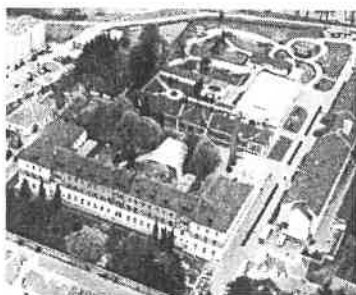




A SZENTGOTTHÁRDI SZAKOSÍTOTT OTTHON FOLYÓIRATA

A tartalomból:

| | |
|--|-----------|
| Dicséreteseink..... | 2. oldal |
| Rajzkiállítás..... | 3. oldal |
| Gyalogtúra – Kerákpártúra..... | 4. oldal |
| Emlékeztünk..... | 5. oldal |
| Üzenet a lakóotthonból..... | 6. oldal |
| Életmód..... | 8. oldal |
| Mik a hírek a Gold együttes háza táján? | 9. oldal |
| Idősek világnapja..... | 10. oldal |
| Szellemi és ügyességi vetélkedő – Téli viccek..... | 11. oldal |
| Tudtad-e, hogy?..... | 12. oldal |
| Hangolódás..... | 13. oldal |



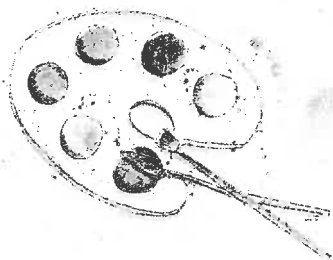
Dicséreteseink

A 2020. év II. félévében példamutató magatartásáért illetve kitartó munkavégzéséért, közösségi tevékenységéért dicséretben részesült :

1. Porcsin Tibor – Lakóotthon
2. Erdey Jenő – CII
3. Danyiné Hirmann Julianna – CII
4. Mohácsi Erika - CII
5. Imecs Jenő Jánosné – BII.
6. Puha Zsuzsanna – BII.
7. Auer Gáborné – BII
8. Konrádi László – CI
9. Kováts Tamás – CI
10. Magyar Attila – CI
11. Schweigert Károly – BI
12. Senkár József – BI
13. Keszey Zoltán – BI
14. Taligás Györgyné – Cfsz
15. Bognárné Pálffy Eleonóra – Cfsz
16. Prazsák Mária – Cfsz
17. AII bal Zsiák László - AII Bal
18. Koós József - AII Bal
19. Lovrics Imre – AII Bal
20. Raduly Endre – AII Jobb
21. Bakos Bálint – AII Jobb
22. Kunu László - AII Jobb
23. Teszárek Éva – AIBal
24. Serfőző Mária – AIBal
25. Vörös Jánosné – AIBal
26. Juhász Istvánné – AIJobb
27. Nagy Jánosné – AIJobb
28. Cséfalvay Edit Zsuzsanna – AIJobb
29. Varga Károly – Afsz
30. Jászberényi János – Afsz
31. Baráth Attila – Afsz

Gratulálunk!

Rajzkiállítás



Szeptember 22-én Kiállítást nyitottunk meg a Rajzsakkörös lakók alkotásaiból. A válogatott munkák egy hónapig voltak megtekinthetőek. A Szociális és terápiás csoport vezetője és a szakkörvezető mondott köszöntőt, és nyitotta meg az erre az alkalomra szervezett rövid műsort. A szereplők zenés és verses felvonásokkal dicsérték a Szépművészetet, a szakkörvezető pedig rövid ismertetővel bemutatta az alkotókat és az alkotási technikákat. Az alkotók közül az a 14 fő akiknek a válogatott munkáiból ez a Kiállítás megrendezésre kerülhetett állandó tagja a rajzfoglalkozásnak. A rajzsakkör népszerűségéhez, hogy egyre többen szeretnének alkotni és különböző művészeti technikákat kipróbálni, ahhoz a kiállítás képei is hozzájárultak. Az alkotás egy kikapcsolódás, megnyugvást hoz az alkotó számára. Szinte egy más, megváltozott tudatállapotba kerülünk, koncentrációnk összpontosul, képzeletünk elszabadulnak, az időérzésünk elvész. Elengedjük a kontrollt.

Ebben az ihletet pillanatban megszületik a műalkotás, amely egyedi és megismételhetetlen, tükrözi alkotója érzelmi és gondolatvilágát és temperamentumát. Ennek megfelelően a kiállított munkák közül a virág és tájcsendéleten át színes kompozíciótól az emberi figurákon át a Portréig a legkülönbözőbb technikákkal kivitelezett munkákat csodálhatt meg a látogató.

