



Správy z Domova sociálnych služieb
Informácie *v*
Udalosti *Dolnom*
Novinky *Kubíne*

ČASOPIS KLIENTOV DOMOVA SOCIÁLNYCH SLUŽIEB
V DOLNOM KUBÍNE

III. ČÍSLO / FEBRUÁR - JÚN 2015



© Can Stock Photo - csp4118838

Časopis určený pre klientov, ich rodičov, známych a zamestnancov Domova sociálnych služieb Dolný Kubín

Spoločné aktivity

*so Zariadením pre seniorov a Domovom sociálnych služieb,
Hattalova, Dolný Kubín*

Žijeme spolu v jednom meste, strávili sme spolu už niekoľko spoločných chvíľ....



Človeče, nehnevaj sa!

DSS MATÚŠKOVA & ZPS A DSS HATTALOVA
Dolný Kubín

18. marca 2015 sme sa na pozvanie Zariadenia pre seniorov a Domova sociálnych služieb, Hattalova v Dolnom Kubíne zúčastnili na turnaji v hre

ČLOVEČE, NEHNEVAJ SA!

O tom, že sme prežili chvíle napínavé, veselé, súťaživé, vtipné... jednoducho zaujímavé, svedčia už len fotografie, ktoré nám pripomínajú spoločné stretnutie so seniormi pri **ČLOVEČE, NEHNEVAJ SA!**



Juniáles

10. júna 2015 sme v DSS Dolný Kubín začali s tradíciou letných aktivít

*s názvom **JUNIÁLES**, Juniálesu*

sa zúčastnili aj pozvaní obyvatelia ZpS a DSS v Dolnom Kubíne. Juniáles sme

zahájili úvodným slovom a programom ľudových piesní,



ktoré prišli zaspievať žiačky ŠZŠ v Dolnom Kubíne. Zábava pokračovala hrou

PETANQUE a pohostením



s ergoterapeutkou pripravili naše klientky.



Športové hry o pohár riaditeľky ZpS a DSS

V prvý júlový deň sme boli pozvaní k obyvateľom ZpS a DSS v Dolnom Kubíne na športové hry. Nešlo o klasické športové disciplíny, ale skôr zábavné, aby sme si pekný slnečný deň užili. Absolvovali sme *hod polienkom do koša*, *beh s lyžicou s ping-pongovou loptičkou*, ktorá bola dosť nezbedná a stále z lyžice vyskakovala. Potom sme vo dvojiciach súťažili, kto prvý neleje vodou veľkú sklenenú fľašu. Posledná disciplína bola len pre náročných. Išlo o *vedomostný kvíz*, v ktorom nás reprezentoval Duško Sotoniak.

Počas súťažných hier sme sa držali hesla, že nie je dôležité vyhrať, ale sa zúčastniť.



Aktivity z domova



V piatok 20. marca na deň jarnej rovnodennosti čakalo Slovensko
čiasťočné zatmenie Slnka.

Július Kozu z Astronomického ústavu SAV pripomínal, že naposledy sme mali možnosť vidieť čiastočné zatmenie na našom území pred štyrmi rokmi 4. januára 2011. Na ďalšiu šancu podľa neho budeme čakať šesť rokov, konkrétne do júna 2021. Zatmenie na našom území trvalo podľa Kozu približne dve hodiny 20 minút a v najväčšej fáze bolo zakryté približne dve tretiny priemeru slnečného disku, čo zodpovedá približne 60 percentám jeho plochy.

Toto sme si v zariadení Domova sociálnych služieb v Dolnom Kubíne nemohli nechať ujsť a išli sme do toho.



