



Ruku k dielu v rámci svojich možností priložili za pomoci zamestnancov úseku rozvoja pracovných zručností aj naše obyvatel'ky.



MORAVSKO

526



640



VYDÁVA: CSS TAU, Turie

v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja

KONTAKT: CSS TAU, Turie 296, 013 12 tel/fax:041/59 89 362,

e-mail:cssturie@vuczilina.sk; č.ú.:SK83 8180 0000 0070 0048 8781, Štátna pokladnica

OBČIANSKE ZDRUŽENIE: MRAVENISKO, o.z., Osloboditeľ'ov 371/15, 013 13

Rajecké Teplice, č.ú. SK 07 5600 0000 0051 2091 0001, Prima Banka, IČO:51243253



Vážení čitatelia
Vážení a milí priatelia a známi

Rok 2020 je milníkom v práci v sociálnych službách. Je rokom, ktorý v nás dlhodobo zanechá svoju pečat'. Rokom obmedzovaní, rokom nenaplnených snov a túžob, rokom strachu z neznámeho. Hlboko nás zasiahla koronakríza. Zasiahla nás ľudsky. Zasiahla nás v našich srdciach. Napriek tomu, že každý z nás musel v zvýšenej miere prispieť k ochrane životov a zdravia našich klientov, spolupracovníkov i rodín, napriek tomu, že sme vykonávali prácu navyše, rok 2020 bol aj rokom úspešným. Vďaka mu za zlepšene vzťahov, za väčšiu toleranciu, za ľudskosť, za vzájomnú spolupatričnosť. Bol to náročný rok, kedy sme chodili do práce s posledným vypätím všetkých síl, ale nevzdávali sme to. Naše heslo „Spolu to dáme“ nás držalo fyzicky aj psychicky. Rok 2020 bol aj rokom malých radostí, veľkých víťazstiev i rokom strát. Nedá mi nespomenúť našu kolegyniu Danku, ktorá nás po ťažkej chorobe, predčasne, vo veku 45 rokov, opustila. Človek s veľkým srdcom, láskou k práci i klientom. Najstaršie pracujúci zamestnanec CSS TAU. Česť jej pamiatke. Veľká vďaka patrí všetkým, ktorí jej boli v posledných chvíľach života akokoľvek nápomocní. Napriek týmto životným stratám, sme prežili rok zmysluplne, hľadiac na záujmy klientov. Dennodenná práca pri dezinfekcii, praní, upratovaní, sebaobslužných výkonoch, terapii, rehabilitácii, varení, sociálnej práci, ošetrovaní, zdravotných výkonoch, dala všetkým istotu, že práca, ktorú robíme má zmysel. Svojpomocne sme vykonávali práce, ktoré sú ináč dodávateľské, ako je kaderníctvo, pedikúra, manikúra, oprava malých spotrebičov, maľovanie, dláždenie, atď.. Podarilo sa nám vyrobiť veľa krásnych výrobkov. Naše pohľadnice robili radosť príbuzným aj známym. Vyrobili sme vyššívane pozdravy pre pani predsedníčku Žilinského samosprávneho kraja. Naše výrobky zo spekaného skla urobili radosť pracovníkom Špeciálnej olympiády Slovensko. Výrobky z výstav zdobia prilytky aj mnohých z nás, zamestnancov nášho zariadenia, ale i neznámych ľudí v rámci kraja. Zrealizovali sme Tábor sebaobhajoby a dokonca sa podarilo uskutočniť aj jeho externú časť vo vile Dali v Rajeckých Tepliciach, kde sme za dodržania prísnych epidemiologických opatrení prežili krásne 3 dni. V roku 2020 sme sa viac venovali kulinoterapii, fyzioterapii, sociálnemu a psychologickému poradenstvu i duchovnej starostlivosti. Viac sme komunikovali s príbuznými, aby sme ich uistili, že ich najmilší sú v poriadku. Za veľký úspech považujem, že sa nám podarilo postaviť a vysvätiť „Kaplnu Panny Márie Lurdskej“ v areáli zariadenia. Na jej realizácii sa podieľali dobrovoľnícky zamestnanci CSS TAU, najmä úsek údržby, ale i klienti, v rámci dňa dobrovoľníctva zamestnanci Žilinského samosprávneho kraja s jeho predsedníčkou Erikou Jurinovou. Projekt kaplnky dobrovoľnícky vypracoval Ing. Arch. Peter Krajč. Kaplnku vysvätil duchovný Višňovskej farnosti, Mgr. Jozef Šimún, administrátor farnosti. Materiál na realizáciu nám poskytla Nadácia Pontis prostredníctvom Občianskeho združenia Mravenisko, ktoré tiež prispelo materiálnou pomocou. Ďakujeme.

Darilo sa nám získať finančné prostriedky z dotácií na kúpu vitamínov pre zamestnancov i klientov, nákup germicídnych žiariek i odmien pre zamestnancov, ktorí pracovali počas prvej vlny pandémie koronavírusu. **Ď A K U J E M** Vám všetkým za prejavy solidarity a podpory, za milé slová, ktorými ste prejavili spolupatričnosť a ktoré podporili nás, zamestnancov i dary, ktoré priniesli radosť všetkým klientom zariadenia.

Na záver mi dovoľte, aby som prostredníctvom tohto časopisu, vyslovila jedno veľké a úprimné **Ď A K U J E M** všetkým svojim zamestnancom za ich súdržnosť, ľudskosť, disciplínu, nadľudské výkony, psychickú podporu klientov, ústretovosť, toleranciu, jedným slovom bezchybne odvedenú prácu na hranici všetkých psychických i fyzických síl, za mnoho hodín dobrovoľníckej práce, vďaka ktorej sa nám podarilo rok 2020 prežiť v zdraví a pokoji. A verím, že aj v roku 2021 bude platiť heslo „Spolu to dáme“.

Elena Bohdalová

„Užívaj v živote malých vecí, jedného dňa sa obzrieš späť a zistíš, že boli veľké“

Kurt Vonnegut



DEŇ DOBROVOĽNÍCTVA

17.09.2020

Prostredníctvom finančnej pomoci Nadačného fondu KIA v Nadácii PONTIS sme v areáli zariadenia CSS TAU vytvorili komunitnú záhradu pri kaplnke.



