

# DSS Méta Martin

Júl 2021

# VÝLET TURČIANSKE TEPLICE

Dňa 09. 07. 2021 sme absolvovali výlet do Turčianskych Teplíc. Po dlhšej dobe sme využili vlakovú dopravu. Navštívili sme park, kde sme si mohli posedieť na rôznych lavičkách.



# LETNÉ OSVIEŽENIE

Počas letných horúcich dní sme sa osviežili rôznymi letnými nápojmi ,ktoré sme si sami vyrobili. Začali sme sviežimi ovocnými nápojmi, urobili sme si smoothie a ľadovú kávu so zmrzlinou. Všetkým chutilo.



# PALACINKOVÝ WORKSHOP

V stredu 7. júla sme si s našimi PSS spravili palacinky. Najviac sa zapojili štyri zo siedmich PSS. Ostatné sa pozerali a nakoniec pomáhali pri umývaní riadu. Pochutili si na nich všetky PSS na olovrante spolu s melónom.



# RENOVAČNÝ WORKSHOP

**Dátum:** 12. 07., 14. 07., 16. 07. a 30.7. 2021

**Cieľ workshopu:** rozvoj pracovných zručností

V prvej časti workshopu sme sa pustili do prerábky starého nábytku. Vybrali sme si skriňu, ktorú sme najskôr obrúsili a zbavili povrchovej úpravy.

V ďalšej časti workshopu budeme meniť celkovú farbu skrine



# JÓGA V DSS PRIEKOPA

Prázdniny sme začali aktívne rannou jogou. Ranná boli príjemné keďže poobedňajšie teploty sa nám vyšplhali vysoko. Príprava športové oblečenie, karimatky a dobrá nálada. Pretiahli sme si celé telo a na záver sme sa stíšili v meditácii



# TVORIVÁ ČINNOSŤ

V nedeľu 11.7 si naše PSS namaľovali pekné obrázky na kamienky. Zapojili sa štyri zo siedmich PSS. Hotovými kamienkami si skrášlili vonku predzáhradku. Piata PSS si namaľovala obrázok na plátno a šiesta na výkres. Zapojili fantáziu spolu s jemnou motorikou. Aj 25. 7 pokračovali v maľovaní, ale pohľadnice masťnými pastelmi, potom si ju zatreli tušom a nakoniec zoškrabali. Tešili sa zo svojich výtvorov. Zapojili sa štyri PSS, piata si namaľovala obrázok na plátno.



# OVOČNÁ PÁRTY

Teplé letné počasie sme si spríjemnili posedením v altánku, kde príjemne pofukoval vietor a kde sme si pripravili zdravý dezert. Dyňu ktorú sme si pekne vychladili sme povykrajovali do rôznych zaujímavých tvarov a nakoniec už len vychutnali jej sladkú chuť.





# VÝLET ŽILINA

Dňa 13. 07. 2021 sme navštívili Žilinu. Prešli sme sa po historickom námestí a pochutili si v cukrárni na káve a koláčiku.



# KOLKY V PRIEKOPE

Nezaháľali sme ani počas leta a trénovali sme kolky.



# ARTE WORKSHOP – NÁVŠTEVA GALÉRIE

**Dátum: 21. 7. 2021**

**Cieľ workshopu:** spoznávať krásy výtvarného umenia na Slovensku, využívanie verejných , integrácia



# ČOKOWORKSHOP

**Dátum: 20. 07. – 23. 07. 2021**

**Cieľ workshopu:** využívanie verejných služieb a degustácia čokolády

V prvý deň sme absolvovali oddychový výlet do Jedľovín s ochutnávkou čokoládok, ktoré sme si pribalili. Nasledujúci deň sme na degustáciu horúcej čokolády išli do penziónu Gitka. Posledný deň sa niesol v znamení poznávania čokolády vďaka filmu "Čokoláda" a následnej ochutnávky produktov



# FOTO WORKSHOP

**Dátum:** 06. 07- 08. 07. 2021

**Ciel' workshopu:** Záživne, hravo a prostredníctvom rôznych kulís vytvoriť reprezentatívne fotografie PSS, ktoré by sme podľa ich výberu mohli použiť ako fotografiu na individuálny plán.



# TURISTICKÝ WORKSHOP

Bol krásny júlový deň. Naše PSS si pobalili plecniaky a vybrali sme sa na dlhšiu pešiu túru.



# ŠPORTUJEME

V rámci športových aktivít sme mali počas leta turnaj v ruských kolkoch .  
Turnaju predchádzala pracovná aktivita – vybudovanie kolkového ihriska.



# CANISTERAPIA

Na návštevu do nášho domčeka prišla Oli. Je to anglický bulldog hravá, zvedavá a pripravená na dobrodružstvá s novými kamarátmi z domčeka. Oli pozorne pozrela každý kút záhrady zoznámila sa s každým kamarátom a potom sme sa vybrali na prechádzku okolo Turca. Každý si mohol vyskúšať viesť Oli na vôdzke. Môžeme povedať že sme si to spolu užili.





# MARTINSKÉ HOLE

Výlet na Martinské hole sme stihli dňa 22. 07. 2021. Vrátili sme sa sem po dlhej dobe a preto sme vyšli až ku vysielacu, aby sme mali čo najlepšiu výhľad.



# VYCHÁDZKA DO SIM-u

V piatkové dopoludnie sme sa vybrali na návštevu hasičského areálu SIM, kde sme mali možnosť vidieť rôzne zvieratá ako kravy, sliepky či pštrosa. Taktiež sme mali možnosť vidieť už doslúžilé vlakové súpravy, kde naši klienti si ich mohli pozrieť ako z vonka tak aj z vnútra. Bol to naozaj pekný výlet a určite sa tam zas skoro vyberieme.



# MAĽOVANIE KAMEŇOV

V dňoch 12.7. 2021 – 15.7.2021 sme sa venovali maľovaniu kameňov. Našou prvou úlohou bolo pripraviť si materiál na aktivitu, v našom prípade to boli hlavne rôzne kamene a farby. Následne na to sme mohli začať. Našu fantáziu sme preniesli na kamene, ktoré sme farebne vyzdobili. Nakoniec sme si farebnými kameňmi vyzdobili našu záhradku.



# PING-PONGOVÝ TURNAJ

Dňa 26.7.2021 sa uskutočnil v DSS na Lipovci turnaj v stolnom tenise. Zúčastnili sa ho PSS z DSS a ZPB na Lipovci, ku ktorým sa pridali aj hráčky zo ŠZ v Sučanoch. Turnaj prebiehal vyradovacím spôsobom až napokon sa hralo o prvé tri miesta. PSS sa tešili zo športovej aktivity, no nakoľko sú teraz vzájomné stretnutia vzácne, tešili sa hlavne zo stretnutia s kamarátkami zo Sučian.



# ÚPRAVA ZÁHRADY

K letu patří aj brigáda v našom domčeku v Priekope a jeho okolia. Nálada bola dobrá počasie príjemné a mohlo sa začať pracovať. Čistila sa brána a plot, plelo sa na záhrade či zametali sa chodníky. Každý ako vedel priložil ruku k dielu.

