



# Otthon-Itthon

A biharkeresztesi Gondviselés Háza Református Idősek Otthona időszaki lapja

**„...hogy az én örömöm legyen bennetek, és örömötök teljes legyen. Az az én parancsolatom, hogy úgy szeresétek egymást, ahogyan én szerettelek titeket. Nincs senkiben nagyobb szeretet annál, mint ha valaki életét adja barátaiért.”**

*János evangéliuma 15. rész 11-13. vers*

## **BÉKESSÉG AZ OLVASÓNAK!**

Karácsonyhoz közeledve unásig ismételtelgetjük a „szeretet ünnepe” kifejezést, a megjelenő díszek között szebbnél szebb szívecskéket találunk, miközben a fogyasztói társadalom reklámáradatában a szeretet mércejévé az ajándék nagysága és pénzügyi értéke válik. A jól fűtött felsőosztálybeli lakásokban válogatott finomságoktól roskadozik az asztal, a szereplők jól menő divatházakban vásárolt méregdrága ruhákban pompáznak, sokszor még az asztaldísz is aranyfényben úszik, és a díszletként tündöklő karácsonyfa alatt



csakis 20 hónapos kamatmentes részletre vásárolt csodamasinák lehetnek, mert ezek nélkül nem igazi az ünnep. Aki nem így teszi tán szégyellheti is magát, mert zsugorinak mutatkozik, mintha nem szeretné eléggé az övéit... S mivel nap mint nap óriási nyomással érezzük ránk nehezedni ezt az elvárást, észrevétlenül tesszük mi is magunkévá ezt az örületet, és kezdjük magától értetődőnek érezni a hitelbe vett boldogságot – azzal már nem törődve, hogy jövő karácsonykor még mindig nyögjük a mostani eszetlen költekezés és rongyrázás árát.

Valóban ez lenne a SZERETET? Valóban ez ajándékozza az igazi ÖRÖMÖT? AZ örömben benne van a pillanatnyi, vagy hosszabban tartó boldogság, a megelégedettség, a rácsodálkozás, a hálaadás. Az, hogy értékesnek tartom, és így őrzöm, óvom azt, akinek/aminek örülök. Isten TELJES ÖRÖMMEL akar bennünket megajándékozni. Olyan

örömmel, ami az egész életünket befolyásolja és kiteljesíti. Isten, aki maga az öröm forrása, s akinek a lényéhez tartozik az öröm, el is készítette azt számunkra az emberi élet minden részletében. Hiszen Isten az embert szeretetből és örömeire teremtette. Ez tükröződik a teremtett világ, mint az ember életterének szépségében, az univerzum, s benne az ember, mint szerves csodálatosan szervezett működésében. Az ajándékba kapott társban, a hétköznapi örömeiben, a férfi és nő kapcsolatában, a gyermekáldás ajándékában, a jól végzett munkában, abban, hogy napszámosnak és királynak (szegénynek és gazdagnak) is lehet öröme. És ez látszik a szabályszerűen ismétlődő és az alkalmi ünnepnapok ajándékában, hogy meg lehet állni, újra lehet értékelni az életünk dolgait, rendezni lehet a gondolatainkat, a viszonyainkat, a kapcsolatainkat – Istenel is.

Jézus azt mondja: „Az az én parancsolatom, hogy úgy szeressétek egymást, ahogyan én szerettelek titeket. Nincs senkiben nagyobb szeretet annál, mint ha valaki életét adja barátaiért.” Életünket adni egymásért nem csak halálos önfeláldozással lehet, ahogyan Jézus

tette.

De hogyan mutatta ki még ezen kívül Jézus a szeretetét? A mennyből leszállva és emberré születve feladta a maga „megszokott isteni kényelmét” azért, hogy másokkal jót tegyen. Nem azt nézte, hogy a másik megérdemli-e a jótettet, csak tette azt, aminek helyes voltáról meg volt győződve. Nem adta fel a jó cselekvését akkor sem, ha időnként ő is elkeseredett (... ti viperák fajtata... meddig tűrlek még titeket...). A saját jóságának és saját jó cselekvésének nem szabta fel-tételül a mások cselekvését, azaz nem mondta „majd ha te megteszed, akkor én is megteszem; majd ha előbb te olyan leszel, akkor utána én is olyan leszek”. Nem gyűlölte azt, aki nem értett vele egyet, sőt a megtérő latornak a kereszten is megkegyelmezett, és imádkozott azokért, akik őt keresztre szegezték.