Pri budovaní záhrady nám pomohli aj dobrovoľníci zo Žilinského samosprávneho kraja.

Pri slávnostnom otvorení „Komunitnej záhrady“ dňa 17.09.2020, za prítomnosti predsedníčky Žilinského samosprávneho kraja pani Ing. Eriky Jurinovej sme vypustili balónový ruženec, ako symbol ochrany Panny Márie Lurdskej.





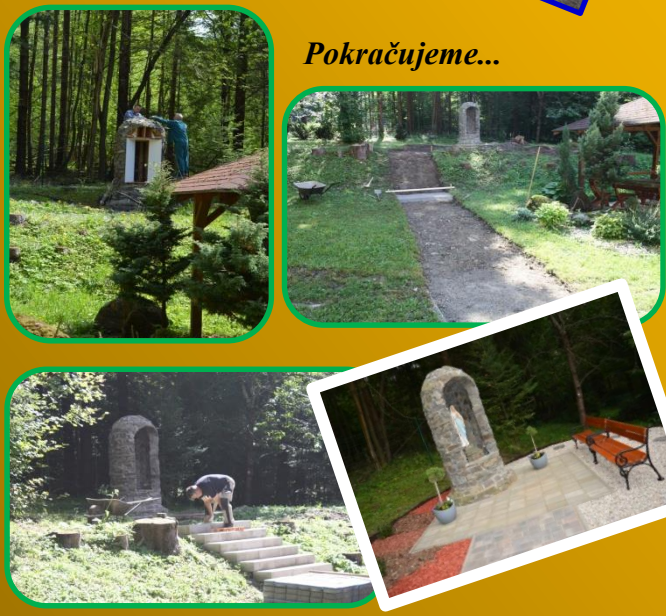
„Pre obyvateľky CSS TAU je integrácia a komunitné združovanie veľmi dôležité, vzájomné vzťahy ich obohatia“.

Cieľom projektu komunitnej záhrady pri kaplnke CSS TAU je premeniť časť nevyužitej zelenej plochy na multifunkčnú, esteticky pôsobivú záhradu vytvárajúcu priaznivé podmienky pre budovanie sociálnych vzťahov, seberealizáciu a zmysluplné využívanie času našich obyvateľiek, vytvoriť oddychovú zónu a miesto aktivít duchovného rozvoja.

Takto sme začínali...



Pokračujeme...



17.09.2020 sa podarilo dielo dokončiť...aj vďaka dobrovoľníkom z úradu ŽSK.



Začiatkom roku dňa 6.1.2020 k nám do zariadenia prišla zaspievať a zavinšovať folklórna skupina DEVA z Višňového pri Žiline...



Naše obyvateľky si zaspievali a zatancovali na veselú ľudovú nôtu...



Ďakujeme folklórnej skupine DEVA, ktorá pod vedením manželov Ďuračkovcov z Višňového už viac ako tri desaťročia prezentuje ľuďom krásne ľudové tradície...



Kulinoterapia s Ruty Šuty - 15.1.2020...

V polovici januára dňa 15.1.2020 nás navštívili seniorky z country skupiny Ruty Šuty a svojou veselou prítomnosťou venovali pozornosť našim starším obyvateľkám na kulinoterapii s inštruktorkami sociálnej rehabilitácie Erikou a Vierkou ☺



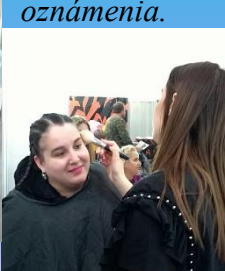
Na záver si všetci pochutnali na výbornom koláčiku ☺



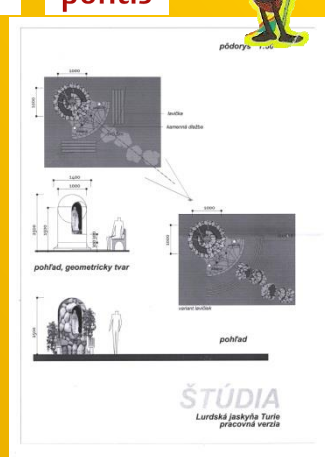
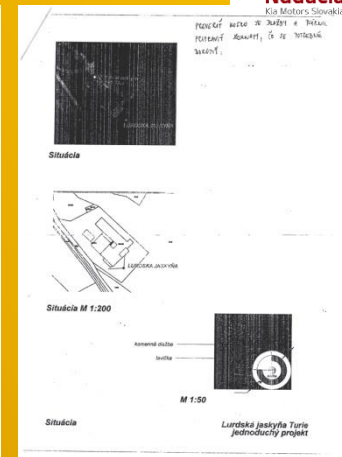
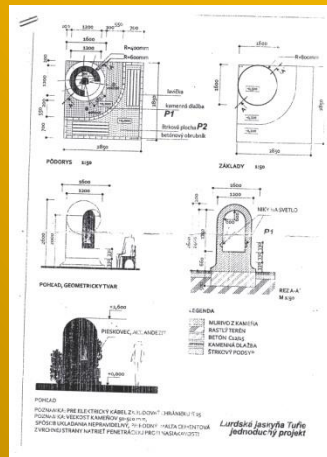
Dňa 7.2. sa naše ženy spolu s našimi zamestnancami zúčastnili svadobného salónu nazývaného Interbeauty 2020, ktorý sa konal v Inchebe v Bratislave.



Mali možnosť popozerať si všetko čo obnáša príprava svadby ako autá, karavany, motorky, kozmetiku, hudobníkov, kaderničky, svadobné šaty, torty, nábytok, výzdobu, pozvánky a oznámenia.



Potom sa stavili na obed v obchodnom dome Ikea, kde si dali to, na čo mali chuť ☺ Ani skvelá kávačka a koláčik nesmeli chýbať...



Prostredníctvom finančnej pomoci Nadačného fondu KIA v **Nadácii PONTIS** a za pomoci dobrovoľníkov – zamestnancov **spoločnosti KIA**, vytvoríme komunitnú záhradu v areáli **CSS TAU**.