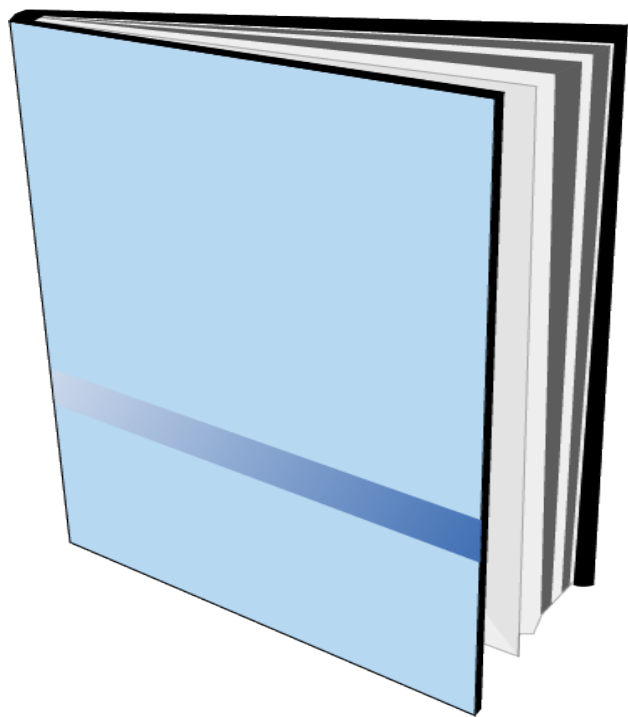
MAREC – MESIAC KNIHY

Ako sme si mesiac knihy pripomenuli v Domove sociálnych služieb v Dolnom Kubíne ?

VŠETKY ČINNOSTI BOLI
ZAMERANÉ NA

„STRETNUTIE S KNIHOU“ .

PREFEROVALI SME ZVLÁŠŤ
VO VOĽNOM ČASE POČAS
MARCA SPOLOČNÉ ČÍTANIE
Z KNÍH S ĽUDOVÝMI
ROZPRÁVKAMI, KTORÉ SME
SI BOLI ZAPOŽIČAŤ
V KNIŽNICI.



NEODMYSLITEĽNOU
SÚČASŤOU DIANIA
V MARCI BOLI AJ
AKTIVITY SPOLU
S ORAVSKOU KNIŽNICOU
A. HABOVŠTIAKA
V DOLNOM KUBÍNE.
IŠLO O **NÁVŠTEVU**
KNIŽNICE, SPOJENÚ SO
ZAPOŽIČANÍM KNÍH
A **BESEDU** V ZARIADENÍ
S PRACOVNÍČKOU
KNIŽNICE, KTOREJ
CIEĽOM BOL

„KVÍZ – KRÁĽ ČITATEĽOV“ . CHLAPCI A DIEVČATÁ, CHLAPI
I ŽENY ODPOVEDALI NA OTÁZKY, KTORÝCH ODPOVEĎ
NADOBUDLI SPOLOČNÝM ČÍTANÍM KNÍH. ODPOVEDALI NA
OTÁZKY V SÚVISLOSTI S ROZPRÁVKAMI

*AKO IŠLO VAJCE NA VANDROVKU, ČERVENÁ ČIAPOČKA,
O DVANÁSTICH MESIAČIKOCH, PERNÍKOVÁ CHALÚPKA A POD.*



„Čítame a kreslíme“

Kniha je náš každodenný spoločník. Tým, ktorí čítajú, kniha prináša mnoho radosti a zážitkov. Ostatní radi počúvajú, keď nám čítajú naše vychovávateľky. Vtedy sa viac môžeme sústrediť na obsah textu. V našej fantázii sa nám premieta dej rozprávky a my si tak vytvoríme vlastné „knižné ilustrácie“.

Najviac sa nám páčia encyklopédie o svete okolo nás a samozrejme rozprávky, na ktoré nie sme nikdy veľkí.

Ako to vidíme my – sme sa snažili nakresliť vo svojich výtvarných prácach. Pomohli nám pri tom vodové a temperové farby, voskovky, pastelky a naša „fantázia“.



Jožko S., p. vych. Anička Jurovčíková

Dominika Š., Katka M., Veronika K., Ad'ka K.,

Za našu snahu sme boli odmenení kozmetikou a sladkou odmenou.