Egymásért tehát nem csak halni lehet, hanem örömmel és szeretettel élni is. Isten áldjon mindnyájunkat, hogy legyünk képesek örülni és szeretni Jézus példája szerint az ünnepen és a hétköznapi életben egyaránt!

*Nagy Zsoltné  
intézményvezető*

Szeptember közepén, kis csapatunk örömteli perceket töltött a nagyváradi Rhédey parkban kialakított állatkertben, mellyel régi tervünk valósult meg. Kihaszználva a lehetőséget megtekintettük a nagyváradi várat, megcsodálhattuk a váradi panorámát a Gombából (Kálvária domb), majd a Római Katolikus Püspöki Palota és Székesegyház parkjában sétáltunk és nyugodt perceket töltöttünk a csodálatos templomban.



Az Európai Kultúra Napján a biharkeresztesi római katolikus templomot látogattuk meg ahol Sárközi Lajos sekrestyés tartott nekünk előadást a templom történetéről és az egyház európai kultúrában betöltött szerepéről. Az előadás után Schubert - Ave Maria, Handel - Dank sei dir Herr és Vivaldi - Gloria című művét hallgattuk meg melyek gyönyörűen szóltak a templomban.

Október 16-án, nagy örömünkre a Körsszegapáti Napsugár Idősek Klubjának tagjai látogattak el hozzánk. Rövid műsorral köszöntötték otthonunk lakóit, körsszegapáti helyi termékekkel ajándékoztak meg, majd egy kellemes délelőttöt töltöttek el azokkal az ismerősökkel, akik településükről költöztek be otthonunkba. A jó hangulatban telt látogatást egy közös ebéddel zártuk. Köszönjük, hogy itt voltak, és legközelebb is szeretettel várjuk őket!



## **„Te vagy az én erőm, rólad zeng énekem...”** (59. zsoltár 18. vers)

Természetes módon minden év vége az összegzés ideje is, így legyen szabad tájékoztatnom a Tisztelt Olvasót intézményünk 2018. évi működéséről, közös dolgainkról.

**1. Az intézmény működéséről:** Istennek hála az intézmény fennakadás nélkül és biztonságosan működik.

- **Bentlakás:** Egy évvel ezelőtt nagyon sok várakozónk volt. Akkor 8-12 hónapos várakozásra számíthatott a kérelmét beadó idős személy. Csökkentette a várható várakozási időt, hogy bővültek a férőhelyeink: a korábban engedélyezett, de normatívába be nem fogadott 6 férőhelyünk befogadását tavasszal megkaptuk, így jelenleg 84 férőhelyen fogadhatjuk a hozzánk érkező időseket. 77 fővel kezdtük az évet, november 30-ig 32 fő költözött be, 1 fő kiköltözött, és sajnos 32 fő hunyt el ebben az évben, sokan nagyon rossz egészségi állapotban kerülnek be és a gondos ápolás sem tudja az állapotuk romlását visszafordítani. (Nagyon erősen látszik, hogy szigorúak a bekerülés jogszabályi feltételei.) Várakozóink közül sajnos többen elhunytak, mire bekerülhettek volna. Mindez rendkívüli módon veszi igénybe az intézmény munkatársait fizikai-idegi-érzelmi tekintetben egyaránt. Idén november 30-

ig már 35 kérelem érkezett, 2 fő visszavonta és ketten elhunytak a várakozási idő alatt, 76-en laknak bent az intézményben.

- **A nappali ellátás** folyamatosan működik. Klubosaink egy része az étkezés lehetőségét is igénybe veszi. A napi foglalkozások döntő részben a bentlakókkal közösen zajlanak, de lehetőség van intézményen belül szervezett külön programon, valamint intézményen kívüli programon való részvételre is. Klubosaink számára igénybe vehető a „Wellness klub” szolgáltatása is, melyen belül a gyógymasszázs, a fényterápia, az elektromos fizioterápiás készülék, és a sófal is jó szolgálatot tesz. Az intézmény komplex szolgáltatába bekapcsolódik a helyi Református Nőszövetség csoportja is.