„Máme radi prírodu, radi sa stretávame s novými ľuďmi, máme chuť zapojiť sa do niečoho nového a prínosného, preto sme radi, že podporíte náš projekt“.
Ďakujeme ☺

Minulý rok sme v areáli nášho zariadenia postavili kaplnku, ktorej hlavným účelom je podporiť duchovný rozvoj našich zdravotne znevýhodnených obyvateľiek. V okolí kaplnky chceme vytvoriť záhradu, trávnatú plochu a priestor na oddych. Takáto záhrada bude pre zariadenie a hlavne pre naše obyvateľky veľkým prínosom. Spoločná záhrada bude miestom, kde sa môžu duchovne rozvíjať, oddychovať, vzájomne sa inšpirovať, stretávať so svojimi rodinami, známymi a v neposlednom rade prispievať k zdravším a krajším dňom. Dôležitým prvkom projektu je zapojenie obyvateľiek do aktívnej činnosti pri tvorení záhrady a vedenie k ich sebarozvoju a sebarealizácii. V záhrade môžu efektívne využívať každý priestor nielen naše obyvateľky, ale aj ich príbuzní, priatelia a ostatní z celého kraja pri rôznych aktivitách, ktoré každoročne usporadúvame.



Zmenáreň



Tábor sebaobhajoby
Rajecké Teplice



Naša obyvateľka Vierka, ktorá má v strihaní prax vytvorila našim ženám pekné účesy...



A terapeutky pridali farbu...skvelá práca....



Letné kino v areáli CSS TAU

Kurz výroby náramkov



Ladový deň

Panoráma Nezbedská Lúčka
31.08.2020



Dňa 8.1.2020 sa konalo prvé tohtoročné plánované stretnutie Výboru obyvateľov CSS TAU. Výbor obyvateľov sa schádza pravidelne minimálne 4x ročne.



Tešíme sa na ďalšie stretnutie.

Po novoročnom prípitku a podpísaní prezenčnej listiny sme naplánovali aktivity na rok 2020.

Výbor obyvateľov – 4.3.2020...

Dňa 4.3.2020 sme sa opäť zišli na výbore obyvateľov, kde sme spolu pani riaditeľkou naplánovali ďalšie aktivity, a kontrolovali sme či sa splnili aktivity, ktoré sme naplánovali.



Výbor obyvateľov – 15.05.2020...

Počas Covid - 19 sme sa často stretávali na výbore obyvateľov s pani riaditeľkou a vedúcou úseku rozvoja pracovných zručností, aby sme lepšie pochopili situáciu a následne informovali aj všetky ženy CSS TAU...Popri tom sme si popíjali aj výbornú kávičku....





V mesiaci január sme sa na Hravom popoludní s našou pani psychologičkou zamerali na orientáciu v priestore a čase.



Na chvíľu sme sa premenili na ručičkové hodiny...



A na orientáciu v priestore sa dobrovoľníčky spomedzi nás hľadali v miestnosti len s použitím vlastného hlasu. Koniec nášho stretnutia plného radosti a prekvapenia ukončila aktivita zameraná na rytmizáciu pohybu pri posúvaní predmetu v kruhu. Tešíme sa nabudúce!



Výtvarný kurz pod vedením našej klientky Barborky, ktorá veľmi rada kreslí a vyjadrila svoju potrebu

naučiť kresliť aj iných.



V dňoch 2.7.a 3.7. 2020 prebehlo v CSS TAU už po piaty raz podujatie Deň sebaobhajoby. Prihlásené klientky po polročnej príprave prezentovali svoje projekty, kde predstavili svoj život, záľuby ako i svoje sny do budúcnosti a svoju predstavu o tom, akým spôsobom ich zrealizovať. Sebaobhajovanie predstavuje druh podpory, ktorá má umožniť predchádzať problémom v osobnom i verejnom živote a hájiť vlastné práva. Dôležitou súčasťou je nekončiaci tréning zodpovednosti za vlastné rozhodnutia. Tento rok sa do aktivity zapojilo 18 PSS.

Minigolf



Športový deň s opekačkou..



Záhradná párty



Batikovanie tričiek

Lietavský hrad



Slovenský zväz ľadového hokeja v spolupráci s generálnym partnerom Kaufland Slovensko pripravil aktivitu, pri ktorej nám mladí hokejisti bratia Rehákovci zabezpečili nákup zdravých potravín... 😊



Ďakujeme Dominikovi a Samuelovi za zrealizovaný nákup pre naše ženy...



Dňa 15.01. sa naše ženy vybrali trošku do prírody potrénovať na Zimné národné hry 2020. Trénovali bežky na kratšiu, ale aj dlhšiu vzdialenosť a beh na snežniciach. Išlo im to skvelo, aj čas mali dobrý na jeden z prvých tréningov, ktorý sa konal až teraz z dôvodu nepriaznivého počasia 😊

Tréning na Zimné športové hry- 29.1.2020...

Naše ženy Karinka, Ad'ka, Vierka, Barborka a Romanka sa počas celého mesiaca január poctivo pripravovali na Zimné národné hry v bežkovaní a v behu na snežniciach.





Zimné národné hry
Špeciálnych olympiád
10. 2. 2020
Štrbské pleso

V dňoch 9. – 11.2.2020
sa 5 našich žien
z Centra sociálnych služieb
TAU zúčastnilo športového
podujatia „Zimné národné hry“
na Štrbskom Plese,
ktoré organizovali
Špeciálne olympiády Slovensko.



Dosiahnuté výsledky:

Barborka

3. miesto – bežecké lyžovanie na 500 m
Ad'ka:

3. miesto – bežecké lyžovanie na 50 m
3. miesto – bežecké lyžovanie na 100 m

Romanka:

1. miesto – bežecké lyžovanie na 50 m
1. miesto – bežecké lyžovanie na 100 m

Vierka:

3. miesto - Snežnice 100 m

Karinka:

4. miesto - Snežnice 100 m

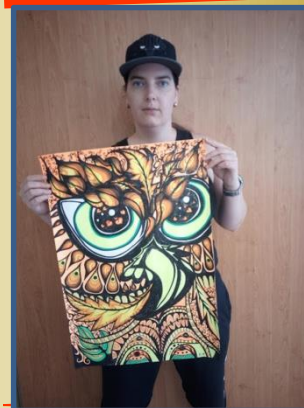


GRATULUJEME NAŠIM reprezentantkám!