Végtelen örömmel tölt el, hogy a rajzsakkörösök megtisztelnak a bizalmukkal és segíthetem és kísérhetem őket az alkotás útján. Így hálásan köszönöm Márton Zsuzsának, Molnár Lászlónak, Horváth Tündének, Szőrös Viktóriának, Várkonyi Varsánynak, Roubal Rolandnak, Zakar Sándornak, Hájas Zoltánnak, Kun Attilának, Török Zsuzsannának, Papazoglu Szilviának, Marczika Ágnesnek, Nagy István Zsoltnak, Hamusics Évának és Kovács Tamás Györgynek a töretlen alkotókedvet és a bizalmat.

F. Sz.

Zsidahegyi gyalogtúra

Szeptember utolsó csütörtökén hét bátor, elszánt gyalogtúrázó elindult, hogy meghódítsa Zsidahegy dombját. A városon keresztül vágva hamarosan elértük Zsida falut, ahol nagyon szép kertes családi házakban gyönyörködhettünk. A falu végén jobbra kanyarodva elindultunk felfelé a dombon, az erdei részhez érve hol meredekebb, hol lankásabb erdei úton haladtunk. Közben megcsodáltuk a magas fenyőfákat és az erdei gombák sokféleségét. A dombra felérve, ahol már lakóházak voltak megpihentünk és elfogyasztottuk a magunkkal cipelt zsíros kenyereket.



Zsidahegyről leereszkedve szemünk elé tárult Szentgotthárd gyönyörű látképe a kimagasló templomtornyokkal és a térséget Ausztria felől körbe ölelő zöld színben pompázó dombokkal. Az Akasztódombról lesétálva máris a városközpontban találtuk magunkat.

Kellemes fáradtsággal, tele élményekkel és mégis a természet szépségeitől felüdülve tértünk vissza az otthonba.

K.K.K., R.M.

Őszi kerékpártúra Alsószölnökre

Egy napsütéses szeptemberi délutánon, a két keréken gurulás „szerelmesei”-vel elindultunk Alsószölnökre. A kellemes enyhe lejtőkkel tűzdelt, kanyargósan ívelő úton hamar elértük céljunkt.



Megnéztük a Rábán épített vízierőművet és annak vadregényes környékét, ezután még a falu nevezetességeit is megcsodáltuk és vacsoraidőre visszakerekeztünk az intézménybe.

KKK, SZ.A.

Emlékeztünk...



Ebben az évben ugyancsak a vírushelyzet kialakulása miatt a minden évben megrendezett temetőlátogatást két alkalommal szerveztük meg, 2020. november 29-én és 2020. november 30-án. Korlátozott létszámmal, kétszer 10 fős csoportban vehettek részt lakóink a megemlékezésen.

A szociális és terápiás csoport egyik munkatársa néhány gondolattal idézte meg a mindenszentek és halottak napja hangulatát, s egy - egy mécses lángjával tisztelettel és szeretettel emlékeztünk meg intézményünk elhunyt lakóira.

R.M.

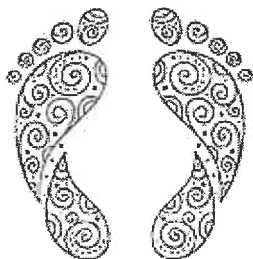
Juhász Gyula : Consolatio

*Nem múlnak ők el, kik szívünkben élnek,
Hiába szállnak árnyak, álmok, évek.
Ők itt maradnak bennünk csöndesen még,
Hiszen hazánk nekünk a végtelenség.*

*Emlékük, mint a lámpafény az estben,
Kitündököl és ragyog egyre szebben
És melegít, mint kandalló a télben,
Derűs szelíden és örök fehéren.*

*Szemünkben tükrözik tekintetük még
S a boldog órák drága, tiszta üdvét
Fölissza lelkünk, mint virág a napfényt
És élnek ők tovább, szűz gondolatként.*

Nem kell szégyenkezni, van megoldás a körömgombára!



A körömgomba népbetegség, főleg nyáron zavar sokakat a gombás köröm ami különösen makacs betegség tud lenni.

A körömgomba rizikófaktorai!

A lakóság 60-70 százalékának van valamilyen gombás eredetű panasza. A szintetikus rosszul szellőző cipők és nylon zoknik, harisnyák ideális körülményeket teremtenek a kórokozók szaporodásához, amely a meleg párás sötét helyeket kedveli. Néhány hajlamosító tényezőtényező pedig még inkább elősegíti a gombás fertőzés így a körömgomba kialakulását.

A körömgomba tünetei kezdetben nem feltűnőek, de fel kell figyelni az alábbi jelekre.