„Môj vysnívaný dom“

Bývaš, býva, bývame – nie je to opakovanie zo slovenského jazyka. To si len pripomíname, aké je bývanie dôležité aj pre nás, ktorí nemôžeme mať vlastný domček a sme odkázaní na lásku a starostlivosť našich rodičov. Máme tiež také túžby ako naši zdraví rovesníci – pekný byt alebo domček so záhradkou.

Svoj sen sme preniesli na papier a nakreslili svoj „**vysnívaný dom**“. Naše obrázky vyhodnotil a odmenil Mgr. Ľubomír Jurovčík – konateľ spoločnosti „NAŠE POISTENIE“ s.r.o, - člen medzinárodnej siete INSIA.

Ďakujeme a tešíme sa na ďalšie stretnutie.

Jurko K., Marek S., Dominika Š., Jožko S.



PRIATEĽSKÝ ZÁPAS V BOCCII



ZŠ J. Matušku, Dolný Kubín &



DSS Dolný Kubín

V dňoch 14. a 21. apríla 2015 sa v zariadení DSS Dolný Kubín konal

PRIATEĽSKÝ ZÁPAS V BOCCII

medzi žiakmi 8. športovej triedy dolnokubínskej ZŠ J. Matušku a prijímateľmi sociálnej služby DSS Dolný Kubín. 14. apríla zápas prebiehal s chlapcami uvedenej školy a 21. apríla sa zápasu zúčastnili dievčatá.



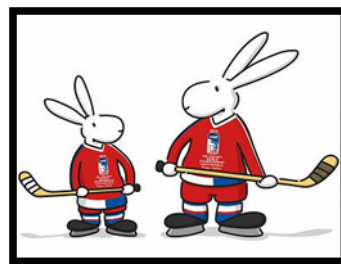
14. apríla zápas prebiehal s chlapcami uvedenej školy a musíme priznať, že športový duch žiakov sa potvrdil a napriek tomu, že hru BOCCIA hrali prvýkrát, zápas vyhrali.



Dievčatá sa si základy Boccie osvojili 21. apríla. Boli veľmi šikovné, ale prvenstvo si získali skúsení hráči

Boccie z DSS Dolný Kubín.





FANDÍME HOKEJU

Majstrovstvá sveta v hokeji sú spojené s nezabudnuteľnou atmosférou. Naším klientom sa o „predmajstrovskú“ hokejovú náladu postaral **TOMÁŠ RUSINA** – obranca hokejistov MHC Mountfield Martin, rodák z Dolného Kubína.

Zavítal medzi klientov ako kamarát, aby sa s nimi podielil o svoje zážitky, ukázal naozajstné madaily, dresy, hokejku ...

a zahral si hru BOCCIA, ktorú hral prvýkrát.



Aktivity zvonku

ŽIVÉ ŽRALOKY

Veľkým zážitkom pre našich klientov bola návšteva mobilného akvária s morskými dravcami, ktoré bolo v dňoch 13. – 14. apríla 2015 v Dolnom Kubíne. Vo vystavovanom akváriu s 15-tisíc litrami slanej vody a nasimulovanými morskými vlnami videli 4 žraloky, ktoré od nich delilo len sklo. Najväčší z nich bol žralok fúzatý, ktorý váži 160 kg a meria 2,3 metra. Okrem neho v akváriu plával ešte žralok koralový, leopardový i čiernoplutvý.



AKO IŠLO VAJCE NA VANDROVKU



„Zunovalo sa vajcu na polici ležať. Urobilo kotúl – a pustilo sa do sveta.“

Podobne aj naši klienti sa rozhodli **24. apríla 2015** navštíviť **Mestské divadlo v Žiline**, aby si pozreli klasickú ľudovú rozprávku, v ktorej ožil príbeh malého vajca, ktoré sa vydalo na dobrodružnú vandrovku. Pre našich klientov – *Paulínku, Jožka, Mareka, Filipa a Tomáška* – bolo poučné, ako vajce počas putovania stretáva kamarátov, s ktorými žiadna nástraha nie je neprekonateľná. Príbeh o priateľstve a odvahe predviedlo divadlo **BABADLO**.