Andrea

Každý si vo vrecku nosí kúsok lásky, ktorá prerazí aj temnotu vesmíru...



*Tam, kde sa spája
príroda
s technikou je
miesto,
ktoré Ti chcem
ukázať...*

Barborka ☺



Alžbetka



Téma:
Dovolenka



Všetky práce boli odoslané na Výtvarný salón ZPMP“



Dňa 03.06.2020 naša Romanka pod dohľadom našej terapeutky Dominiky vytvorila takýto krásny 3D obraz. Využila kombinovanú výtvarnú formu, pri ktorej sa spojila príroda s technikou...



Prvky arteterapie s Martinkou, pod dohľadom našej terapeutky Dominiky, vznikol takýto krásny obraz od Martinky kombinovanáou technikou... ☺☺☺

□

V kaplnke nášho zariadenia sa dňa 31.1.2020 konala svätá omša s kňazom Mgr. Jozefom Šimúnom, administrátorom farnosti Višňové, ktorá patrí do Žilinskej diecézy a je začlenená do dekanátu Rajec. P. farár zaopatril sviatosťami aj našu obyvateľku Máriu a pomodlil sa za ňu...



*Lásku bez kríža nenájdeš
a kríž bez lásky neunesieš.
Ján Pavol II.*



V utorok 28. februára zavítal medzi nás pán farár, aby nás vyspovedal a počas sv. omše povzbudil Božím slovom...



p. Vierka rada fotí a tak pár svojich fotografií poslala do súťaže „Výtvarný salón ZPMP“.



Kostol pre všetkých...



Deniska a počítač = nerozlučná dvojica. – jej grafika tiež putovala na Výtvarný salón“



Sociálni pracovníci pripravili našim prijímateľkám prekvapenie v podobe zmenárne. Dievčatá sa im zverili do rúk a tu vidíte výsledok...



Valentínsky deň si naše ženy v CSS TAU užili naplno. Spolu s terapeutmi upiekli chutné muffiny, ktoré potom pekne ozdobili. Do pripravených aktivít sa s chuťou zapájali a užili si veľa zábavy...



Dňa 29.5.2020 sme ako každý rok oslávili Medzinárodný deň detí u nás v CSS TAU. Tento krát to bolo po prvýkrát bez detičiek našich zamestnancov kvôli ochoreniu Covid-19. Sviatok sme oslávili v téme Piráti z Karibiku...☺



Naš pirátsky deň sme začali listom a po prečítaní listu kapitánom Jack-om Sparrow-om sme začali plniť naše úlohy...a neodradilo nás ani oblačné a upršané počasie...☺

Prešli sme aj rôznymi zaujímavými stanovišťami, na ktorých sme získali zlaté mince, ktoré nás mali doviesť k nášmu pokladu...



Na záver si naše ženy mohli za získané mince a z nájdeného pokladu, zakúpiť nejakú dobrôtku v "Krčme u piráta" a vyžrebovať zaujímavú výhru a k tomu balíček sladkostí ...☺

Dňa 20.05.2020 sa u nás v CSS TAU konalo „Okienko poézie a prózy“, kde sa viaceré z našich žien zúčastnili a predniesli text ktorý si pripravili. Niektoré z nich sa rozhodli pre poéziu a niektoré zasa pre prózu, prípadne vlastnú tvorbu. Dievčatá boli veľmi šikovné a predniesli svoje texty na jednotku. 😊



Naša Ad'ka nám predviedla svoje kulinárske umenie 18.02.2020, kde nám ukázala jedno z jedál, ktoré dokáže pripraviť celkom sama a hlavne, aby všetkým chutilo. Potešila nás s jahodovo-banánovým smoothie 😊

Aj v bytoch sa naše dievčatá snažia, a 19.02.2020 nám svoje kulinárske umenie predviedla Ľubka, kde nám ukázala jedno z jedál, ktoré dokáže pripraviť celkom sama a hlavne, aby všetkým chutilo. Potešila nás s paradajkovou polievkou, so syrom a s ryžou. 😊



Vraciame sa naspäť do ZPB, kde sa naše dievčatá snažia, a 20. 02.2020 nám svoje kulinárske umenie predviedla Milka, kde nám ukázala jedno z jedál, ktoré dokáže pripraviť celkom sama, no hlavne, aby všetkým chutilo. Potešila nás s DIA jablkovým koláčikom. 😊





Dnes sme navštívili druhý samostatný byt, aby sme sa pozreli na snahu našich dievčat. 27.02.2020 nám svoje kulinárske umenie predviedla Janka. Ukázala nám jedno z jedál, ktoré dokáže pripraviť celkom sama. Potešila nás s rybacou pomazánkou. 😊



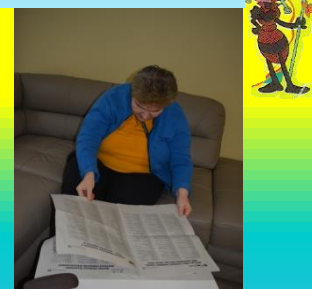
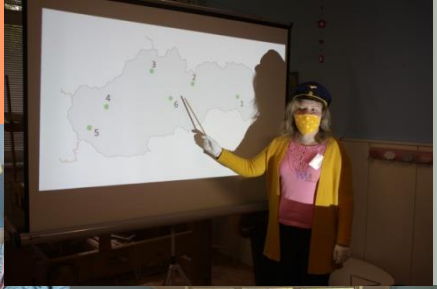
Zaujímavý deň 27.02.2020 sme strávili s Karinkou v samostatnom byte, ktorá nám predviedla svoje kulinárske umenie a pripravila jedno z jedál, ktoré dokáže pripraviť celkom sama - Zeleninové rizoto. 😊



Počas apríla a mája u nás v CSS TAU naše ženy spolu s terapeutmi sadili zeleninu, bylinky pre svoju potrebu a kvety pre skrášlenie nášho areálu. Naše ženy si túto prácu veľmi užívali a bavilo ich to. Už sa nevedia dočkať prvej úrody. 😊