- **Az étkezés** lehetőségét egyre többen veszik igénybe. Étkezőink száma a költségvetésben tervezetthez képest 35%-al nőtt, és egyre több a hétvégi étkező is.

### **2. Fejlesztések, felújítások:**

- 78-ról 84 főre nőtt az engedélyezett férőhelyeink száma.

- A nyár folyamán festést-mázolást végeztünk a gyülekezeti terem, ebédlő, konyha területen. November végén és december elején a főépületben a betegsori és a főbejárati folyosó, földszinti társalgó és WC-k, valamint a két lépcsőház meszelése, javítása és ajtókeretek festése történt meg. A felújítások költsége közel 3mFt. Tisztelettel köszönjük a lakók és a látogatók felújítás alatt tanúsított türelmét,

és megköszönöm a munkatársak nagy igyekezetét, mellyel a nehezített körülmények között is igyekeztek ellátni nehéz feladataikat.

- Az elmúlt évben egyre többször tapasztaltuk a fűtésrendszer elégtelen működését. Bár többszázezer Ft értékben kicseréltük a szivattyút, ez nem oldotta meg az összes problémát. A rendszert újra kellett hangolni, így most megfelelően működik a legtávolabbi szobákban is.

- Azóta elhunyt lakónk, Fábos Ferencné jelentős adományából, 1,5mFt értékben vásárolhattunk 7db komoly elektromos kórházi ágyat éjjeliszekrényvel együtt. Szeretnénk a fejlesztéseket, eszköz beszerzéseket folytatni.

- Lassan elkészül a kemencés filagória a demens részleg udvarán. A közel 500.000,-Ft értékű kemence megérkezett, és tavasszal a filagória berendezése, a konyhapultok kialakítása megtörténik.

- Komoly szakmai előrelépést jelent, hogy oktató intézmény lettünk: szeptember vége óta a helyi középiskola szociális gondozó ápoló szakos tanulóit heti 3 napon itt végzik a gyakorlatukat nálunk – sok feladatot ad az ápolóknak, hogy a diákokat bevezethessék a szakma rejtelmeibe, és úgy szakmailag, mint emberileg jó példát adjanak eléjük. A főnővér és a mentálhigiénés munkatársak a napi képzésben, tanításban, elméleti oktatásban vesznek részt, a gazdasági iroda munkatársainak pedig a jelenléti-, bér-, táppénz jelentésekben keletkezett új feladatuk. Köszönöm szépen az ő igyekezetüket, az új fel-

adathoz való hozzáállásukat is.

**3.** A Szakmai Programunk rögzíti, hogy mely intézményekkel, szervezetekkel milyen **együttműködés**ben végezzük szakmai munkánkat. Ennek értelmében szervezett együttműködés indult el a Biztos Kezdet Gyerekház után az óvodával és bölcsödével is: a nemzedékek közötti kapcsolat erősítése, a fogyasztókkal élők integrációja és a hagyományok őrzése, ápolása gondolatok jegyében kezdődött el a tervezett együttműködés megvalósítása. Novemberben meg látogattuk az óvodát-bölcsödét, a csoportokat, ismerkedtünk a gyerekekkel. Ez az első találkozás nagyon jól sikerült, a következő alkalommal a gyerekek fogják viszonzni a látogatást. Terveink között közösen szervezett sportnap, játék, hagyományörzés, közös sütés-főzés is szerepel. A Biztos Kezdet Gyerekház már 2 alkalommal járt nálunk és egyszer mi is meglátogattuk őket közös szalonnasütésre. A Gárdonyi Zoltán Ref. Általános Iskola és AMI pályaaorientációs napon járt nálunk, mely a gyermekeket a későbbi pályaválasztásra hívatott felkészíteni.

