



Život v Harmonii



Časopis pre klientov a zamestnancov
zariadenia sociálnych služieb



Harmonia zariadenie sociálnych služieb, Strážske

Ročník 9, číslo 4/2016

Vydáva sa pre vnútornú potrebu



Obsah

| | |
|--|---------|
| Novoročné pranie | 3 |
| Úcta k starším | 4 - 5 |
| Splnené sny | 6 |
| Spoločne | 7 |
| Vedomostná súťaž – Dobre vedieť | 8 |
| Zlatý slávik | 9 |
| Integrácia s gráciou | 10 |
| Preteky v plávaní | 11 |
| Katarínska zábava | 12 - 13 |
| Charitánia | 14 |
| Vianočná prezentačno-predajná výstava | 15 |
| Blahoželáme jubilantom | 16 |
| Opustili nás | 17 |
| Pranostiky | 18 |
| Vianočné koledy | 19 |
| Mikulášska nádielka | 20 |
| Vianočný koncert ZUŠ, posedenie v knižnici | 21 |
| Predstavenie Martinko Klingáčik | 22 |
| Pečenie medovníkov | 23 |
| Vianočný jarmok v Humennom | 24 |
| Vianočný galavečer | 25 |
| Silvestrovská zábava | 26 |
| Čo nás čaká v nasledujúcom štvrtroku | 27 |
| Redakčná rada | 28 |

Všetko krásne v Novom roku,
dobrých ľudí hneď po boku.
Veľa šťastia, veľa zdravia,
nech sa všetky plány daria.

17 2017

Aby bolo šťastie neodbytné,
láska nekonečná,
zdravie dokonalé,
problémy vzdialené,
a budúcnosť skvelá!

Prajeme všetko,
čo radosť vzbudí,
prajeme lásku,
lebo spája ľudí,
prajeme priateľov,
čo dokážu žiť,
prajeme milovať
a milovaný byť...



V Novom roku, moji
milí,
lásky, blaha, zdravia, sily,
úspechov a šťastia veľa
z úprimného srdca želá...

Kolektív zamestnancov zariadenia

Harmonia



Úcta k starším

Jeseň je naozaj krásna. Jeden z jesenných mesiacov – október nám každý rok pripomína jednu z najvzácnejších cností, ktorá môže byť zrodená v duši človeka. Je ňou úcta k starším. Úcta k tým, ktorí tvrdo pracovali, aby sa nám žilo lepšie. Úcta k tým, ktorí sa každý deň vzdávali radostí, ktoré im život ponúkal, aby urobili šťastnými nás, ich deti. Úcta k naším otcom a k naším mamám. K naším prarodičom. Ku všetkým, ktorí si zodrali svoje ruky, aby naše zostali hladké a nepoškvrnené. Touto krásnou myšlienkou sme sa inšpirovali aj v zariadení Harmonia, kde sme pre seniorov pripravili niekoľko príjemných posedení, ktoré boli spestrené nádherným kultúrnym programom. Obdiv, úctu i radosť bolo cítiť z vystúpení detí z CVČ, ZŠ a MŠ Strážske, ktorým sa podarilo našich seniorov rozosmiať, ale zároveň aj dojať k slzám. K slávnostnej atmosfére prispelo aj vystúpenie speváckej skupiny Rozkvet a krúžku poézie Zrkadlenie, ktorých emotívne vystúpenie, veľavravná pieseň, úprimnosť a čistota dojalo nejedno srdce. Prežili sme s nimi nádherné chvíle za čo im patrí veľká vďaka. Starší ľudia si to predsa zaslúžia.

Mgr. Beáta Danková





V rámci osláv mesiaca úcty k starším sa pre seniorov pripravilo dňa 15.10.2016 príjemné posedenie v priestoroch viacúčelovej sály v Stražskom s kultúrnym programom. Príhovor predniesol primátor mesta Ing. Vladimír Dunajčák, ktorý privítal seniorov z mesta Strážske. Počas celého večera príjemnú atmosféru vytvárala hudobná skupina Progres, pri ich programe sa naši seniori s radosťou vytancovali.