V dňoch 12.-13.05.2020 sa u nás v CSS TAU konal deň s názvom „História železníc“ s našou psychologičkou Olinkou a s našou pedagogičkou Dominikou. Naše ženy sa naučili ako, kedy a kde vznikli vlaky, aký bol proces vývoja vlakov od konských železníc, cez parné vlaky až po súčasnosť – motorové a elektrické vlaky. Ženy táto prednáška veľmi zaujala, vyskúšali si úlohu výpravcu vlaku...Každá z nich vypravila svoj vlak včas. Vlakovodúci skontrolovali či majú všetci cestujúci lístky a mohli sme odštartovať náš vlak po Slovensku. Mali sme pripravenú hru, kde podľa fotiek ženy hádali v akom meste náš vlak práve zastavil a následne sme si povedali základné a zaujímavé informácie o danom meste...Náš express vlak takto prešiel celé Slovensko cez Košice, Poprad-Tatry, Žilina, Trnava, Bratislava hl. st. a Banská Bystrica...



Dňa 21. februára 2020 sa takto poctivo naše ženy pripravovali na tohtoročné parlamentné voľby.

Parlamentné voľby 2020 - 29.02.2020...

Dňa 29.02.2020 k nám prišli zástupcovia z Obecného úradu Turie, ktorí mali na starosti urnu z odvolenými hlasmi. Naše ženy, ktoré mohli a chceli si tiež splniť svoju občiansku povinnosť a odvolili.





Dňa 22.2. 2020 sme sa po 1. krát zúčastnili fašiangového turnaja v boccii, ktorý organizoval klub Farfalletta. Akcia prebiehala v Základnej škole v obci Turie. Turnaj sa niesol v duchu karnevalových masiek.

Jednotlivé turnaje sa hrali v karnevalových maskách, čo bolo veľmi zaujímavé a v niektorých momentoch aj trochu ťažšie.

Toto je tím Malého Mirka, ktorý tiež získal ocenenie. Každý tím mal aj svoje pomenovanie: Krvavé kvety, Včielky, Mississippi, Malý Mirko, Mažoretky a Farfalíci.

Jednotlivé tímy dosiahli takéto víťazstvá:

Mažoretky – 4 víťazstvá, Malý Mirko – 3 víťazstvá, Včielky – 3 víťazstvá, Missisipi – 1 víťazstvo, Farfalíci – 0 víťazstiev, Krvavé kvety- 0 víťazstiev



Máje boli známe už v období staroveku, kedy ich ľudia dávali pred svoje domy ako ochranu pred zlými duchmi a chorobami. Máj symbolizoval víťazstvo jari nad zimou, poľnohospodárom mala májová zeleň zase priniesť dobrú úrodu. Od tejto myšlienky sa májová tradícia prirodzene vyvinula do podoby, v akej ju poznáme aj dnes.



Pred našim zariadením vyrástol za hudobného doprovodu heligonkárky Karinky takýto krásny máj 4.5.2020.

Karneval CSS TAU – 25.02.2020...

Dňa 25.2.2020 sme mali u nás v CSS TAU karneval, kde prišlo veľa rôznych masiek. Mali sme aj odbornú porotu, moderátorov, DJ-a, rôzne súťaže a odmeny. Cenu za najkrajšiu masku vyhrali všetci, pretože všetky masky boli nádherné a porota sa nevedela rozhodnúť.

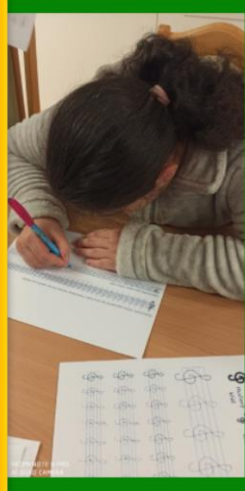


Váňanie mája– 02.06.2020..

Dňa 02.06.2020 sa u nás v CSS TAU váľal máj za doprovodu našej heligonkárky Karinky a našich žien. Ženy si zatancovali a pospievali.



Od Januára pokračujeme v muzikoterapii s našou pedagogičkou Dominikou, kde sa naše ženy opäť niečo nové dozvedeli. Naučili sme sa ako vznikajú rôzne zvuky vo filme, že za tým krásnym soundtrackom je veľa driny hudobného skladateľa, zopakovali sme si dejiny hudby, naučili sa písať husľový a basový kľúč, rôzne rytmické cvičenia prostredníctvom rytmických nástrojov, spievali sme rôzne ľudové a populárne piesne s karaoke alebo klavírnym doprovodom, rôzne hudobné hry a mnoho iného....Naším ženám sa tento kurz veľmi páči a rady ho navštevujú... ☺



26.2. 2020 sme mali v CSS TAU zaujímavú besedu s našou pani psychologičkou zameranú na prevenciu fajčenia. V úvode sme si pozreli krátke video, kde sme si priblížili možné zdravotné riziká ako i finančný dopad fajčenia. Ďalej sme sa spoločne zamýšľali nad účinnou motiváciou odvykania od tohto zlozvyku.



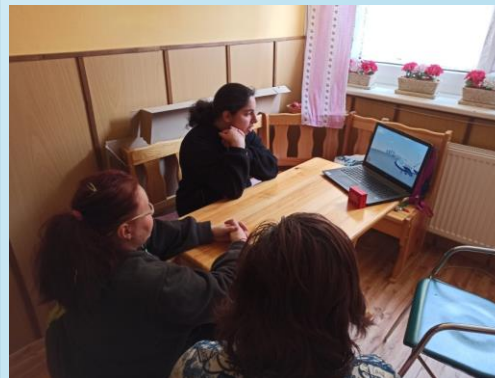
Rolovou hrou zdravotník – fajčiar sme si vyskúšali, aké je argumentovať na časté otázky spojené s rozhodovaním prestať fajčiť. Popoludnie nás obohatilo o nové poznatky a sociálne zručnosti ako bojovať proti fajčeniu.