**4.** Ellátottak számára szervezett **programok** ebben az esztendőben is voltak bőven. A heti beosztás szerint szervezett programok között találunk irodalmi- és játékos délelőttöt, kézműveskedést és gyógytornát, zeneterápiát és istentiszteletet, egészségmegőrző kezelést és moxidélutánt, meg sok minden mást. Az intézmény 3 épületében folyamatosan igénybe vehetők a foglal-



kozások aszerint, hogy lakóink érdeklődése, testi-szellemi egészségi állapota mit tesz lehetővé. Ezeket a foglalkozásokat 4 személy végzi. Tisztelettel megköszönöm az ő munkájukat is. Megjegyzem, hogy a főnövér és a két mentálhigiénés munkatárs segítségével végezzük a beköltözni kívánó idősök felvétel előtti előgondozását, ami szintén sok feladatot ad, különös tekintettel arra, hogy a jelentkezéseket az egész ország területéről tudjuk fogadni, így az ősz folyamán pl. Kaposvár mellett és Győr közelében is kellett előgondoznunk. A heti rendtől eltérő programok között megemlítem a tóparti főzéseket, a gyógyfürdő látogatást, a nemrég lezajlott „Gyász a családban” című előadást és a 2 alkalommal is szervezett könyvbemutatót. Természetesen igen sok időt venne igénybe a programok részletes felsorolása.

**5. Munkatársainkról:** intézményünkben 42 főállású dolgozó, 2 részmunkaidős, 2 csökkent munkaképességű dolgozó és 5 közfoglalkoztatott dolgozik. Nagy öröm, hogy a dolgozók folyamatos bére és juttatásai fennakadás nélkül biztosítottak. Nem csupán törvényi kötelezettségnek gondoljuk, hanem a dolgozó támogatásának is látjuk a továbbképzéseken, szupervíziós képzéseken való részvétel biztosítását. Rendkívül nehéz feladatot végeznek a munkatársak. Megfelelő lelki háttér biztosítása, egymás támogatása, lelkigondozása nélkül ez a nagy teher hamar kiégéshez, emberi és szakmai megfáradáshoz

vezethet. Ezért igyekszem én magam is, hogy a munkatársaknak és családtagjaiknak minden esztendőben lehetőségük legyen a pihenésre, kikapcsolódásra, megújulásra. Ennek érdekében már 4. alkalommal szerveztük meg a szupervíziós tréninget, ahol minden munkatárs 2 napig nagyon szép körülmények között és remek ellátás mellett tölthetkezhetett, és vehetett részt szakmai személyiségének fejlesztésében. Idén is szerveztünk munkatársi családi kirándulást, ahol remek hangulatban tölthetünk el 3 napot. Mindent megteszünk azért, hogy munkatársainkat emberileg és anyagilag is meg tudjuk becsülni – köszönet illeti intézményünk Fenntartóját a támogatásért.

Tisztelettel megköszönjük a lakóink és hozzátartozóik felénk megnyilvánuló bizalmát. Reméljük, hogy a jövőben még intenzívebb lesz közöttünk az együttműködés annak érdekében, hogy megkönnyíthessük egymás számára ennek a sok nehézséggel terhelt időszaknak az elhordozását. Őszintén be kell vallanunk, hogy nagyon elfáradtunk ebben az évben. De a címbeli idézet szerint mi is valljuk a Zsoltárossal együtt, hogy Isten a mi erőforrásunk. Az a reménytelni bizonyosságunk, hogy a következő esztendőt is Vele együtt kezdhetjük, folytathatjuk és fejezhetjük be. Isten áldja Kedves Mindnyájukat!

**Nagy Zsoltné**  
**intézményvezető**



Nagy örömmel jelenthetjük, hogy intézményünk szeptember hónaptól gyakorlati képzőhelyként is működik. A Berettyóújfalvai SZC Bi-harkeresztesi Bocskai István Gimnáziuma, Szakgimnáziuma, Szakközépiskolája és Kollégiuma diákjai kezdhették el nálunk gyakorlati tanulmányaikat szociális ápolói-gondozói szakon. Az intézményünkben eltöltött idő alatt igyekszünk megismertetni hallgatóinkat a szakma szépségeivel és fontosságával. Kívánunk nekik sok sikert!

**Tarsoly Zoltán:** Szakmailag jól felkészült ápolók segítenek nekünk, a lakók is szívesen fogadtak bennünket.

**Budai Alexandra:** Az intézmény jól felszerelt, lehetőségem van tökéletesíteni a gyakorlati tudásomat és jól esik, ha munkámért dicséretet kapok.