Mgr. Holubová Jana



Splnené sny



Dňa 14. 10. 2016 sme navštívili s prijímateľmi sociálnej služby DSS HARMONIA mesto Košice s cieľom splniť ich sen – stretnúť sa s príbuznými.

Vlakom sme sa dostali do cieľovej stanice, kde nás už netrpezlivo čakala

mama prijímateľa Róberta. Zvítanie syna a matky bolo plné emócií. Po ňom sa vybrali spoločne na súkromnú návštevu k príbuzným.

Ďalšou našou zástavkou bol obchodný dom, kde na prijímateľku Alenu čakala dcéra, aj mama. Po dojemnom zvitani sa obe pridali k našej skupinke a spoločne sme navštívili chrám sv. Alžbety. Duchovne sme pookriali a pokračovali prehliadkou mesta Košíc. V cukrárni sme sa posilnili kávou a chutným zákuskom.

Nastal čas vrátiť sa námestím na vlakovú stanicu. Počas presunu sme zastihli krásnu prehliadku koní. Vyparádených koní a ich vodcov bolo azda päťdesiat a vytvorili úžasný živý obraz. Bol to veľmi silný zážitok. Takáto prehliadka koní sa koná v meste iba raz za rok a my sme boli práve pri tom.

Na vlakovej stanici nás už čakal Róbert. Spoločne sme nasadli do vlaku a šťastlivo sa vrátili domov do Strážskeho. Tento krásny deň zostane všetkým uložený hlboko v srdci aj preto, lebo to bol deň splnenia želaní a prianí našich prijímateľov.

Beáta Ilčišinová



Spoločne



Dňa 27. 10. 2016 sme prijali pozvanie na stretnutie prijímateľov sociálnych služieb s príbuznými a známymi pod názvom „SPOLOČNE“, ktoré organizuje DSS ONDAVA Rakovec n/O každoročne.

Stretnutie bratov Radovana a Jozefa, či Alexandra s kamarátkou Ruženou - to boli hlavné ciele našej návštevy. Atmosféru podujatia umocnilo pásmo recitácii, spevu a tanca v podaní prijímateľov sociálnej služby DSS ONDAVA.

Teší nás, že sme touto cestou prispeli k udržia-

vaniu vzájomných a príbuzenských vzťahov , ale najmä k naplneniu spokojnosti a radosti zo spoločného stretnutia prijímateľov.

Mgr. Mária Štofejová



Dobre vedieť

Súťažno – zábavná relácia „Dobre vedieť“ je plná netradičných otázok a najmä vtipných situácií pri hľadaní správnych odpovedí. Podobné situácie zažili aj súťažiaci v zariadení Harmonia pri prvej časti tejto populárnej súťaže.

Dva štvorčlenné tímy striedavo odpovedali na zaujímavé otázky z rôznych oblastí, samozrejme po starostlivej úvahe a vzájomnej porade. Aj napriek tomu, že zvíťazil len jeden z tímov, sladkou odmenou boli odmenení všetci súťažiaci a taktiež obecenstvo, ktoré ich nielen povzbudzovalo svojím potleskom, ale v správnej chvíli im aj vhodne poradilo. Keďže okrem načerpania nových vedomostí sa všetci prítomní aj z chuti zasmiali a zabavili, už sa nevedia dočkať ďalšej časti súťaže.

Mgr. Danková Beata



Zlatý slávik



Dňa 8. 11. 2016 sme sa zúčastnili hudobno – speváckej súťaže Zlatý slávik, ktorú organizovalo zariadenie sociálnych služieb VIA LUX Košice – Barca.

Zariadenie HARMONIA v tejto súťaži reprezentovali dve prijímateľky sociálnych služieb p. Alžbeta a p. Olinka, ktoré sa predviedli krásnymi ľudovými piesňami podľa vlastného výberu. Súťažiacich hodnotila trojčlenná porota. Tá na konci za odvahu, úsilie a talent odmenila všetkých zúčastnených spevákov, čím sa opäť všetci stali rovnocennými víťazmi.