Dnes sme pre naše prijímateľky pripravili záhradnú terapiu, v rámci ktorej zasiali paradajky. Aktivitu robili s radosťou a už sa tešia, kedy im paradajky vyrastú ☺



Od Januára pokračujeme v kurze Anglického jazyka, ktorý začal v júli minulého roku s našou pedagogičkou Dominikou, na ktorom sa zúčastňujú mnohé z našich žien, ktoré sa mimochodom rady vzdelávajú a chcú aspoň trošku ovládať jeden cudzí jazyk. Rozširujú svoju slovnú zásobu, trénujú si pamäť a rozvíjajú hudobný sluch. Všetko toto učenie sa koná hrovou formou, pomocou piesní a rôznych hier.



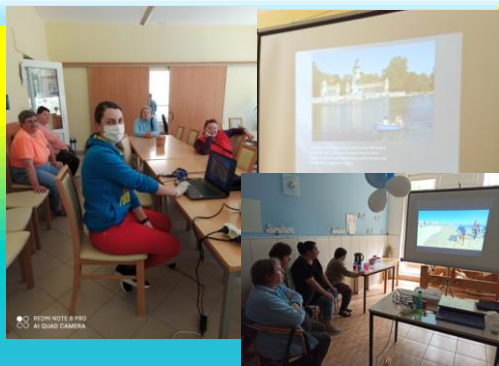
Jarné práce v záhrade CSS TAU – 18.03.2020...

Dňa 18.03.2020 sa naše ženy v CSS TAU rozhodli, že upravia dvor po zimnej sezóne a privítajú jar.





Cesta po Európe



Od Apríla sa u nás v CSS TAU začalo virtuálne cestovanie s témou: „Cesta po Európe“ s našou pedagogičkou Dominikou.

Každý týždeň sme navštívili inú krajinu a všetky ostrovy, polostrovy, enklávy, ktoré sú súčasťou danej krajiny. Spoznali sme tie najväčšie mestá, ich pamiatky, dominanty, kultúru, šport, ich národné jedlo, nápoje a rôzne sladké pochutiny, mnoho atrakcií od Bioparkov so zvieratami, lunaparkov, termálnych prameňov a aquaparkov až po iné zaujímavé náučno-vedecké a zábavné miesta.

Naučili sme sa aj základné geografické informácie o každej krajine, ako poloha štátu/kráľovstva, kto je prezidentom/kráľom, hlavné mesto, obyvateľstvo, približná rozloha krajiny atď.

Videli sme mnoho cestopisných videí spolu s cestovateľmi/youtuberami, ktorí cestovali po týchto krajinách a aj takouto cestou nám ju priblížili ako keby sme tam boli s nimi...



Navštívili sme :

- Slovensko;
- Španielsko, Baleárske ostrovy (Mallorca, Menorca, Ibiza), Kanárske ostrovy, a dve enklávy v severnej Afrike, Ceuta a Melilla pri Maroku;
- Belgicko;
- Francúzsko;
- Portugalsko, Azorské ostrovy, Madeira a Divošské ostrovy;
- Taliansko, Sicília a Sardínia
- Spojené Kráľovstvo (Anglicko, Škótsko, Wales, Severné Írsko)
- Holandsko
- Grécko
- Škandinávia (Švédsko, Nórsko, Fínsko)

Dňa 27.02.2020 sa naše ženy, z CSS TAU, ktoré chodia na turistický krúžok, zúčastnili túry na Chatu Žihľavy. Dievčatám sa výlet veľmi páčil a zobrali so sebou aj psíka Sindy, aby sa vyvetral spolu s nimi na čerstvom vzduchu.



Po ceste sa ženy zahriali aj teplým čajikom a hore v cieľi dostali aj malé občerstvenie.



Dňa 11.03.2020 sa niektoré z našich žien spolu s terapeutmi rozhodli, že opäť treba upraviť areál, poupratovať.



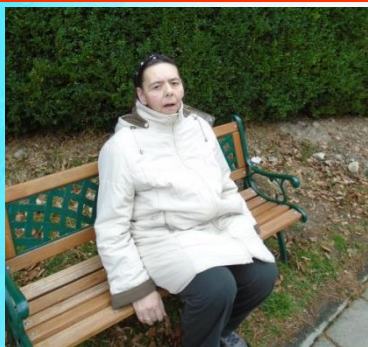
V dňoch 01. - 03.04.2020 prebiehala u nás v CSS TAU Veľkonočná výstava, kde boli vystavené výrobky, ktoré vyrábali naše ženy spolu so svojimi terapeutmi. Ktokoľvek z našich zamestnancov si mohol zakúpiť tieto výrobky...



...len tak...na prechádzke...

Kadernický salón Vierka – od 06.04.2020...

Od 6.4.2020 u nás v CSS TAU naša PSS Vierka otvorila kadernický salón, v ktorom jej pomáhajú terapeutky strihať a farbiť naše ženy...



7.4.2020 sa konala v priestoroch CSS TAU zážitková beseda pod názvom AK, TAK INAK, ktorú viedli psychologička a vedúca úseku rozvoja pracovných zručností. Cieľom podujatia bolo vytvorenie priestoru pre komunikáciu o súčasnej situácii na Slovensku a posilniť tak spoločnú súdržnosť.



Po úvodnom článku, ktorý humorným spôsobom približoval súčasný spôsob nakupovania, nasledovala bohatá diskusia plná rôznych otázok o živote v dnešnom svete. V druhej časti sme si vyskúšali prostredníctvom aktivity, ako teraz reagovať na známe situácie. Bolo to zábavné a obohacujúce dopoludnie.



Dopoludnia 13.3.2020 sme sa v CSS TAU stretli na podujatí Veselá hodinka s Olinkou, kde sme si hrovou formou priblížili ako dodržiavať hygienu rúk a dbať o svoje zdravie.



Na záver nechýbala sladká odmena. Tešíme sa nabudúce!!!



V dňoch 16.-20.3.2020 u nás v CSS TAU prebiehal Týždeň mozgu, kde sa vystriedalo množstvo zaujímavých aktivít. Na oddelení 3A prebiehal Tréning pamäti. Ženy boli veľmi aktívne a išlo im to veľmi dobre.