**Karancsi Katalin:** Örülök a barátságos környezetnek és a dolgozók kedvességének. Végre lehetőségem van a gyakorlatban is kipróbálni azt, amit az iskolában tanultunk.



## Visszatérés

A „visszatérés” szó magába rejti azt a jelentést is, hogy előtte eltávolodunk valamtől. Ugyanúgy volt ez velem is. Ezelőtt négy esztendővel a családomban ránk mosolygott a jó Isten és gyermekáldásba részesített. Sok feladattal látott el a gyarapodó családom, de most már annak is eljött az ideje, hogy hivatásomnak, szakmámnak is éljek. Ez év szeptemberétől visszatértem az otthonba és próbálkozom javítani a lakók életminőségét gyógytornán és frissítő masszázson keresztül.

Azzal, hogy eljövök otthonról és itt, az otthonban mély levegőt véve más munkát végzek az otthonihoz képest, igazán hálás vagyok a jó Istennek azért, hogy mindezt megengedi nekem. Sok emberrel találkozok, ami azt is jelenti, hogy ez ugyanannyi sors is. Jó tanulni abból, amin már keresztülmentek az idősebb emberek, jó addig is hallgatni őket az együtt eltöltött idő alatt amíg én tornázatom őket.

Arra törekszem a gyógytorna által, hogy könnyebben élhesse a napjait. Vissza szeretnék állítani régebbi

fizikai állapotát vagy egyes esetekben egyáltalán fenn tartani a fizikai kondícióját. Nem mindegy, hogy a nyirok masszázis után kevesebb pangó vízzel könnyebb a járás, az átmozgatott végtagokkal egyszerűbb az öltözködés vagy a járástanítással magasabb szintű életet élhet.

Úgy ahogy én is mély levegőt veszek munkába jövetel előtt, ugyanúgy fontos mindannyiunk számára a levegővétel az élet fennmaradásához. (Mi a hosszú élet titka? A folyamatos levegővétel :))

Tudományos kutatások is bizonyítják, ha jó a gázcsere az hozzájárul a szervezet jobb működéséhez. Testnek, léleknek jót tesz a friss levegő. Ha valami feszültség van bennünk, ha idegesek vagyunk, ha szomorúak vagyunk érdemes kimenni a friss levegőre, ha ez nem lehetséges a szobában is nyitott ablaknál végezzünk egy pár légző gyakorlatot.

### Ilyenek például:

Belégzésre felemeljük karjainkat, kilégzés közben lassan leengedjük karjainkat. Fontos, hogy a belégzés orron keresztül, a kilégzés pedig szájon keresztül történjen. Érdemes arra is odafigyelni, hogy a



kilégzés ideje mindig hosszabb legyen, mint a belégzése. Ötször – hatszor végezzük, a lélegzetvétel lassú legyen, mert ha túl gyors elszédülhetünk.

Belégzésre felemeljük a fejünket, kilégzésre a fejünket előre döntjük, állunkat a mellkasunkba szorítjuk. Ezt is ötször végezzük külön – külön mind a két oldalon. Lassúak legyenek a fejdöntések, hogy el ne szédüljünk!

Belégzésre leengedett karokkal felemeljük a vállainkat a fülünkhöz közel, kilégzésre pedig hirtelen, lazán leengedjük vállainkat öt – hat gyakorlat erejére.

Egy kis, saját magunk által elvégzett váll- és nyakizmok nyújtásával is nagyon sok feszültségtől megszabadulhatunk. Ez a következőképpen történhet: fejdöntés jobbra, miközben a jobb vállunkat nem mozdítjuk, és amíg a fejünk oldalra döntöttük addig a bal vállunkat lefele irányítjuk a föld fele, ellentétes irányba a fejdöntéssel. Ugyanezt kíséreljük meg a másik oldalon is, hogy a fejünket balra döntjük és a jobb vállunkat lefele toljuk. Kétszer – kétszer mind a két irányba végezhetjük.

Jó feszültségoldást kívánok mindenki számára és áldásokkal teli, nagyon szép ünnepeket!

**Pap Teréz**

## Adventi készülődés

Advent időszaka, más néven az Úrjöveti időszak, a várakozás ideje. Jelentése magába foglalja az Isten utáni vágyakozást, melynek mélynek és tisztának kell lennie, hiszen emberi életünk és várakozásunk csak az Úrban nyer beteljesülést.