Mgr. Janoková Dagmar



Integrácia s Gráciou

Občianske združenie „Náš svet“ v spolupráci so Spojenou školou internátnou M. R. Štefánika vo Vranove

n/T. organizovali dňa 15. 11. 2016 v priestoroch Domu kultúry vo Vranove n/T. prehliadku dramatickej tvorby detí a dospelých špeciálnych škôl a domovov sociálnych služieb s názvom „Integrácia s gráciou 3“.

Je pre nás poctou, že sme boli taktiež pozvaní na toto podujatie a súbor Svetielko sa tak mohol opäť prezentovať s pantomímou „Návrat troch chrobákov“.

Mgr. Janoková Dagmar



Preteky v plávaní



Vďaka finančnému príspevku nadácie SPP sme plnili individuálny plán klienta Ivana. P. Jeho prianím bolo naučiť sa plávať. Zvládol výuku plávania, zoznámil sa so zákonitostami vodného prostredia, eliminoval strach z vody, naučil sa dva plavecké štýly. Dokázal preplávať 25 metrov oboma plaveckými štýlmi. Ukončenie projektu skončilo súťažou v plávaní, kde p. Ivan ukázal, svoje zís-

kané schopnosti. Na plaveckých pretekoch skončil na 1. mieste, čím potvrdil, že tréningy na plavárni neboli zbytočné. Ďakujeme spoločnostiam, ktoré v rámci projektov podporujú ľudí so zdravotným znevýhodnením a tým prispievajú k zlepšeniu kvality ich života.

Mgr. Lipovská Silvia



Katarínská zábava



„Katarína na ľade a Vianoce na blate“ je jednou z pranostiek, ktoré sa viažu k menu Katarína. V deň sviatku sv. Kataríny sa nesmelo pracovať so všetkým, čo malo kolesá. Preto sa tento deň nemlelo v mlynoch, ani sa nepriadlo na kolvrátkoch. Na Katarínu sa konali posledné tanečné zábavy pred nadchádzajúcim adventom, ktorý zakazoval tanec, spev a zábavu. Preto sa všetci snažili tento posledný večer radovánok náležite užiť a obyčajne tancovačky končievali až za bieleho rána.

Tradične ako každý rok na Katarínu sa u nás v zariadení Harmonia konala „Katarínska zábava“. Prijímatelia sociálnej služby nelenili a pod vedením sociálnej pracovníčky a inštruktoriek sociálnej rehabilitácie pripravili pre svojich spolubývajúcich krátky zábavný program, v ktorom ukázali svoj talent. Na záver účinkujúcim poďakovala riaditeľka zariadenia Ing. M. Dunajová a odmenila ich výkony sladkou dobrotou. Nasledovalo menšie pohostenie, ktoré pre prijímateľov pripravili naše šikovné kuchárky. Napokon katarínska zábava pokračovala tancom, piesňami a radosťou prijímateľov sociálnej služby.

Mgr. Roháľová Lucia





Charitánia

Tak ako pominulé roky, aj tento rok 2016 sme sa mali možnosť zúčastniť spolu s našimi prijímateľmi sociálnych služieb na benefičnom koncerte Charitánia. Podujatie venované deťom a ľuďom s mentálnym postihnutím sa uskutočnilo 30. novembra v Divadelnej sále OCK v Rožňave, pod záštitou občianskeho združenia Rehamenta, Spojenej školy internátnej Rožňava a Občianskeho združenia Milana Štefánika.

Tento už 21. ročník prišlo podporiť viacero známych tvári domácej hudobnej scény, ako skupina Noc a deň, Gladiátor, Marián Greksa a Modus memory. Akcie sa zúčastnil aj poddukelský umelecký ľudový súbor Puľs. Medzi jednotlivými hudobníkmi vystúpilo sociálne divadlo Hopi Hope. Celý kultúrny program, prepletený tombolou a občerstvením moderovala známa Janka Hospodárova. Koncert sa niesol v duchu radosti, zábavy a uvoľnenia. Spoločne sme si zatancovali, zaspievali a prežili pekný deň plný nových zážitkov.