V tieto dni prebiehal tréning pamäti a motorické cvičenia aj so ženami z iných oddelení. Veľmi ich táto činnosť zaujala a radi by si to zopakovali opäť.

Ženy si zahrali aj živé človeče a potrebovali aj riešenie logických úloh.



Počas týždňa mozgu v CSS TAU dňa 20.3.2020 mala naša psychologička spolu s PSS besedu o prevencii sociálno-patologických javov. Spoločne sme sa zamýšľali nad tým, aké sú možnosti ochrany a prevencie prostredníctvom rolových hier a diskusie.



V druhej časti spoločného dopoludnia sme si priblížili aktuálny slovenskej politickej scény. Bol to príjemne a hodnotne strávený čas. Tešíme sa nabudúce!



DESATORO BEZPEČNÉHO ČLOVEKA

1. NEUŠŤ SA OKLAMAŤ NEVÝHODNÝM NÁKUPOM
2. NEUŠŤ SA OKLAMAŤ FALŠOVÝMI KAPRÁRMI
3. NEUŠŤ PRÍJÍŤ DO ŽIAK ČUDZÝH LÚDÍ
4. NEUŠŤ SA OKLAMAŤ ROD ZÁRMANOU PRÍJAZDU
5. NEUŠŤ SA OKLAMAŤ ROD ZÁRMANOU PRÍJAZDU
6. NEUŠŤ SA OKLAMAŤ ROD ZÁRMANOU PRÍJAZDU
7. NEUŠŤ SA OKLAMAŤ ROD ZÁRMANOU PRÍJAZDU
8. NEUŠŤ SA OKLAMAŤ ROD ZÁRMANOU PRÍJAZDU
9. NEUŠŤ SA OKLAMAŤ ROD ZÁRMANOU PRÍJAZDU
10. NEUŠŤ SA OKLAMAŤ ROD ZÁRMANOU PRÍJAZDU



Dňa 20.3. 2020 o 10:30 sa zamestnanci s klientkami CSS TAU podľa dobrovoľného uváženia zúčastnili na Litániách k sv. Rochusovi, patrónovi nad epidémiami. Spoločná modlitba pokračovala korunkou k Božiemu milosrdenstvu v areáli zariadenia.



. Na ďalší deň sme piekli francúzske palacinky a mali sme aj zmenáreň, kde sa dievčatá skrášľovali.

Posledný deň prebiehal čitateľský krúžok, kde si naše ženy predčítavali z rôznych kníh, či už to bola poézia alebo próza. Po tejto aktivite prišlo na radu sladké pexeso, kde si naše ženy aj pochutili pri hraní.





V tento deň bol u nás v zariadení zvolaný prvý krízový štáb, kde sa začalo s prvými opatreniami proti vírusu Covid-19. Následne 17.3.2020 boli zvolaní všetci zamestnanci na krízovú intervenciu, kde im pani psychologička ukázala a porozprávala, ako sa máme chrániť pred týmto vírusom a čo v najväčšej miere ochrániť našich klientov, aby sa sem nič nedostalo. Pristúpilo sa k rôznym opatreniam, kde všetci zamestnanci a klienti preukázali svoju spolupatričnosť, no najmä zodpovednosť k druhým ľuďom.



Krásny projekt Rozvojovej agentúry ŽSK „Pošta seniorom“ je skvelá myšlienka, vďaka ktorej sa vyčaril ne jeden úsmev na tvárach našich seniorov. Keďže niektorí nemôžu byť so svojimi blízkymi, dopisy od dobrovoľníkov vniesli do ich srdca veľa radosti. Srdečná vďaka.

ĎAKUJEME

Žilinskému samosprávnemu kraju za dezinfekčný stojan, ktorý získali prostredníctvom dotácie Ministerstva investícií, regionálneho rozvoja a informatizácie.



POSVÄTENIE KAPLANKY

Deň 24. september 2020 bol výnimočný... v areáli CSS TAU farár Mgr. Jozef Šimún vysvätil kaplnku, ktorá je výsledkom projektu „Komunitná záhrada“. Viac na str. 41



24.09.2020

Dňa 27.09.2020 nás opustila po ťažkej chorobe naša kolegyňa Danka Turská vo veku 45 rokov. Bol to človek s veľkým srdcom, ktorý sa obetoval svojou prácou pre klientov CSS TAU Turie, kde pracoval od roku 1996, t.j. celých 24 rokov svojho života.



Utíchlo srdce, utíchol hlas, mala si rada život a všetkých nás. Odišla si navždy, túžila si žiť, ale osud to tak zariadil, že musela si nás tak nečakane a navždy opustiť. Hoci si odišla a niet ťa medzi nami, v našich srdciach zostaneš stále s nami.

ČEŠŤ TVOJEJ PAMIAŤKE!

NÁCVIK chôdze



Tréning pamäti



K
U
L
I
N
O
T
E
R
A
P
I
A



Psychomotorický padák



Spirituálne potreby



Snoezelen

Reminiscenčná terapia



Canisterapia

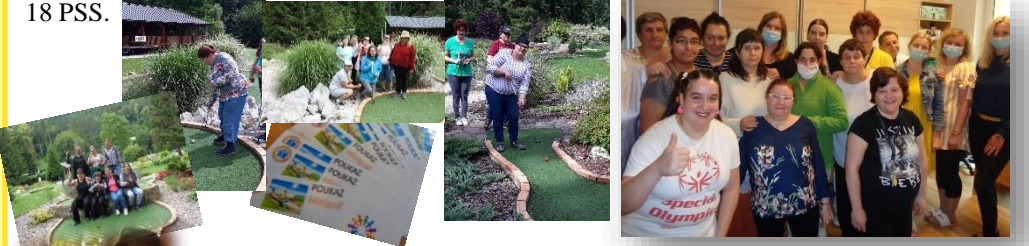


Bazálna stimulácia



Pobyt vonku

V dňoch 2.7.a 3.7. 2020 prebehlo v CSS TAU už po piaty raz podujatie Deň sebaobhajoby. Prihlásené klientky po polročnej príprave prezentovali svoje projekty, kde predstavili svoj život, záľuby ako i svoje sny do budúcnosti a svoju predstavu o tom, akým spôsobom ich zrealizovať. Sebaobhajovanie predstavuje druh podpory, ktorá má umožniť prechádzať problémom v osobnom i verejnom živote a hájiť vlastné práva. Dôležitou súčasťou je nekončiaci tréning zodpovednosti za vlastné rozhodnutia. Tento rok sa do aktivity zapojilo 18 PSS.