- fehér vagy sárgásbarna elszíneződés a körömön
- barázdálttá váló körömfelszín
- a köröm megvastagodása
- súlyosabb esetben kialakulhat gennyes gyulladás és sárgásfehér, porózus anyag távolítható el a köröm alól.

A betegség nem múlik el magától. Sokan szégyellnek orvoshoz fordulni. Azonban minél később kezdődik el a kezelés annál nagyobb

az esély arra, hogy később több körömre is áterjed a fertőzés és másokat is megfertőz az egyén. Sajnos a körömgomba nem múlik el magától és még ha orvosi segítséget is kapunk akkor is számolni kell a hosszadalmasabb, hónapokig, akár félévig tartó gyógyulással.

Ezért már korai stádiumban érdemes felkeresni a bőrgyógyászt aki a tüneteknek megfelelően javasolhat külsődleges szereket.

Sajnos a recept nélküli szerek nem mindig jelentenek megfelelő megoldást.

Tippek a megelőzéshez:

Hazaérkezéskor cseréljük le a rosszul szellőző lábbelit egy kényelmes jól szellőző papucsra. Viseljük papucsot a közös használatú vizes helyiségekben, standon vagy uszodában. Mindenki használjon közös törölközőt, saját ollót. Ha az utóbbi nem áll rendelkezésre fertőtleníteni kell az eszközt.

Nagyon fontos a lábhygiéné. Naponta lábmosás és a cipők rendszeres tisztántartása.

F.J.né

Üzenet a lakóotthonból

Hogy hogy éljük meg a KARANTÉNT?

Személy szerint számomra könnyebb a karantén, mint év elején volt. Már tapasztalatunk van az előző három hónapról. De ugyanúgy igényeljük a segítséget, a támogatást, a beszélgetést, és a kinti életet. Hiányzik, hogy nem mehetünk a kapun túl. Azon belül a szórakozás, mozi, színház. Persze, ezeket félre lehet tenni és betartani, amit kell, és amit elvárnak tőlünk. Mert ha betartjuk, és akkor szabad a kebab és a pizza. A napok nehezen jönnek és mennek. Azért, mert itt a kert, ahol sétálunk, eszünk és én kicsit rajzolgatok. Sokat alszunk, de az élet zajlik. Hozzánk is beköszönt a poloska, a mentális nővéreket sajnálom, mert itt futkosnak, mint a mérgezett egérek. Emiatt is egy jó pont lenne a béremelés. Itt kínlódnak szegények. Azért könnyebb, hogy itt vannak a mentális nővérek. Sokat segítenek, hogy nekünk könnyebb legyen a bezártság alatt. Igyekszünk átvészelni a vírust és hamar túl lenni rajta.

Amióta össze vagyunk zárva, azóta a társaimmal sokkal erősebbé vált közöttünk a kötelék. Jobban

összekovácsolódtunk és segítjük egymást.

És ezúton szeretnék a lakóotthon nevében hálás köszönetet mondani a mentális nővéreknek, munkájukért, segítségükért és ápolásukért.

Szeretettel és Tisztelettel :

L.K.

KARANTÉN MORZSÁK

Intézményünk valamennyi lakóját érinti a kijárási, és látogatási tilalom, ami 2020.09.04.-én lett bevezetve. Minden lakónkat érzékenyen érintett a korlátozás, mivel nem hagyhatják el az intézmény területét, és látogatót sem fogadhatnak.

Lakóotthonban élő lakóinkat kérdeztük meg, hogyan élik meg ezt az újbóli korlátozást, mennyiben változtatta meg az életüket, ill. mit üzennek a székhelyintézményben élő lakótársaiknak:

Scheigl Ágnes: Remélem a jövő év jobb lesz! Én már nagyon várom, kitartást kívánok mindenkinek! Kellemes Ünnepeket, és Boldog Új Évet Kívánok!

Király Éva: Tisztelt olvasóközönség! Hamarosan jön a karácsony, ahogy tudunk, készülünk

mi is az ünnepekre. Lesz sütés és főzőcskézés. A mentálosok szoktak csoportot tartani hétköznapi délelőtt. Vannak jó hírek, és vannak rossz hírek. Erre az egészre nem lehetett felkészülni. Jön, megy. Aggódok az ismerőseim egészségi állapotáért, a mentálos segítőkért, a benti betegekért, és az egészségügyi dolgozókért. Köszönet nekik!

Kívánok sok-sok kitartást! Kellemes Karácsonyi Ünnepeket és Boldog Újévet Kívánok!

Tóth Kálmán: Minden jól kívül van zárva. Várok, türelmes vagyok. Pedig minden nap valami biztatót keresek. Tv, rádió, egyéb: fukarkodik a jó hírekkel.

