

Akcie (október – december 2017)

Pravidelné akcie:

NOVINKA:

- ✎ **CANISTERAPIA** – raz do mesiaca (od 09/2017) sa stretávame pri Canisterapii – novej forme terapie, pri ktorej sa využíva pozitívne pôsobenie psa domáceho (*Canis familiaris*) na zdravie, čiže (podľa definície Svetovej zdravotníckej organizácie - WHO) na fyzickú, psychickú a sociálnu pohodu človeka.

Máme to šťastie, že nás pravidelne navštevuje **Mgr. et. Mgr. Martina Michalková** z neziskovej organizácie **Zmysel života** aj so svojim úžasným štvornohým tímom. 😊

„Darovať úsmev a dostať ho tiež, darovať radosť a vidieť ju smieť. Darovať srdce a nechcieť ho spať, darovať lásku a násobiť ju hneď!“ (Zmysel života nezisková organizácia)

- ✎ **Oslava narodenín a menín klientov** – posedenie pri kávičke a koláči, spoločne na konci mesiaca v spoločenskej miestnosti ZSS Nestor.
- ✎ **Gymnastika s REHA** – každý deň o 13:00 hod.
- ✎ **Autogénny tréning** – každý utorok a štvrtok v snoezelen miestnosti.
- ✎ **Dokumentárne filmy** – každý pondelok popoludní (o zvieratách, cestopisy, atď.).
- ✎ **Filmy pre pamätníkov** – každý piatok popoludní.
- ✎ **Tréning pamäti** – každú stredu.
- ✎ **Posedenie „pri pohári piva a kartách“** – každú druhú stredu v popoludňajších hodinách.
- ✎ **Svätá omša** – prvý piatok v mesiaci o 14:30 hod., predtým možnosť sv. spovede.
- ✎ **Svätá omša** – každú nedeľu o 11:00 hod. v kaplnke.

„Každá dobre využitá chvíľa sa stáva pokladom.“ (Svätý Ján Bosco)

Október 2017 – Mesiac úcty k starším

„Starnúť a pritom zostať mladým je najväčší poklad.“ (Slovenské príslovie)

- ✎ **Každý pondelok** v tomto mesiaci (od 2.10.) sa stretneme o 13:30 hod. pri **diskusii o úcte k starým ľuďom** alebo si pozrieme film s touto tematikou.
- ✎ **2.10. – Medzinárodný deň starších osôb** – o 10.00 hod. – diskusia na tému: „Starobe sa nevysmievaj, lebo k nej smeruješ!“ Tento deň bol vyhlásený valným zhromaždením OSN. Je venovaný úcte, láske a obdivu k seniorom.

„Každý si želá dlho žiť, ale nikto nechce byť starý.“ (Jonathan Swift)

„Krásni mladí ľudia sú hračkou prírody, ale krásni starí ľudia sú umelecké diela.“ (J.W. Goethe)

- 5.10. – **Deň učiteľov** – o 10:00 hod. – diskusia na tému: „Aké vlastnosti by mal mať dobrý učiteľ?“ Výroba plagátu a pozeranie dokumentárneho filmu s touto tematikou.

Na Slovensku sa Deň učiteľov slávi ako spomienka na narodenie Jana Amosa Komenského, ale vo svete si pedagogickí pracovníci svoj deň pripomínajú 5. októbra. Medzinárodný deň učiteľov (World Teachers' Day) bol vyhlásený organizáciou UNESCO v roku 1994 ako pripomienka Charty učiteľov, ktorá bola v tento deň v roku 1966 podpísaná. Jedná sa o oslavu učiteľov.