Mgr. Dagmar Janoková



Vianočná prezentačno-predajná výstava

Odbor sociálnych vecí a zdravotníctva Košického samosprávneho kraja už tradične organizuje v priestoroch budovy KSK vianočno-predačnú výstavu, spojenú s predajom, ktorá sa konala dňa 5.12.2016. Jej cieľom je prezentácia a predaj výrobkov klientov zariadení sociálnych služieb, ktoré vyrábajú v rámci ergoterapie a prezentácia práce klientov na verejnosti. Na vianočnej výstave sa zúčastnilo 23 zariadení sociálnych služieb, ktoré ponúkali ikobany, vianočné sviečky, rôzne vence, výrobky z prútia, vankúše, koberce, postavičky typické pre Vianoce, ozdoby na vianočný stromček, pletené rukavice, šály. Tento rok sa na vianočnú výstavu prihlásili prvýkrát zariadenia Social Trans n.o., Spišské Vlachy, ArtEst n.o. Košice.

Mgr. Kalová Jana



Blahoželáme Jubilantom

Október : Libovič Jozef, Hoľák Marián, Drugda Eduard, Ihnát Michal, Suchitra Mikuláš, Uramová Hrišová Anna, Deák Ladislav, Bari Peter, Gajdošová Anna, Pliško Jozef, Gulová Libuša, Sidorová Alžbeta

November: Gaži Viliam, Maťás Vladimír, Volincová Mária, Magyarová Mária, Abrahamová Anna, Baranová Anna, Nemčík Albert, Demčák Jakub, Horváth Viliam, Kešeľ Alexander, Palovčáková Emília, Terifaj Ján

December: Gonda Vladimír, Kubizniaková Dana, Jutka Tomáš, Lukáč Peter, Ondovčinová Terézia, Mašlárová Michaela, Baranová Mária

Prišahovali sa k nám:

Abrahamová Anna, Bakajsová Mária, Gulová Libuša, Krveľová Mária, Palovčáková Emília, Suchitra Mikuláš, Žaludek Jozef

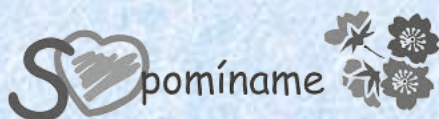


Opustili nás

„Život a smrť

Každý z nás musí niečo stratiť
a niečoho sa vzdať,
je lepšie sa nevrátiť
a len spomínať.“

J. Seifert



- Bakajsová Mária
- Hudák Michal
- Jakubková Gabriela
- Makara Jozef
- Oravcová Anna
- Radiková Alžbeta





Ľudové pranostiky vznikali na základe dlhodobého pozorovania prírodných javov. Pomáhali ľuďom predpovedať počasie, aj keď v súčasnosti sa meteorológovia podľa nich už asi neriadia. Keďže pranostiky môžu, ale nemusia byť pravdivé, je len na nás, či im uveríme. A ako je to s Vami, riadite sa podľa nich?

Teplý **október**, studený november.

Ak je október veľmi zelený, bude potom január hodne studený.

Keď je v októbri mnoho sršňov a osí, bude dlhá zima.

Ktorého dňa tohto mesiaca padne sneh, toľkokrát bude cez zimu padať.

Ak skoro v októbri sneh padá, bude mäkká zima.

Keď v októbri mrzne a sneží, budúci január teplom blaží.

Na začiatku **novembra** sa teplo so zimou háda.

Keď začiatkom novembra sneží, máva ten sneh výšku veží.

Ak nevydrží prvý novembrový sneh, nevydrží žiaden cez celú zimu.

Ak prídu v novembri predčasne mrazy tuhé, skoro zas dobre bude.

Ak v novembri sneh padá do blata, bude na ozimnom poli veľká strata.

Studený november – zelený máj.

Mierny **december**, mierna celá zima.

Keď je december studený, je vždy s úrodným rokom spojený.

Āká zima v decembri, také teplo v júni.

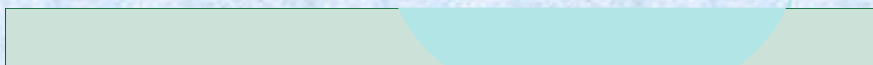
Āčo v decembri nespraviš, v januári nedohoníš.