FRAGILE



Niektorí z prijímateľov sociálnej služby nášho zariadenia poznajú slovenskú hudobnú skupinu FRAGILE zloženú z populárnych osobností známych televíznych seriálov, divadelných, muzikálových produkcií či TV show (*B. Kostka, S. Norisová, J. Golis, H. Krajčiová, S. Rymarenko, S. Košecký, K. Mikulčík, V. Csontos*). O to vzácnejšia bola možnosť účasti niektorých z nich na ich koncerte v Dolnom Kubíne dňa 25. mája 2015. Dušan S., Jozef S. a Ján B. mali možnosť v tento deň zažiť predstavenie plné nielen výbornej hudby, kde jediným hudobným nástrojom interpretov je hlas, ale aj skvelého humoru. Z ich rozprávania možno hodnotiť, že išlo o neopakovateľný večer plný jedinečnej zábavy.





My sme mladí muzikanti

Pod týmto názvom sa dňa 11.6.2015 konal v MskS v Dolnom Kubíne záverečný koncert Súkromnej základnej umeleckej školy, ktorého výťažok bol určený na potreby pre DSS Dolný Kubín.



Následne na to, 24. mája 2015, v stredu poobede, nám spravili malý koncert aj pre tých, čo sa koncertu nezúčastnili. Návšteva nášho zariadenia žiakmi SZUŠ Jánoš v Dolnom Kubíne spolu s pedagógmi, bola spojená s odovzdaním zbierky, ktorá poslúžila na náklady našich klientov spojených s výletom do Vysokých Tatier.



ĎAKUJEME!

PARÁDNY DEŇ

alebo športom ku šťastiu

Domov sociálnych služieb sa aktívne zúčastňuje športového podujatia Parádny deň so zameraním na integráciu. Už po siedmykrát sa 29. mája 2015 zúčastnili prijímatelia sociálnej služby akcie organizovanej Spojenou školou v Žiline na Rosinskej ceste. Parádny deň to naozaj bol - slniečko svietilo, nálada bola výborná, mnohí sa stretli so svojimi kamarátmi, kopec súťaží, dobrá hudba ... to bol tohtoročný parádny deň.

Na úvod Parádneho dňa sme mali možnosť si pozrieť zaujímavý program.



Potom prišli na rad športové disciplíny, kde súťažili deti zo základných škôl a klienti z jednotlivých sociálnych zariadení.



Ku koncu podujatia bolo vyhlásenie ceny „NAJKRAJŠIE TRIČKO“, ktoré sme si pripravovali už niekoľko týždňov pred Parádnym dňom. Vybrať to naj... bolo naozaj ťažké. Naše zelené tričká sa umiestnili na 2. mieste a vyhrali sme gril a misu na zapekanie.



Už teraz sa tešíme na ďalší ročník PARÁDNEHO DŇA.

Posedenie v Kolibe



Po úspešnom umiestnení na 2. mieste v *Turnaji Boccia*, ktorý sa konal v Ružomberku dňa 23. apríla 2015, sme mali dôvod na oslavu. Termín posedenia v Kolibe v Dolnom Kubíne bol 5. mája 2015. Tu sme spoločne už len spomínali na uvedené športové podujatie a zároveň snívali o tom, že by sme mohli byť na budúci rok aj na peknom 1. mieste. Naplánovali sme si ako ideme trénovať a snažiť sa byť najlepší, lebo *BOCCIA NÁS BAVÍ*, a ak je motiváciou aj spoločné posedenie v štýlovej reštaurácii, ideme do toho.



Športové hry – Terchová – Vřšky 2015



Aj tento rok sa niektorí naši klienti zúčastnili už 11. ročníka Športových hier prijímateľov sociálnej služby z Domovov sociálnych služieb ŽSK

„Športom k dobrej nálade“

v Terchovej – Vřšky.