Tóth Magdolna: Szeretnék már dolgozni. Nagyon hiányoznak a munkatársak, jó lenne velük találkozni! Remélem egyszer majd találkozunk!

Kalocsa Zsolt: Elkeserítő a vírus, sokan megkapják. Védekezünk ellene, ahogy tudunk. Javulást kívánok minden fertőzött számára!

Gáspár Réka: Jól viselem a bezártságot. Voltam már zártabb helyen is. Úgy élem meg ezt a karantént, mintha minden nap hétféle lenne, Sajnos nincs munka, de a házimunka leköt. Ami aggasztó, hogy felszedtem 10 kg-ot. Jó hogy van egy nagyobb kert. A

cicánk is jó hogy van. Sok szeretet kapunk, és adunk neki.

Hofer György: Remélem, még bírjátok a bezártságot, bár lehetne ennél rosszabb is, biztatás hogy jön a vakcina. Vannak foglalkozások, amiken érdemes részt venni. Boldog Karácsonyt, és Új Évet Kívánok Mindenkinnek!

Rupert Regina: Azt hiszem, hálásnak kell lennünk azért, hogy mi vagyunk abban a kegyben, hogy a lehető legjobb körülmények között vészelhetjük át ezt a vírus- karantént. Én tudom értékelni, mert van összehasonlítási alapom, a benti élet, és a kinti élet között. Csak körül kell néznie a szobában, és látom. Jó lenne, ha mindenki elgondolkodna ezen.

Porcsin Tibor: A koronavírust nehezen viselem. Egybefolytak a napok, próbálom az időmet eltölteni sétálással, számítógépezéssel, tv nézéssel. Szoktam sütni, főzni.

Lengyel Krisztina: Köszönet a nővéreknek, szociális dolgozóknak, orvosoknak, a helytállásért, pedig anyagilag nagyon alul vannak becsülve. 3. hónapja vagyunk karanténban, nagyon unjuk már! Bízunk benne, hogy hamarosan vége lesz, várjuk a védőoltást!
V.H.M.

Mik a hírek a Gold együttes háza táján?



Ki hinné, hogy a Gold együttes 10 éves? Ez a 10 év sok gyakorlással, próbákkal és sok koncerttel telt el.

Horváth Tamásné Gyöngyi és Rogán Melinda zenekarvezetők a megmondható, hogy a zenekar tagjai, Rupert Regina (ének és brácsa), Cseh Emil (ének), Hóbor Péter (billentyű), és Erdős Gábor (gitár) mindent megtesznek azért, hogy a zenekar fejlődjön, egyre élvezetesebb koncerteket adjon az intézetben, illetve a társintézmények színpadjain. Ezekhez az élvezetesebb koncertekhez tartozik az is, hogy a zenekar idén az alapítvány jóvoltából egy csodálatos, új billentyűs hangszert is kapott (KORG PA 600), amit nagy élvezettel vett használatba Hóbor Péter billentyűs.

De ahogy az élet dolgai se, úgy a zenekar napjai sem mindig habos tortához hasonlítanak. A 2020-as évben, az az idén a zenekarnak is sokat ártott a korona vírus

elterjedése. Mivel a lakók is karanténba kerültek hosszú hónapokra, az énekes, Rupert Regina se tudott/tud mindig bejárni próbákra a székhelyintézménybe a lakóotthonból. Ilyenkor (a szegény ember is vízzel főz) a zenekar Regina nélkül próbál, ami azt jelenti, hogy valaki másnak kell énekelnie a számokat. Ez a más valaki a gitáros, Erdős Gábor, aki azonban a szövegeket nem tudva, lalázva adja elő – a nagy számban – saját számokat. De a korona vírus más területeken is ártott a zenekarnak. A külső koncertek lemondásra kerültek, amit mindig nagy szomorúsággal vettek tudomásul a zenészek. Csak egy koncert nem került lemondásra, az augusztus 1-i HOPPLÁ rock-fesztivál, ami az Alpokalja Motel kertjében (500 fő alatt) lett megtartva, és ami a közönség szerint igen jól sikerült. De nemcsak külső koncertek kerültek lemondásra. Minden év októberében itt az intézetben, a kultúrteremben is fel szokott lépni a zenekar, nem kis

örömet okozva euuel a kíváncsi lakóknak. Két jó hírünk van ezzel kapcsolatban. Ez a koncert (ha késéssel is), de meg lesz tartva az intézményben, s ennek ideje várhatóan (természetesen a vírushelyzettől függően) 2021 –es év tavasza lesz. És azt is eláruljuk, hogy akárcsak a HOPPLÁ fesztiválon, úgy itt is saját számokat fogunk előadni, amire a zenekar nagyon büszke. De a zenekar programja máshol is sérül a vírus következtében.