Az Advent időszaka tanít nekünk valamit. Vágyakozásra, bűnbocsánatra, várakozásra inti a lelkeket.

Advent a reménység időszaka. Reményekkel teli szívvel fordulunk az Úr felé, és várjuk eljövételét. Advent színe a lila, mely az összeszedettség, fegyelem, bűnbánat jele. Rózsaszín az öröm szimbóluma. A négy gyertya a Béke, a Hit, a Remény és Szeretet jelképe.

Gyűjtsuk meg hát mi is szívünkben a négy lángot, s így készüljünk az Úr eljövételére, az igaz Karácsonyra, a szeretet Ünnepeére!

Áldott Ünnepet!

*Szabóné Judit*



## Isten útjai kifürkészhetetlenek

„Nagy vagy te Isten, nagy a te hatalmad”, énekeljük és átéljük napjainkban. Emberi gondolkodásunkkal fel sem foghatjuk az Ő áldott terveit.

Áldott férjjel áldott meg az Úr. Nagyvárad születésűek vagyunk, az egész család. Nem panaszkodás ként, de elég nehéz megélni a hetesi időszakokkal küzdöttünk az életünk kezdetén, de szépen haladtunk, anyagilag sem nélkülöztünk jobban mint mások.

Miskolcon és Budapesten is éltek rokonaink, többször is meglátogattuk őket. Hívtak minket, sokat töprengtünk az idős szülők, a megszokott város, fiatalságunk és nem utolsó sorban a drága lelki testvéreink miatt, akik Úrunk külön drága ajándékai voltak. A nagy fiunk, aki tizenhét éves volt már ekkor, nagyon vágyódott a változás után. Sokat imádkoztunk és kértük az Urat, hogy adjon útmutatást, és azt az ígét kaptuk, hogy az Ő útjai kifürkészhetetlenek. Drága párom

jobban bizakodott, és elkezdtek beszerezni a szükséges iratokat.

Egyik alkalommal az írást olvasva azt a drága ígét kaptam Ézsaiás 43, 1 "Ne félj, mert megváltottalak, neveden szólítottalak, enyém vagy!" Ki se tudom mondani azt az örömet, biztatást, amelyet éreztem.

A drága testvérek is bíztattak, legyünk türelmek. Ez volt 1975 nyarán. Havonta lehetett menni az illetékes hatóságokhoz érdeklődni.

Közben a hajó, amelyen utaztunk Isten kegyelméből egy kis családdal, egy aranyos kislánnyal ajándékozott meg bennünket, és rá tíz hónapra megkaptuk az áttelepüléshez szükséges



iratokat.

Közben sokszor utaztunk át Biharkeresztesen, és számtalanszor megfigyeltük a vonat ablakából az otthon épületét. Akkor még nem tudtuk, hogy ez lesz az igazi otthonunk. És befogadtak, ez tíz éve volt. Közben drága párom, aki már akkor beteg volt, elment az Örök hazába. Én itt élek boldogan, eleinte mintha egy nyaralóba, üdülőbe jöttünk volna. Közben én is beteges let-

tem, de a Jó Atya, drága szent fia segítségemre volt.

Jól érezzük magunkat, a foglalkozásokon sokat vagyunk együtt. Az elmúlt években sokszor nyílt alkalmam arra, hogy szavaljak, énekeljek. Nagy hálával van tele a szívem a vezetőség és a személyzet iránt.

Azzal az igével búcsúzom, amit

a drága párommal mindketten szeretünk, közösnek tekintünk:

„Akik Istent szeretik, minden javukra van”

Róma 8,28

„...legnagyobb a szeretet”