„Nečakajte na zázraky, celý váš život je zázrak!“ Albert Einstein



Aj tento rok zariadenie CSS TAU realizovalo úspešný projekt pre svoje klientky – TÁBOR SEBAOBHAJOBY v Rajeckých Tepliciach. Trojdňový tábor už po piaty raz hostil 18 PSS, ktoré úspešne obhájili svoje projekty na Dni sebaobhajoby. Pestrý program podporoval sebarozvoj a sebarealizáciu účastníčok a bol pre všetkých vzájomným obohatením.





Naše zariadenie sa v tomto roku zapojilo do národného projektu Deinštitucionalizácia zariadení SS - Podpora transformačných tímov, ktorý je realizovaný Implementačnou agentúrou MPSVR SR. V tomto období prebiehajú online školenia našich zamestnancov. Expertný tím pozostáva zo 4 odborníkov zastupujúcich všetky oblasti, ktoré sú pre úspešný proces deinštitucionalizácie dôležité:

1. metodické a praktické nastavenie procesu transformácie a deinštitucionalizácie v jednotlivých zariadeniach sociálnych služieb
2. transformácia sociálnych služieb pre ľudí so zdravotným postihnutím
3. možnosti zamestnávania ľudí so zdravotným postihnutím
4. zmeny fyzického prostredia – výber vhodných lokalít a adekvátne architektonické riešenia obytných budov pre ľudí so zdravotným postihnutím.

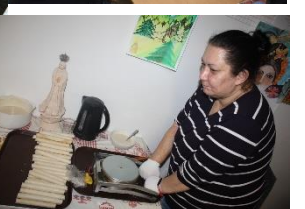


Príprava na samostatné bývanie



Na výlety radi využívame služby verejnej dopravy.

Využitie TAXI služby na osobnú prepravu



Od 1.10.2020 poskytuje CSS TAU novú službu - prepravnú službu.

Martinka sa naučila piecť vianočné oblátky...



Vianočná besiedka



I tento rok si naše obyvateľky nacvičili krátke vianočné pásmo piesní a básní s biblickým príbehom. Predstavili sa s ním zamestnancom a všetkým obyvateľkám CSS TAU.



Vianoce našich senioriek

Mikuláš



Veľkonočné a vianočné pohľadnice pre Žilinský samosprávny kraj





Sociálne siete sme využili na zaslanie videa, ako pod'akovanie za krásne darčeky...



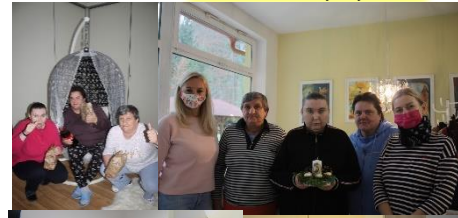
Priatelia zostanú navždy priateľmi, aj keď sú vzdialení desiatky kilometrov, aj keď sa nevidia.

Rok 2020 nás naučil, že nie je všetko samozrejmé...pandémia ovplyvnila aj náš život...ale naučili sme sa šiť ochranné rúška ... a tak sme mohli priložiť ruku k dielu aj my obyvatelky ...



Zariadenie podporovaného bývania

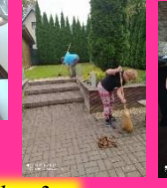
Samostatný byt 1



Samostatný byt 2



Podpora samostatného bývania



Samostatný byt 3



Koľko lásky sa zmestí do krabice od topánok?

ĎAKUJEME p. Marike Čaneckej (Baroniakovovej) za odovzdanie darčiekov pre našich klientov, ktoré im urobili radosť pod stromčekom. Pani Marika sa zapojila do projektu "Koľko lásky sa zmestí do krabice od topánok", dobrovoľnícky urobila zbierku a odovzdala CSS TAU.

ĎAKUJEME všetkým ľuďom, ktorí sa zapojili do tohto výnimočného projektu, za hmotné dary a vianočné posolstvo lásky.

ĎAKUJEME aj 25 zamestnancom CSS TAU, ktorí sa zapojili do krásneho a zmysluplného projektu Janky Galatovej. Stačilo naplniť krabicu od topánok maličkosťami, ktoré potešia na Vianoce čo najviac starkých, ktorí v týchto časoch potrebujú veľa lásky.



Mikulášske balíčky od Senior klubu Priatelia Žilina. ĎAKUJEME!



Potešili sme sa sladkému daru, ručnej práci zo sociálneho podniku z Rajca - Medovníkovým panáčikom. Sociálny podnik v Rajci vytvára pracovné miesta najmä pre znevýhodnených uchádzačov o zamestnanie, ktorými sú zdravotne alebo sociálne znevýhodnení občania, matky po dlhodobej materskej dovolenke.

ĎAKUJEME INMEDIA spol. s.r.o. za poskytnutie sponzorského daru na spríjemnenie vianočných sviatkov našich obyvateľiek.



ĎAKUJEME KAUFLANDU za krásny dar - kvety pre našich zamestnancov



ĎAKUJEME p. Zacharovej, ktorá nám darovala zopár balíčkov pre naše ženy



Žiaci a zamestnanci Cirkevnej základnej školy Romualda Zaymusa v Žiline nás potešili takýmto krásnym darčekom, ktorý pre nás vytvorili. ĎAKUJEME!

Začiatkom decembra sme v našom zariadení vystavovali krásne výrobky s vianočnou tematikou spoločnej práce obyvateľiek a zamestnancov CSS TAU a nechýbali ani Vianočné trhy v areáli CSS TAU.



Vianoce sú tu. A s nimi spojená jedna z najkrajších tradícií a to v obdarovávaní toho druhého. Aj nás každoročne prekvapí p. riaditeľka splnením našich prianí.



P. riaditeľka sa potešila krásnemu ručne robenému vianočnému pozdravu od Barborky ©