A zenekar 2020 –ban CD felvételre készült (ez a második CD-je lesz a zenekarnak), ami szintén el lett halasztva a 2021-es évre. Szóval – mint ez látható a leírtakból – a zenekar élete sem mindig (hogy maradjunk a már használt hasonlatoknál) habos torta ezekben a vírusos időkben. De a zenekart ez se fogja megtörni. Csak azért is egyre nagyobb lelkesedéssel és örömmel veszünk részt a próbákon, és a várható intézeti és külső koncerteken.

És akik nélkül ezek a sikerek nem jöhetnének létre, azok a már említett zenekarvezetők, Horváth Tamásné Gyöngyi és Rogán Melinda mentálos nővérek, akiknek ezúton is köszönjük áldozatos munkájukat!

E.G.

Idősek Világnapja

1991 óta ünnepeljük hazánkban az Idősek Világnapját. Az intézményben 2020. október 1-én délután 2 órakor került sor e rendezvény megtartására. Összesen 47 fő volt érintett a délutánon. 9 lakó készült nagy szeretettel a programra. Köszönet nekik a színvonalas műsorért:

- ❖ Gál Gabriella
- ❖ Melovits Mihályné
- ❖ Holló Róbertné
- ❖ Havasi Károlyné
- ❖ Lukács Tamás
- ❖ Bagita Gyula
- ❖ Külvári Norbert
- ❖ Hóbor Péter
- ❖ Cseh Emil

A délután folyamán egy köszöntő, több vers, és örökzöld dallamok csendültek fel. A zárószámot, a Nyugdíjas dalt zenei kísérettel közösen énekeltük el az ünnepelteknek. A műsor végén az időseket és a szereplőket megvendégeltük. A gyümölcsrizst jó étvággal fogyasztották el. Az ünneplés jó hangulatban telt. Ezúton is kívánunk otthonunk idős lakóinak jó egészséget és hosszú boldog életet.

SZ.A., L.E

Szellemes szellemi és ügyességi vetélkedő

Szeptemberben ismét izgalmas vetélkedőt hirdetett meg a szociális és terápiás csoport, melyre szép számmal érkeztek vállalkozó kedvű lakók. Már a játékot megelőző napokban szerveződtek a csapatok. A helyszínen hat 3 fős csapat alakult. A változatos programon a szellemi totó mellett a kreativitásra is szükség volt a szóalkotásnál, a házi puzzle elkészítésénél, valamint a sokakat elbátortalanító számolós feladatnál.



De nem hiába mondják, hogy bátraké a szerencse, az egy-egy önként jelentkező ötletesen oldotta meg a nem egyszerű feladványokat is. Mindemellett volt gombóc vadászat és a barlang bejáratának megtalálása.

A vidám, jó hangulatú agytorna végül jól összekovácsolta a csapattagokat és a nyereményül kapott édesség és üdítő mellett még egy kicsit el is csevegtek. Jó volt látni, hogy lakóink jól érezték magukat, örömmel teli délutánt töltöttünk együtt.

O.E., L.E.

Téli viccek

- A hirdetésre telefonálok. Ön hirdetett meg egy sífelszerelést és egy after-sí-felszerelést?

- Igen.

- Megmondaná kérem, hogy mi is az az after-sí-felszerelés?

- Két mankó!



- Mi az abszolút lehetetlen?

- Forgóajtón átsiélni.



- Télen az élőlények közül sokan eltűnnek a világ szeme elől, azaz téli álmot alszanak – magyarázza a biológia tanárnő. – Ki tudna olyan élőlényt mondani, amit csak tavasszal látunk újra?

Milánka nagyon jelentkezik, majd felkiált:

- A fagylaltos!



- Tomi, hol töltötte a téli szünetet?

- Két napot a hegyekben, sítáborban.

- És a többit?

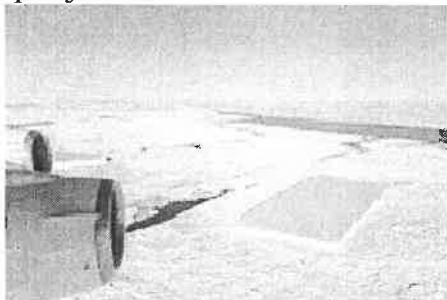
- Gipszben.

Sz.A.

Tudtad-e hogy.....?