1 Kor. 13, 13

*Kozma Erzsébet*

## Kezeink munkáját tedd maradandóvá Zsolt 90,17

A mindennapi foglalkozásaink keretében, keddenként kézműveskedésre gyűlünk össze lakóinkkal és klubtagjainkkal. Az évek során egy jól összehozott kis törzsközösségünk alakult ki. Mindenki nagyon várja a kedd délelőttöket, ahol testvéri szeretetben telik az idő. Kezeink közül különböző kézműves dolgok kerülnek ki, amelyek az otthonunk díszítésére szolgálnak. Természetesen ha más intézménybe látogatunk, szívesen ajándékozunk munkáinkból. A szép vázákhoz, amiket Ilike néni készít nagy szeretettel, Jolánka néni és Marika néni horgolják szorgalmasan a fonalat. A virágok és ajtódíszek, amik Ágika munkái, a szép horgolt kitűzők és fenyődíszek, amiket Mucika és Erzsike néni készítenek, Mancika papírfonásai mind fellelhetőek a házban. A színes képek, rajzok, amiket szeretettel festünk, színezzük, vágunk évszaknak megfelelően, a vidám beszélgetések, nótázások, süti- és ételreceptcserék, viccelődések, kedves visszaemlékezések, és az Erzsike néni által elszavalt szép versek teszik

hangulatossá a kedd délelőttjeinket. „Közösségben van az erő.” szoktuk mondogatni, hiszen ha tudunk még valamit tenni másokért, sikerül mosolyt csalni egy-egy virág, szép váza, színes kép láttán az arcokra, már megérte a törekvés, ott a szeretet jelen van.

Kívánunk mindenkinek áldott karácsonyt és békés boldog új esztendőt!

A kézműves kör tagjai









**"Közel van az Úr a megtört szívűekhez, és a sebzett lelkűeket megsegíti." 34. zsoltár 19. verse**

Szomorú szívvel, de Istenben bízó lélekkel tudatjuk, hogy drága munkatársunk, Szabó Elisabeta 61 éves korában tragikus hirtelenséggel elment a minden élőék útján.

Nagyon szerettük őt. Kedves, vidám személyisége jó munkatárssá tette. Nagy igyekezettel végezte feladatait. Tudott mosolyogni, együttműködni, zsebében hordott feljegyzéseivel pontos munkára törekedett. Tudott bocsánatot kérni és megbocsátani. Tudott nagyvonalúan tovább lépni, törekedett a jóra, a jobbra. Szerettük a nevetését, a talpraesettségét, gyakorlatiasságát, a lakók iránti készségét, és a különlegesen finom krémesét is, amellyel alkalmanként megvendégelt bennünket. Hiányozni fog! Családjának őszinte szívvel kívánjuk Isten vigasztalását és megerősítő kegyelmét.

Imádkozzunk értük!





Hagyományunkhoz híven ebben az évben is mesemondásra invitáltuk lakóinkat, klubtagjainkat. Október 25-én a vállalkozó kedvű rutinos mesélők vagy azok, akik először álltak közönség elé, számtalanszor megnevetették a szép számú közönséget, aminek taps volt a jutalma. Reményeink szerint minden kedves jelenlévő jól érezte magát, hiszen mesét hallgatni mindig nagy élmény!



Óvodába látogattunk november 21-én. Izgalommal készülünk a generációs találkozásra. Reggel gyalogosan tettük meg a két intézmény közötti rövid utat. A Szivárvány Óvoda mindegyik csoportjában kitörő örömmel fogadták időseinket a gyerekek, érdeklődve

hallgatták élettörténeteiket, közös játékok, gyümölcssaláta készítés színesítette az ott töltött délelőttöt. Osztatlan sikernek örvendett Szuzi is, Magdi néni kiskutyája, aki minden óvodáscsoportot meglátogatott.

## Kabai Alex koncert



Légyszi, ne!! Ne süss idén is ötfélét! Ne főzz huszonöt főre! Ne sírj a konyhában este tízkor a fáradtságtól! Ne akarj megfulladni a plázában tolongva! Ne szorítsa a torkod a fájdalom, hogy megint egyedül vagy a feladattal! Ne várd, hogy vége legyen az egésznek!

### **1. De a gyerekek...**

A gyerekeidnek légyszi, ne mutasd azt a példát, hogy a beleket ki kell tekerni karácsony előtt azért a két várható bókért. Szerintem nincs szükségük rá.

Jó emlékekre: a családra, vidámságra és figyelemre van szükségük, nem aszalt szilvával töltött csirkére mazsolás rizzsel és négyszáz szem házi készítésű bonbonra!!!!