„Len učiteľ, ktorý má rád učenie, môže naučiť deti, aby mali rady učenie.“

„Jediným učiteľom hodným toho mena je ten, ktorý vzbudzuje ducha slobodného premýšľania a rozvíja cit osobnej zodpovednosti.“ (Komenský)

- 11.10. – **Vystúpenie detí „heligonkárov“ zo ZUŠ z Dolného Kubína** – o 14:30 hod. v jedálni ZSS Nestor. Pri ľudovej hudbe a speve spoločne oslávim „mesiac úcty k starším.“

„Kto chce pochopiť hudbu, nepotrebuje ani tak sluch, ako srdce.“

- 25.10. – **Svetový deň cestovín** – o 10.00 hod. – sa stretneme v spoločenskej miestnosti a cestoviny budeme vychutnávať trochu inak. Vyrobíme si z nich nejaké zaujímavé výrobky.

Svetový deň cestovín sa pripomína od roku 1998. V tento deň roku 1995 sa v Ríme konal prvý svetový kongres o cestovinách, na ktorom založili International Pasta Organisation. Deň je oslavou cestovín ako potraviny spotrebovanej v rôznych kuchyniach na celom svete. Cieľom je podpora významu cestovín v strave a poukázanie na jej gastronomickú všestrannosť a nutričnú hodnotu.

„Koľko ľudí, toľko chutí.“

November 2017 – mesiac padania listov (listopád)

„Keď začiatkom novembra sneží, máva ten sneh výšku veží.“

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

- Každý štvrtok v tomto mesiaci (od 2.11.) sa stretneme o 13:30 hod. pri čítaní knihy o ľudových tradíciách a pranostikách.


- 2.11. – **Pamiatka zosnulých (Dušičky)** – o 10:00 hod. – sa stretneme pri výrobe sviečok, porozprávame sa o našich blízkych, ktorí nás opustili a symbolicky zapálime v kaplnke sviečku na ich pamiatku.

Na tento deň pripadá na Slovensku tradičný novembrový zvyk návštevy cintorínov, ozdobovania hrobov, pálenia sviečok a spomienok na zosnulých rodinných príslušníkov. V 8. storočí určil pápež Gregor IV. sviatok Všetkých svätých na 1. november. Tento zvyk sa postupne rozšíril a v kalendári sa zakotvil 2. november ako Pamiatka zosnulých (Dušičky).


„Spomienky sú jediným rajom, z ktorého nás nemôžu vyhnať.“

- Folklorný súbor Porubanka** nám príde spríjemniť niektoré novembrové popoludnie (okolo 15:00 hod.) svojím spevom a hrou na ľudových hud. nástrojoch.

„Kto nemá rád víno, ženy a spev, ten zostáva bláznom po celý svoj život.“

-  **13.11. – Svetový deň dobrosrdečnosti** – v tento deň sa bude konať beseda s **Libou Chiarou Hladekovou**, ktorá bude hovoriť o svojej ceste do Santiaga de Compostela, ktorú absolvovala pešo po Svätjakubskej ceste. Podujatie bude, okrem rozprávania zážitkov z cesty, obohatené o fotodokumentáciu a autorské čítanie z knihy. Liba Chiara Hladeková je totiž aj autorkou publikácie, ktorú napísala po návrate z cesty. Liba si písala denník, v ktorom zaznamenávala svoje pocity, radosti, strasti, a následne ho vydala knižne pod názvom „Čas, kedy nohy byly středobodem mého vesmíru.“

Svetový deň dobrosrdečnosti bol vyhlásený na 3. konferencii Svetového hnutia dobrosrdečnosti v Singapure 17.–18.11.2000. Podstatou je inšpirovať jednotlivcov k väčšej láskavosti a dobrosrdečnosti, prekonať hranice svojej kultúry, rasy, náboženstva a spojiť národy k vytvoreniu lepšieho sveta.




-  **14.11. – Svetový deň diabetu** – o 10:00 hod. - diskusia na tému: „Môj život s cukrovkou“, pozeranie dokumentárneho filmu o ochorení a rozhovor o správnej životospráve pri tomto ochorení.