Különös formájú jéghegy sodródik a Weddell-tengeren:

- a NASA szakértői egy program keretében fedeztek fel egy igencsak látványos, négyszögletes jégtáblát, mely nemrég vált le a selfjégről. A csapat egy szokásos kutatórepülést folytatott a térségben, amely során az Antarktisz gleccsereit és jégtakaróját monitorozzák, amikor *Jeremy Harbeck*, a program szakértője megpillantotta. A kutatók szerint a jégtábla, mely az óriási Larsen-C selfjégről szakadt le, természetes módon alakult ki, s habár most még egyenes élei vannak, hegyes sarkokkal, a hullámok idővel lekoptatják a széleit.



-Kelly Brunt, a Marylandi Egyetem és a NASA kutatója elmondta, hogy a Antarktisz-félszigetnél megörökített jégtömb egy úgynevezett táblás jéghegy, mely elsőre furcsának tűnhet, de valójában nem is annyira ritka. A szakértő szerint a táblás jéghegyek szélesek, laposak és hosszúak, kialakulásukat pedig ahhoz hasonlította, mint amikor egy köröm túl hosszúvá nő, és a vége letörik. A

jelenség hatására gyakran szabályos formák alakulnak ki. „A mostani letört darab azért szokatlan, mert teljesen szabályosnak tűnik” – nyilatkozta a szakértő. A képek alapján nehéz megmondani, hogy a jéghegy pontosan mekkora volt, de a becslések alapján nagyjából 1,6 kilométer széles lehetett.

D.K.

Szencz Etelka : A néger dala

Legörbült a szám ilyennek is lenni kell,

Unom a száraz hétköznapi életet.

Gyűlölöm azt a szót, hogy
köszönöm, köszönöm, köszönöm.
S nékem nincs napokon át egy falat
betevőm.

Szegény kis családom , kisfiam
magam előtt látom.

Mint kitárt karokkal várja haza apját:
Éhes vagyok egy falat kenyeret
adjál.

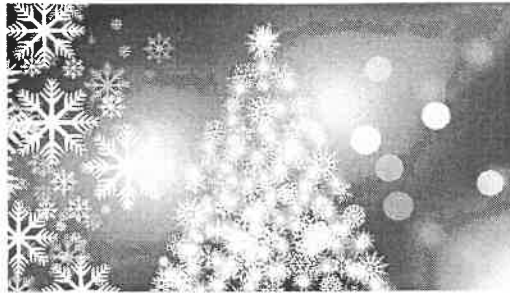
Gyermekem hangocskádat hallom,
Vézna tested látom.

Tíz körmömmel kaparom a földet,
S kenyeret sehol sem találok.

Jaj, de csattan az ostor munkára fel!
Nemsokáig élünk, de ha meghalunk,
Feltámadunk!

S a nyakatokon mi lovagolunk!

Hangolódás....



Mivel az idei évben teljesen másként zajlottak a karácsonyi előkészületek intézményünkben (mint mindenütt), ezzel a cikkel (is) szeretnénk kedveskedni lakóinknak.

A decemberi jeles napok közös jellemzője az új esztendő köszöntése. Illetve az új életé, hiszen ez egyben a téli napforduló időszaka.

Az advent szó jelentése „eljövetel”. A latin „adventus Domini” kifejezésből származik, ami annyit tesz : „az Úr eljövetele”.

Advent eredete a 4. századig nyúlik vissza. A gallikán liturgiában a vízkeresztkor (január 6.) tartott felnőtt keresztelésre előkészítő négyhetes időszak volt. Az 5. században a karácsony vált jelentősebb ünneppé. VII. Gergely pápa négyben határozta meg az adventi vasárnapok számát. Advent a karácsony előtti negyedik vasárnapkal veszi kezdetét, és karácsonyig tart.

Advent első vasárnapja mindig november 27. és december 3. közé esik. Ez a nap három időszak kezdetét jelenti : a keresztény egyházi év kezdetét, karácsonyi ünnepkör kezdetét és az adventi időszak kezdetét. Az utolsó hét hossza lehet egy nap (amikor

vasárnap december 24-re esik) vagy akár egy teljes hét is.

December 24. az advent utolsó napja. Ennek megfelelően a régebbi egyházfegyelemben ez még böjti nap volt, így a nap hagyományos ételei (pl. hal, mákos guba) is böjtösek. A sötétség beálltával fokozódik a várakozás, mely a Jézus Krisztus születését ünneplő éjszakai misével ér véget.

A karácsonyi ünnepkör több jelképpel is rendelkezik.