### **2. De a szülőkkel/rokonokkal nem lehet...**

Nem, nem értenék meg az étte-remből rendelt vacsorát, elhiszem. DE a feleannyi süteményt, kisebb felhajtást, szolidabb ajándékozást meg fogják érteni, csak MERD kimondani. "Fáradt vagyok, felnőtt vagyok, boldog akarok lenni és ehhez nem az kell, hogy még két tepszi zserbón dermedjen a csoki, hanem, hogy itt legyél velem, meg az unokákkal." Ha ez sem érthető... akkor ki miatt hozol éppen áldozatot?

### **3. De hát mégis egyszer egy évben...**

Ott a pont! Miért csak karácsonykor lehet ünnepelni? Különleges receptet kipróbálni? Találkozni a megszervezővel? Ami ezek közül neked fontos (és nem nekem, vagy a szomszédnak, vagy a keresztanyunak), azt megoldhatod év közben is.

Ami máskor sem fontos, azzal miért pont most kell foglalkozni? Nem kell irreális terheket vállalni és három napba beleszúrítani azt, ahogyan

egyébként élni szeretnéd az életedet.

### **4. De a dédi receptjétől/a fa illától/a nagy ajándéktól lesz karácsony a karácsony...**

Rossz hírem van: a karácsony olyan, amilyenné teszed. A dédire emlékszel a mákos süti nélkül is, a fapipelős hátfájás übereli a fenyőillatot és a nyolc havi hiteltörlesztés rá fog telepedni a következő évre.

Úlj le és írd már össze, hogy mi az, amitől te, MOST, 2018 karácsonyán boldog lennél?

### **+1. De a mama miatt meg kell hívni...**

Nem, nem kell. Meg fog sértődni? Kellemetlen.

Mondjuk nem annyira, mint évenként keresztül hallgatni, ahogy a családod előtt megaláznak, leszólják a lakásodat, megjegyzést tesznek az alakodra és elvárják, hogy mosolyogj hozzá, "hiszen csak vicc".

Ha eddig bírta illedelmesen mosolyogni, akkor tessék ismét felvenni a búbáj mosolyt és csak nyugodtan: "Idén szűk körű a karácsony, nagyon kedvesek vagytok, hogy megértitek. Tudtam, hogy rátok számíthatok." (De, meg lehet csinálni.)

Kérlek szépen, ne légy karácsonyi mártír.

Tedd le idén a szokásokat, az udvariasságot és legalább ebben az egy évben próbáld ki, hogy milyen egy kicsikét máshogy. Milyen, amikor KIPIHENT vagy, nem vállalod túl magad, nincs aggódás és az van körülötted, aki törődik veled, aki szeret. Hidd el, egy csomó mindenről ki fog derülni, hogy csak te hitted, hogy muszáj, valójában elhagyható és senkinek nem hiányzik.

**Légyszi, próbáld ki, hogy milyen a te karácsonyod igazából!**

## A Gondviselés Házában igénybe vehető szociális ellátások és egyéb szolgáltatások

### Szociális ellátások:

- idősek és demensek bentlakásos ellátása (az ország egész területéről igénybe vehető)
- idősek és demensek nappali ellátása (Biharkeresztes, Ártánd, Bedő, Mezőpeterd, Told települések lakói számára) térítésmentes
- szociális étkeztetés

### Egyéb szolgáltatások:

- menü étkeztetés előzetes megrendelés alapján
- családi és egyéb rendezvények, fogadások meleg vagy hideg étkezésének biztosítása helyben, vagy elvitellel
- konferenciák, rendezvények helyszínének biztosítása 120 főig
- meleg étkeztetés vagy állófogadás helyben 100 főig



Gondviselés Háza Református Idősek Otthona  
4110 Biharkeresztes, Nagy Sándor u. 11-13.  
Főépület: 06-54/541-094; 541-095; fax: 541-097  
Demens részleg: 06-54/541-096;  
E-mail: [gondviseles.bkeresztes@reformatus.hu](mailto:gondviseles.bkeresztes@reformatus.hu)

Honlap: [www.gondviseleshaza.reformatus.hu](http://www.gondviseleshaza.reformatus.hu)  
Facebook: [www.facebook.com/gondviseleshaza.biharkeresztes](https://www.facebook.com/gondviseleshaza.biharkeresztes)