKY,
ZVLÁŠŤ PO KAŠLI
ALEBO KÝCHANÍ



UDRŽUJTE VZDIALENOSŤ
OD OSOBY CHOREJ
NA CHRÍPKU



VYHÝBAJTE SA
PREPLNENÝM
MIESTAM



JEDZTE DOSTATOK VÝŽIVNEJ
STRAVY, VRÁTANE OVOCIA
A ZELENINY A PITE
VEĽA TEKUTÍN



DOPRAJTE SI
DOSTATOK SPÁNKU
A ODPOČINKU

ČO NEROBTE...

OBMEDZTE
PODÁVANIE
RÚK



NEUŽÍVAJTE
LIEKY BEZ
KONZULTÁCIE
S LEKÁROM



NEKAŠLITE
NA VEREJNOSTI

AK STE UŽ CHORÍ...



AK MÁTE
CHRÍPKU,
ZOSTAŇTE DOMA
A OBMEDZTE
KONTAKT
S OSTATNÝMI,
ABY NEDOŠLO
K ICH NÁKAZE



ODDYCHUJTE
A PITE
VEĽA TEKUTÍN



PRI KAŠLANÍ
A/ALEBO KÝCHANÍ
SI PRIKRÝVAJTE
ÚSTA A NOS PAPIEROVOU
VRECKOVKOU,
PO POUŽITÍ VRECKOVKU
VYHOĎTE DO
ODPADKOVÉHO
KOŠA



KONTAKTUJTE
SVOJHO LEKÁRA

www.uvzs.sk

www.euro.who.int/influenza

VIANOČNÁ ATMOSFÉRA

Piatok, 15. decembra boli prípravy na vianočné sviatky v plnom prúde. Ochotných pomocníkov sme mali na každom kroku, napokon všetci čo mali ruky a nohy sa zapájali do aktivít.

Hneď po raňajkách začali prípravy potrebných surovín na prípravu vianočnej kapustnice. Dopoludnia už rozvoniavala kapustnica po celom zariadení.

Medzitým skupinka čistila ovocie na prípravu vianočného punču.

Kreatívni jedinci sa venovali výrobe vianočných pozdravov, námetov bolo viacero. Symbolika Vianoc je pestrofarebná a má pre každého svoj význam. Najskôr sme šikovne upravili farebný papier do potrebnej veľkosti a tvaru. Jemná motorika, cit, ale aj estetické cítenie sa naplno prejavili. Potom už bolo na každom jednom prijímateľovi, aký symbol Vianoc zhotoví z útržkov farebného papiera. Šikovnosť a kreativita nemala konca. Potvrdilo sa, ako nakoniec svedčia fotografie, že prijímatelia sú naozaj šikovní. Nakoniec zvíťazil symbol vianočného stromu a adventného venca. Táto aktivita všetkých potešila. Vianočné pozdravy boli pripravené na poštu na odoslanie príbuzným a priateľom.

Krátko po obede sa podarilo cesto na medovníky a hneď sa plnili plechy vykrajovanými tvarmi perníkov. Neodolateľná vôňa medu a škorice a vzájomne dopĺňala s vôňou ovocia z vianočného punču.

Keď bola práca hotová a pohostenia pripravené, ozval sa zvonček na vchodových dverách. Privítali sme veľmi milú návštevu – deti zo Základnej školy, ulica Medňanská, z Ilavy. Ich veselý džavot a smiech zaplnil spoločenskú miestnosť.

Imobilných prijímateľov navštívili na izbách, pri lôžku, a tak dojatie a radosť bola neopísateľná.



POĎAKOVANIE

„KOĽKO LÁSKY SA ZMESTÍ DO KRABICE OD TOPÁNOK“

„Bud’me vd’ační ľudom, čo nás robia šťastnými; sú to čarovní záhradníci, vd’aka ktorým kvitneme“

vyjadril sa francúzsky spisovateľ Marcel Proust.

Vo všeobecnosti je známe, že najúprimnejšie prejavujú lásku deti. V piatok, 15. decembra 2023, prišli do CSS-LÚČ Považská Bystrica, potešiť srdce a pohladať dušu nás všetkých, deti zo Základnej školy, ul. Medňanská, v Ilave. Zazneli vianočné koledy a piesne v detskom podaní doprovodu hudobných nástrojov.

V závere sme spoločne zaspievali pieseň Tichá noc. Deti nás obdarovali vlastnoručne vyrobenými vianočnými pozdravmi. Za všetkých prijímateľov sa chceme týmto poďakovať všetkým milým účinkujúcim, ktorí nám spríjemnili predvianočné chvíle svojím vystúpením. Boli ste úžasní.

Veľmi si vážime, že sme sa mohli stať súčasťou projektu „Koľko lásky sa zmestí do krabice od topánok?“ Sme radi, že ste na nás nezabudli a patrí Vám veľké „ĎAKUJEME“.

Osobitne sme vd’ační nielen všetkým dobrovoľníkom, ale najmä koordinátorke PaedDr. Lýdii Horákovovej, za vkusne zabalené krabice od topánok, ktoré boli naplnené množstvom prekvapení.



VIANOČNÝ ZÁZRAK

Je projekt, ktorý už siedmy rok spája spoločne osamelých prijímateľov sociálnych služieb a ľudí, ktorí sú ochotní a majú záujem splniť ich prania. Aj do CSS-LÚČ bol doručený „vianočný zázrak“ v podobe splnenia želaní, ktoré zmenili bežný život prijímateľov a priniesli radostné chvíle, aby Vianoce boli šťastné a veselé... Ďakujeme všetkým štedrým darcom.



VIANOCE 2023

Rok ubehol a prišli Vianoce.

20.12. sme mali posedenie pri stromčeku.
Zúčastnilo sa ho 12 klientov.

Pustili sme si vianočné koledy.

Mali sme aj občerstvenie. Bola kapustnica,
oblaťtky, čajové pečivo, ovocie a punč.

24.12 sme dostávali balíčky.

klienty boli spokojní.

2.1.2024 sme mali novoročné posedenie.

všetci sme si zaželeli veľa zdravia,
šťastia a spokojnosť.

POĎAKOVANIA OD VÁS



Teplo a vôňa domova,
láskavé slová,
spoločné spomienky,
neha a pochopenie...

...to sú Vianoce,
na ktoré sa
každý z nás teší.

Tie najkrajšie vianočné sviatky
prežité v kruhu blízkych,
v novom roku
veľa zdravia a spokojnosti
želá -

*- rod. Martin & Ľuboš
za všetko veľmi pekne ďakujeme*

Bánovce n/B 14.12.2024