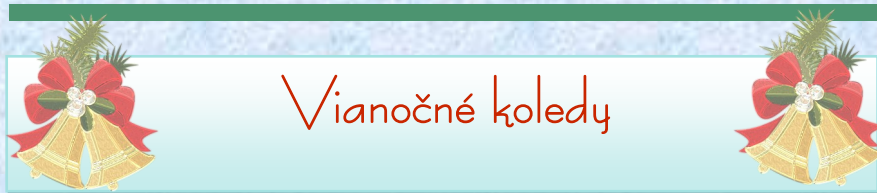
Āké veľké sú cencúle v decembri, také dlhé budú rúrky z kukurice.

Keď v decembri mrzne a sneží, úrodný rok nato beží.

Keď zima dobre drží v decembri a v januári, bude pekný rok.

Mrazy, ktoré v decembri rýchlo opadnú, znamenajú miernu zimu.





Vianočné koledy, či piesne s vianočnou tématikou sa k nám v predvianočnom čase dostávajú najmä prostredníctvom rozhlasu či televízie.

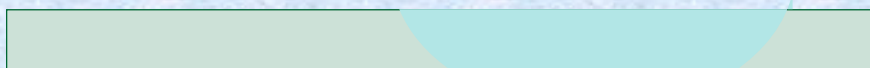
Vianočné koledy – ich pôvod a význam. Na Slovensku sa s koledami ako piesňami stretávame najmä v predvianočnom a vianočnom období. Sú už súčasťou našej histórie a národného kultúrneho dedičstva. Ako sa formovali koledy a ako ich chápú vo svete?

Predpokladá sa, že samotné koledy ako oslavné piesne majú pôvod v Rímskej ríši - oslavách nového roka - calendae. Odtiaľ pochádza aj použitie tohto slova. U Slovanov sa koledy zväčša chápú ako ľudové piesne spievané pri príležitosti veľkých cirkevných sviatkov napríklad v období Vianoc. Bohatú tradíciu majú u Slovákov, Čechov, Ukrajincov, Rusov a Bulharov. rôznych národov a národností.

Keďže Vianoce sú slávené v rôznych štátoch sveta, najznámejšie vianočné koledy a piesne boli prekladané do jazykov mimo svojho originálneho pôvodu. Medzi takéto najznámejšie skladby patrí **Tichá Noc - Stille Nacht**, ktorá bola predložená snáď do všetkých jazykov na svete. Vznikla v roku 1818 a jej autormi sú Joseph Mohr a Franz Xaver Gruber. Veľmi známa je aj koleda **Adeste Fideles**, ktorej autorom textu je John Francis Wade. Z latinského textu bola tiež preložená do rôznych jazykov sveta.

Aj keď nám už často splýva význam slov koleda a vianočná pieseň, vianočné koledy sa viažu k sviatku narodenia Ježiša Krista, kým vianočné piesne sú koncipované širšie a viažu sa k vianočnému obdobiu, ako napr. **Rolničky, Rolničky, O Tannenbaum, Jingle Bells**. Koledy tak tvoria jednu zo súčastí vianočných piesní.

Zdroj: internet





Mikulášska nádielka

Mikuláš k nám zavítal tento rok až dvakrát. Prvý Mikuláš s čertíkom a anjeličkom prekvapil našich obyvateľov už zavčes rána a každého obyvateľa obdaril mikulášskym balíčkom. Viacerí Mikulášovi recitovali pekné a vtipné básničky. Druhý Mikuláš prišiel na krásnom koči v doprovode pána primátora Ing. Vladimíra Dunajčáka, ktorý taktiež potešil klientov sladkou odmenou. Sme radi, že Mikuláš a jeho pomocníci si každoročne spomenú na nás, navštívia naše zariadenie a potešia malými darčekom.

