

Domov sociálnych služieb Méta

JÚN 2023

Turistická vychádzka na delo, výlet na hrad Strečno

Dňa 01. 06. 2023 sme sa autobusom odviezli na Stráne. Odtiaľ sme vystúpili po chodníku na Delo pod Martinskými hoľami. Počasie bolo príjemné. Dňa 15. 06. 2023 sme sa spolu s KST

Lipovec vybrali na výlet na Starý hrad Strečno.



Tublatanka

Dňa 03. 06. 2023 sa konal koncert skupiny Tublatanka. A my ako správni fanúšikovia sme nesmeli chýbať. Zábava bola vynikajúca.



Banská Bystrica – múzeum máp

Dňa 08.06.23 sme navštívili Múzeum máp v Banskej Bystrici. Prešli sme sa mestom a užili sme si aj cestu vlakom.



Agroturistika- Gazdovský dvor

Výlet na Gazdovský dvor do Turčianskych Kľačian sme si naplánovali dňa 15. 06. 2023. Kontakt so zvieratami bol pre nás nezabudnuteľný.



Joga pre pohod'ákov

Dňa 09. 06. 2023 sme si vyskúšali tzv. ľahkú verziu jogy v sede a v ľahu.



Multifunkčné ihrisko

V nedeľu 11.06. 2023 sme si išli zacvičiť na multifunkčné ihrisko.



Práce na záhradke

Počas celého mesiaca sme sa starali o políčko, ktoré máme v dočasnej starostlivosti. Najskôr sme si ho museli vyplieť od buriny, spraviť hriadky, nasadiť priesady cvikly, tekvice, hrachu, cibuľky, kukurice, reďkovky. Nakoniec sme ho ohradili, aby sme odplašili divú zver a vtáky.



Príprava bazového sirupu

Keďže baza je v plnom rozkveti rozhodli sme sa pripraviť si bazový sirup. Bazu sme nazbierali 20. 06. 2023.



Týždeň dobrovoľníctva – športový deň v DSS Méta Martin

Dňa 27. 06. 2023 sme privítali dobrovoľníkov z Dopravnej školy z Priekopy ako aj našich skalných dobrovoľníkov. Zorganizovali sme športový deň, nachystali rôzne športové úlohy aj hry pre všetkých návštevníkov. Ako napr. unifikovaný futbal, bedminton, petang, prekážkovú dráhu, ping pong a iné outdoorové aktivity.



Týždeň dobrovoľníctva v škole

Následne na druhý deň 28. 06. 2023 sme boli pozvaní do Dopravnej školy v Priekope. Vyskúšali sme si minigolf, kop do brány, futbal a kreslili spoločný plagát. Deň sme završili opekačkou.



Prevádzka DSS Priekopa

Začiatkom júna nám na našej záhrade začal rásť hrach, šalát, cibuľka jahody, rebarbora a vinič. Rozkvitli maky a na makoch sa pásli včely, čmeliaky a rôzny hmyz.

Na záhrade sme pracovali, pleli burinu, polievali. Záhradu využívame aj na relax a športové aktivity najmä hranie futbalu. Prvoročnú opekačku sme zahájili vo veľkom štýle a spojili sme ju aj s oslavou našej Jarky. Počasie nám neprialo ale to nás neodradilo od pohodovej nálady



Melónová párty

Slnéčné letné počasie sme spojili s posedením v našom altánku, spolu s melónovou párty. Príjemne sme sa zabavili a občerstvili sladkým melónom.



Hrabovo

Dňa 22. 6. 2023 sme sa vlakom dopravili do Hrabova, kde sme strávili krásny deň. Počasie bolo nádherné, takže niektorí z nás to využili a zaplávali si vo „Vodnej nádrži Hrabovo“. Potom sme sa krásnou prírodou presunuli do Čutkovskej doliny, kde sme si v „Kolibe u Dobrého pastiera“ pochutili na miestnych špecialitách.



Prevádzka ŠZ Sučany

Starostlivosť o bicykle

Dňa 5. 6. 2023 PSS zistili, že na bicykloch majú mäkké kolesá. V lete by sa chceli bicyklovať a niektoré by sa chceli bicyklovať aj naučiť. S mäkkými kolesami to, ale nejde. Tak sa tie kolesá pokúsili dofúkať pri samoobslužnom servise bicyklov. Jeden bicykel nemal stojan, tak bicykel museli PSS držať. Pri jeho držaní pri fúkaní kolies sa vystriedali dve PSS.



Práca s hlinou

Dňa 10.6.2023 sa päť PSS venovalo tvorbe hlinených dekorácií. Najprv si podľa formy vyrezali tvar, na ktorý potom precízne upevňovali malé, prepichnuté guľôčky. Pri práci si precvičili jemnú motoriku. Dňa 18.6.2023 dve PSS vyrábali rôzne figúrky a jednoduché tvary z hliny. Pri precvičovaní jemnej motoriky boli veľmi dôsledné a vytrvalé.



Dňa 18.6.2023 sa štyri PSS rozhodli spoločnými silami postaviť papierový dom, v ktorom by chceli v budúcnosti bývať. Nakoniec ho vymaľovali sviežimi farbami podľa svojich predstáv. S jeho vzhľadom boli veľmi spokojné, už len ostáva, aby sa sny premenili na skutočnosť.



Deň kvetov

23. a 24. júna sme si pripomenuli Deň kvetov. Najprv sme boli na vychádzke v obci a v záhradách sme pozorovali a spoznávali kvety. Druhý deň sme si vyrobili obrázky levandule z papiera a sušenej levandule . Do aktivity sa zapojilo 6 PSS.



Prevádzka DSS Martin – Jún 2023

Jún začal v znamení bylín. Chodili sme ich zbierať do prírody, ale využili sme aj tie z našej záhrady. Okrem čajov, ktoré si z nich varíme, sme sa tento rok rozhodli z nich uvariť aj sirupy. Recepty na sirup si klienti vyhľadali na internete. Podľa receptu napísali zoznam na nákup ingrediencií. Potom sa už len nakúpilo a varilo. Z hotových sirupov si počas leta budú vyrábať rôzne miešané limonády.



Ďalšou pravidelnou aktivitou je jóga. Učíme sa nové pozície, pridávame si esenciálne oleje a tiež počúvame hudbu s prvkami muzikoterapie. V lete u nás „frčia“ pohybové aktivity. Turistika, bicyklovanie, kratšie vychádzky do okolia a pod.



V závere júna t.j. 29.7 sa tradične konala grilovačka spojená s oslavami narodenín a menín. Klienti majú tento deň veľmi radi. Tento rok sme grilovanie spojili aj s diskotékou.