Az *adventi koszorú* őseit 1839 – ben készítette Johann H. Wickern németalföldi evangélikus lelkész. Egy örökzölddel díszített szekérkeréken 24 gyertyát helyezett el, melyek közül minden nap eggyel többet gyújtott meg karácsonyig. Ma az adventi koszorú általában fenyőágból készített kör alakú koszorú, melyet 4 gyertyával díszítenek. A gyertyákat vasárnaponként gyújtják meg, minden alkalommal eggyel többet. A világító gyertyák számának növekedése szimbolizálja a növekvő fényt, melyet Isten Jézusban a várakozásnak ad karácsonykor.

A *karácsonyfa* állításának eredete egészen az ókorig nyúlik vissza, azonban a hagyomány igazán

XVI. Században terjedt el a Német-római Birodalomban, mikor a keresztények feldíszített fenyőfákat kezdtek felállítani otthonaikban.

A XVI. Századra kezdett komolyabban elterjedni, majd a XIX. század első felében Berlinből került át Bécsbe, ahol az arisztokrata családok és művészek körében lett első körben népszerű. A század közepén a köznapi családok körében is szokássá vált. Magyarországon az első karácsonyfát Brunszvik Teréz grófnő nevéhez kötik, és 1824 – re datálják.

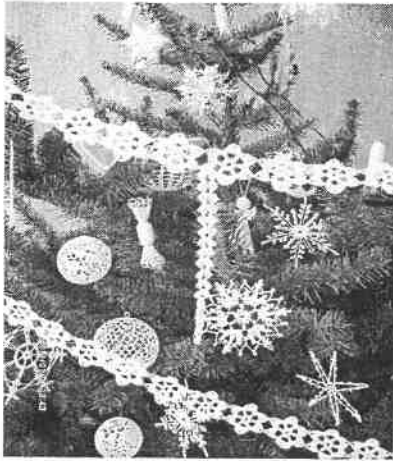
Elterjesztésében a Podmaniczky és a Bezerédy családoknak is szerepe volt.

Korábban szokás volt az adventi időszakban *böjtöt* tartani. A böjtölés hagyománya a 20. század közepén tűnt el. Jelenleg a katolikus egyházban nincsen böjti előírás az adventi időszakra vonatkozóan, ugyanakkor ajánlott a visszafogottság, a csend, több ima. Karácsonykor maga az *ünnepi étkezés* előrevetíti a jövő év bőségét, de a hagyományos ételek egyenként is mind szimbolikus jelentést hordoznak. A szenteste elmaradhatatlan étele a *hal*. A magyar hagyományok szerint a halpikkely gazdagságot jelent. Másnap a karácsonyi étel régen *disznóhús*ból készült, mivel az előre tőr, így segíti a család előrejutását, míg a tyúk illetve a szárnyas nem kerülhetett az asztalra, mert az „elkaparja a szerencsét”.

Karácsonykor, illetve újévkor is előnyben részesítették azokat az ételeket, amelyek sok termést, magot hoznak, hiszen azok bőséges új évet ígérnek : ezért fontos része az ünnepi étkezésnek a *bab, lencse, mák, mazsola*. A töltött ételek, mint a töltött káposzta, vagy a *bejgli* is a következő esztendő jó termését hivatottak biztosítani. A *dió* termésének keserű, zöld burka az Úr földi szenvedésére, csonthéja a keresztfára, belső magja Jézus isteni természetére utal. A néphiedelem szerint az ártó lelkek az esztendő leghosszabb éjszakáin, Luca – nap és karácsony estéje között vannak hatalmuk teljességében. A szenteste várakozásában töltött óráiban a gonosz felett aratott győzelmet szimbolizálja a csonthéjból feltört dióbél.

Ez az adventi várakozás és a karácsonyi ünnep sokkal másabb, mint az eddigiek. Az idei évünket meghatározó világjárvány intézményünkben éppen ezekben a hetekben okozta a legmegpróbáltatóbb napokat. A bezártság, a befelé fordulás, a külvilágtól való teljes elszigeteltség, a sok megbetegedés mindannyiunktól hatalmas energiát követelt. Az intézményi karácsonyi műsort az idei évben minden részlegen felvételtől tekinthetik meg lakóink. Bízunk benne, hogy 2021-ben a régi megszokott módon készülhetünk a karácsonyi ünnepekre.

R.M.