Mgr. Lipovská Silvia



Posedenie pri teplom čaji v knižnici

V nepríjemnom chladnom počasí sme sa dňa 7.12.2016 vybrali do mestskej knižnice. V príjemnom prostredí sme si spoločne pri horúcom chutnom čaji mali možnosť prezrieť časopisy, knihy a zároveň si zapožičať knihy, ktoré nás zaujali.



Vianočný koncert ZUŠ



Vianoce sú najkrajším obdobím v roku. Pri tejto príležitosti usporiadali dňa 7.12.2016 vianočný koncert žiaci ZUŠ v Strážskom, ktorý sa uskutočnil v mestskom kine. Na tejto krásnej udalosti nesmeli chýbať ani prijímatelia sociálnej služby zo zariadenia Harmonia. Žiaci sa prezentovali hrou na hudobné nástroje, spevom, recitáciou či dramatickým umením. Podarilo sa im všetkých prítomných nielen potešiť, ale zároveň navodiť tú pravú vianočnú atmosféru, za čo ich obecensstvo odmenilo veľkým potleskom.

Mgr. Danková Beata



Predstavenie Martinko Klingáčik

Postava Martinka Klingáča je nám známa zo slovenských rozprávok Pavla Dobšinského. V súčasnom období ožila aj v činoherno-bábkovej rozprávke Divadla Portál, ktoré navštívilo naše zariadenie dňa 12.12.2016. Predstavenie s pesničkami o nešikovnej Hanke a Martinkovi Klingáčikovi zožalo v našom zariadení veľký úspech, navodilo príjemnú, trocha i vianočnú atmosféru a dobrú náladu u našich klientov. Hercov odmenil žiarivý úsmev a silný potlesk divákov.



Mgr. Lipovská Silvia





Pečenie medovníkov



Vianočné sviatky. Čas pokoja, lásky, pohody a zároveň príjemných priprav. Tak ako k tomuto vianočnému času patrí stromček, svetielka, výzdoba, piesne, jeho neodmysliteľnou súčasťou sú aj sladké medovníčky. Tie zdobia naše stoly každý rok pri štedrovečernej

večeri. Preto sme aj teraz prípravu na tohtoročné sviatky zavřili pečným a zdobením chutných medovníčkov. Prípravy sa zhostili prevažne dámy v našom zariadení, ktoré z troch dávok cesta povykrajovali a upiekli sladkú pochúťku pre všetkých prijímateľov sociálnych služieb. Ruku k dielu priložili aj naše seniorky a pomohli pri výzdobe. Medovníky sa vydarili a my sa tešíme, že nám svojou chuťou spríjemnia slávnostné chvíle Vianoc.

Mgr. Janoková Dagmar





Vianočný jarmok v Humennom

Dňa 15.12.2016 sme sa s klientmi rozhodli, že navštívime vianočný jarmok v Humennom. Na námestí nás privítali krásne pestrofarebné svetlá, ktoré rozjasnili úsmev a otvorili srdcia šťastia radosti klientov. Pomaličky sme sa prešli popri predávajúcich, poobzerali čo ponúkajú kupujúcim a zastavili sme sa v kultúrnom dome na výstave ručných prác detí. Urobili sme krásne fotky, zahriali uzimené ruky a líca a pokračovali sme ďalej.

Drevené varešky, prútené košíky a hlinené džbány potešili oči všetkých nás. Teplučká a voňavá sladkými dobrotami cukráreň nám umožnila si oddýchnuť pri dobrom koláčiku, káve a minerálke a zároveň osláviť Michaeline narodeniny. Pokoj a oddych nám dopriala krásna vianočná výzdoba a velikánsky Mikuláš, ktorý nám zatancoval a zaspieval. Bol už

čas utekať na vlak, ktorým sme sa šťastne priviezli domov do Strážskeho. Tento deň sa nám všetkým zapísal do srdca, na ktorý bude každý s láskou spomínať.