Svetový deň diabetu sa pripomína od roku 1991. V tento deň roku 1891 sa narodil kanadský fyziológ Frederick Grant Banting, ktorý spolu s Charlesom Betom v roku 1921 vynašli inzulín. Deň je oslavou pokroku v oblasti diabetu a jeho cieľom je upozorniť na zvyšujúci sa výskyt cukrovky na svete, zvýšiť informovanosť o cukrovke, diagnostike a liečbe.


„Len vďaka chorobe poznáme cenu zdravia.“ (Hérakleitos)

December 2017 – mesiac vianočných prekvapení

„Čo sú Vianoce? Niečo výnimočné. Bláznovstvo v strede zimy, tajomstvá, objatia a nečakané návštevy. Je to návrat do dôb jaskýň: iba jedlo, oheň a rodina.“ (Pam Brown)


-  Každý piatok v tomto mesiaci (od 1.12.) sa stretne o 13:30 hod. pri **rozhovoroch o vianočnom období, zvykoch a nádherných spomienkach.**
-  **Vystúpenie detí z MŠ Zázrivá** s vianočným programom v niektoré decembrové predpoludnie, po ich vystúpení im ako poďakovanie odovzdajú klienti vlastnoručne vyrobené darčeky.
-  **Spevácky zbor „Radosť“ z Terchovej** nám prinesie radosť, úsmev a dobrú náladu v niektoré zimné decembrové popoludnie.

„Deň bez smiechu je stratený.“ (Charles Chaplin)

-  **6.12. – Deň svätého Mikuláša** – o 10:00 hod. – privítame v spoloč. miestnosti Mikuláša, zaspievame mu, zarecitujeme a možno, ak sme boli dobrí, dostaneme aj darčeky.

Sv. Mikuláš patrí medzi najobľúbenejších svätých. Žil v 4. storočí v Myre, kde pôsobil ako biskup. Tento deň je spomienkou na jeho dobrotivé činy, pomoc ľuďom v núdzi a na jeho mimoriadnu zbožnosť. Je považovaný za patróna detí.

*„Mikuláš, Mikuláš, priateľ náš starý, každý rok nosievaš do okien dary.
Mikuláš, Mikuláš, ty veľký svätý, každý rok myslievaš na dobré deti!“*

-  **11.12. – Medzinárodný deň vysielania pre deti** – o 10:00 hod. – diskusia na tému „Prečo deti milujú rozprávky?“ Súťaž o najkrajšiu rozprávku všetkých čias. Poobede sledovanie víťaznej rozprávky, ktorá získa pri hlasovaní najviac hlasov.

Bol založený v roku 1946 organizáciou UNICEF. Deťom je v tento deň poskytnutý priestor za mikrofónom a pred kamerou. Môžu tak vyjadriť svoje názory, upozorniť na problémy, ktorým čelia, posilniť svoje vzťahy s pedagógmi, rodičmi a prezentovať svoje vnímanie sveta.

„Rozprávky sú ako reťaz. Obopínajú svet a spájajú ľudí odšadiaľ.“ (J. Werich)

„Niet krajších rozprávok než tie, ktoré napíše sám život.“ (H.Ch. Andersen)

- 🐦 **18.12. – Medzinárodný deň poštovej známky a filatelie** – o 10:00 hod. – sa stretne pri výrobe vianočného pozdravu pre našich blízkych a po dokončení ho ozdobíme poštovou známkou a pošleme.

Deň slovenskej poštovej známky a filatelie sa pripomína od roku 1993. Hlavnou myšlienkou je zvýšenie povedomia o filatelii, jej propagácia, podpora a rozvíjanie záujmu zberateľov poštových známok.

- 🐦 **27.12. – Vianoce: zvyky, tradície, spomienky** – o 10:00 hod. – diskusia na tému „Moje najkrajšie Vianoce“.

„Vianoce sú krištáľová guľa, v ktorej snežia naše nádeje.“

„Vianoce nie sú niečo, čo trvá večne... Je to kus domova, čo nosí každý vo svojom srdci.“

„Nie je dôležité čo je pod stromčekom, ale kto je okolo neho.“