KOSZTOLÁNYI DEZSŐ:

Karácsony

*Ezüst esőben száll le a
karácsony,
a kályha zúg, a hóesés sűrű;
a lámpafény aranylik a kalácson,
a kocka pörg, gőzöl a tejsűrű.*

*Kik messze voltak, most mind
összejönnek
a percet édes szóval ütni el,
amíg a tél a megfagyott mezőket
karcolja éles, kék jégkörmivel.*

*Fenyőszagú a lég és a sarokba
ezüst tükörből bókol a rakott fa,
a jó barát boros korsóihoz von,*

*És zsong az ének áhítatba
zöngve...
Csak a havas pusztán a néma
csöndbe
sír föl az égbe egy-egy kósza
mozdony.*

SAMU MARGIT:

Csillogó karácsony

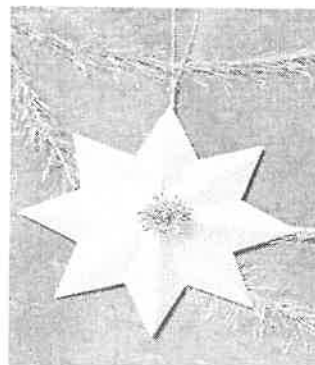
*Megszólaltak a csengettyűk,
csillog-villog az egész világ,
tisztá fehér minden út,
akár az égen a fénylő csillagok,
mert itt a Karácsony:
ma született a Megváltó.*

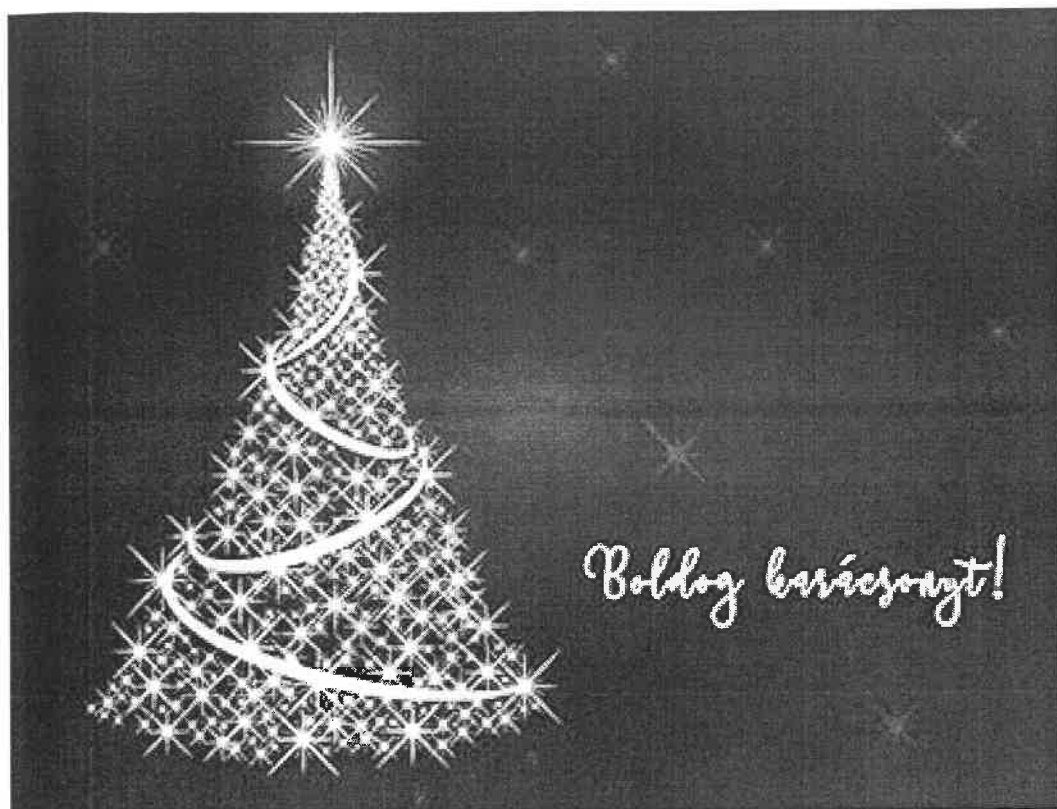
*Csak a szívek alszanak,
a félelem markolja össze,
mert nem tudni mit hoz a holnap,
mennyi hitehagyott lélek
borul le Előtted.*

*Hány összetört reményt visznek
Hozzád,
ki nem mondott jajt és könnyeket,
néma könnyöregéseket, vérző
szíveket.*

*Te vagy a hit és a remény, mert
megindult már a föld és az ég,
hogy elsodorja szerető
gyermekeidet.*

*Én, a kicsi porszem kérlek:
soha ne hagyd elaludni
az örökké élő Betlehem
fényességét,
mert égnie kell mindörökké,
hogy hinni tudjanak Tebenned.*





*Békés, Áldott Karácsonyi
Ünnepeket és Egészségben
Gazdag Boldog Új Esztendőt
kívánunk minden Kedves
Lakónknak!*

*Szociális és Terápiás Csoport
munkatársai*