Beáta Ilčíšinová



Vianočný galavečer je adventnou tradíciou nášho mesta už dlhé roky. Tak ako minulý rok aj tohto roku sme sa s prijímateľmi sociálnej služby zúčastnili vianočného koncertu konaného v kine mesta Strážske. V úvode nás potešil svojimi vianočnými piesňami spevácky zbor Rozkvet. Po odspievaných piesňach program pokračoval tancami, piesňami a hrou na hudobné nástroje v podaní detí základnej školy, materskej školy, základnej umeleckej školy, centra voľného času a prijímateľa sociálnej služby zo zariadenia Lidwina Strážske. Úsilie a namáhavú prácu, ktorú predviedli všetci účinkujúci odmenilo publikum neutíchajúcim potleskom. Pokoj, lásku a vianočnú pohodu na záver upevnili všetci vystupujúci piesňou Ticha noc, svätá noc, všetko spí, všetko sní, ktorú spoločne zaspievali.

Mgr. Roháľová Lucia



Silvestrovská zábava

Silvestrovská zábava je tradíciou v zariadení Harmonia. Na úvod sa o pestrý program a navodenie príjemnej atmosféry postaral folklórny súbor Soľanka z Michaloviec. Po ich vystúpení sme sa zabavili súťažami, ktoré pre klientov vymysleli inštruktorky sociálnej rehabilitácie. Stoličkový či balónový tanec pobavil všetkých prítomných. Samozrejme tanec nás rozhýbal a rozhrial. Silvestrovské pohostenie od našich kuchárok nesmelo chýbať, po toľkých aktivitách nám padlo vhod.

Mgr. Lipovská Silvia



Čo nás čaká v nasledujúcom štvrťroku:

január– marec 2017

Január: voľnočasové aktivity - premietanie videofilmov, relaxačné terapie, muzikoterapia, spoločenské hry

- pravidelné bohoslužby (3 – krát týždenne)
- kultúrna činnosť, vychádzky do zimnej prírody
- pravidelné rozcvičky pod vedením fyzioterapeuta, schôdza prijímateľov sociálnej služby
- konzultačné stretnutia s príbuznými prijímateľov sociálnej služby,
- Snoezelen – využitie multisenzoricko - relaxačnej miestnosti
- záujmová činnosť (krúžok pohybový, čitateľský, počítačový, spoločenských hier, krúžok varenia a pečenia, spevácky, paličkovania, tréning pamäti), poznávací výlet s prijímateľmi sociálnej služby, šport. dopoludnie

Február : Fašiangová zábava – príprava masiek, karneval

- voľnočasové aktivity – kreatívne činnosti, relax. terapie, spoločenské hry
- Valentínska oslava, tvorivé dielne v CVČ, estetizácia interiéru zariadenia
- dramaterapia - nácvik divadelného predstavenia
- pravidelné rozcvičky pod vedením fyzioterapeuta
- pravidelné bohoslužby (3 – krát týždenne)
- poznávací výlet s prijímateľmi sociálnej služby, vychádzky do prírody
- konzultačné stretnutia s príbuznými prijímateľov sociálnej služby
- Canisterapia, krúžková činnosť, návšteva plavárne

Marec: MDŽ – výroba darčiekov pre ženy, posedenie a kultúrny program

- „Deň s Andersenom“ v spolupráci s mestskou knižnicou v Strážskom
- mesiac knihy – posedenie v knižnici, beseda, biblioterapia
- voľnočasové aktivity - predčítanie literatúry, spoločenské hry, muzikoterapia
- športové aktivity – stolný tenis, loptové hry, posilňovacie cvičenia v telocvični
- pravidelné bohoslužby (3 – krát týždenne)
- kultúrna činnosť, premietanie videofilmov
- konzultačné stretnutia s príbuznými prijímateľov sociálnej služby
- vedomostná súťaž pre prijímateľov sociálnych služieb
- Ergoterapia, canisterapia, krúžková činnosť
- dramaterapia - nácvik programu na festival dramatickej tvorivosti Most úsmevov
- tvorivé dielne v CVČ Dúha
- pravidelné rozcvičky s fyzioterapeutom

Na časopise **Život v Harmonii** sa podieľali:

Redakčná rada: Mgr. Lipovská Silvia, Mgr. Roháľová Lucia,
Mgr. Janoková Dagmar

Zodpovedná: Ing. Dunajová Mária

Nepredajné: pre vnútornú potrebu zariadenia