Všetci zúčastnení budú dlho spomínať na 3. a 4. júna 2015 – dni plné športu, zábavy, pohody, nadväzovania kamarátstiev, ale aj slniečka a oddychu.



VÝLET DO VYSOKÝCH TATIER

26. jún bol pre všetkých tých, ktorí sa prihlásili na výlet, dlho očakávaným a špeciálnym dňom. Po celoročnej práci prišla odmena. Výlet! Tak všetci výletníci hneď zrána vycestovali autobusom smer – VYSOKÉ TATRY.

Počasié nám bolo naklonené celý deň. Po príchode autobusu do Starého



Smokovca, sme sa presunuli k lanovke ,



ktorá nás v priebehu pár minút všetkých vyviezla na hrebienok. Výhľad už tu bol prenádherný. Očarený výhľadom a slniečkom sme si urobili spoločné foto.



Čím sme boli vo vyššej nadmorskej výške, tým bol aj terén zložitejší. Vzhľadom ku možnostiam jednotlivcov, sme sa rozdelili na skupinky. Vozíčkari si to namierili na Bilfkovu chatu, kde pri kávičke sa mohli nadchýnať okolitou prírodou. Ostatní smerovali ďalej k Vodopádom Studeného potoka, ktorý očaril svojou scenériou.



Deň matiek



V druhom májovom týždni – v piatok 15. mája 2015 – sa spoločné priestory Domova sociálnych služieb v Dolnom Kubíne zaplnili mamičkami i babičkami prijímateľov sociálnej služby. Pri príležitosti **Dňa matiek** si chlapci i dievčatá za pomoci výchovných pracovníkov pripravili kultúrny program a občerstvenie. Recitovali, spievali, pripravili módnú prehliadku i tancovali.





Na záver mamičky obdarovali božtekom na líčko a darčekmi, ktoré s láskou pripravili.



Dr. Klaun



V stredu 20. mája 2015 medzi našich klientov zavítal jeden z divadelných hercov z Trenčianskej nadácie Dr. Klaun, aby spríjemnil jedno všedné popoludnie.

Dr. Klaun je nadačný fond Trenčianskej nadácie. Jeho cieľom je prostredníctvom divadelných predstavení prinášať pocit radosti a šťastia deťom s rôznymi druhmi znevýhodnení dlhodobo odlúčených a umiestnených v zariadeniach sociálnej a zdravotníckej starostlivosti. Bol založený 17. októbra 2002 a želaním zakladateľa Jacquesa van der Lindena bola jeho pôsobnosť určená na celé územie Slovenska.

Všetci prijímatelia sociálnej služby netrpezlivo čakali, čo sa za paravanom bude odohrávať, kedy predstavenie „Vareška, var!“ začne. Po



zaznení trúbky, sa predstavenie plné spevu, zábavy, srandy, hier ... začalo. Niektorí dobrovoľníci mali možnosť predviesť svoje účinkovanie s klaunom.





DEŇ detí



Deň detí sa dlhé roky oslavuje v mnohých kútoch sveta. V prvý júnový deň sa dostáva deťom viac pozornosti, pripravuje sa pre nich program, darčeky a sladkosti. Aj my sme 1. júna zamerali výchovnú činnosť na hry, zábavu, tanec, hudbu... Za ich šikovnosť boli odmenení sladkou pozornosťou.



Koniec júna je čas, kedy prichádza čas dovoleniek, oddychu, školopovinným deťom končí školský rok. V takomto duchu, kedy uzatvárame jednu kapitolu, sa niesla aj

SVÄTÁ OMŠA

v zariadení DSS Dolný Kubín, ktorá sa v zariadení Domova sociálnych služieb koná pravidelne jedenkrát v mesiaci. Nebolo inak ani 19. júna, kedy vdp. Viktor Mareta so slovami rozlúčky počas prázdninového obdobia odslúžil svätú omšu. Spoločne sme sa pomodlili, zaspievali v doprovode gitary a načerpali duchovnú silu, aby sme svoju lásku k bližným praktizovali aj v čase voľna, dovolenky.

