

DELFÍN ZVOLENSKÝ

EVERYONE
KAŽDÉMU

Číslo 2-3/2011

ne predajné

Časopis pre duševné zdravie, ročník 6.

V ČÍSLE

História OZ Delfín - pokračovanie

Predstavujeme Lacka - nášho kapitána
bowlingového tímu.

Čo všetko sme tento rok postíhali,
alebo výlet Borová Hora, Čertova
skala, Hronsek a mnoho ďalšieho.



DELFIN ZVOLENSKÝ
www.delfin.zv.sk

Ročník 6
Číslo 2-3/2011
Dátum vydania 29.7.2011
Registrácia
MK SR – EV 3967/10

Vydáva
DELFIN občianske združenie
pre duševné zdravie v o
Zvolene, Okružná 137,
IČO: 37824678

Šéfredaktor
Ing. Vladimír Svorák

Technický redaktor
Mgr. Andrej Margóč

Redakčná rada
Emília Kupcová, Mgr. Petra
Kubišová, Ing. Vladimír Svorák,
Ing. Hilda Krnáčková a Mgr.
Andrej Margóč

Zodpovedný za projekt
Ing. Vladimír Svorák

Kontakt
tel. 0902 047 306
e-mail delfinzv@gmail.com,
delfinzv.casopis@gmail.com

**Realizované s finančnou
podporou Ministerstva
kultúry Slovenskej republiky,
program 7 Kultúra
znevýhodnených skupín
obyvateľstva.**



S FINANČNOU PODPOROU
MINISTERSTVA KULTÚRY
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



Vychádza v náklade 70
výtlačkov.

Nepredajné

Príspevky nevraciamy a
vyhradujeme si právo ich
úpravy. Časopis neprechádza
jazykovou úpravou. Fotografie z
archív o. z. Delfín a internet,
obálka: Výlet Hvezdáreň BB

ÚVODNÍK

Milí klienti, delfíni a dobrovoľníci! Milý čitateľ,

práve si začal čítať dvojčíslo časopisu Delfín Zvolenský. Mňa, ako aj celý realizačný tím a našich prispievateľov by potešilo, ak by si sa dočítal k poslednej strane. Čo ti môžeme ponúknuť? - leto je v plnom prúde, prinášame plno článkov, kam sme sa dostali, čo sme uskutočnili. Viac sa dozvieš na nasledujúcej strane.

Takže, milý čitateľ, ako zimu strieda leto a dažď slnko, nie je ani svet jednofarebný (vynímajúc bláznivý apríl), aj my sa stretávame v Delfíne veselo aj smutne. A ako sa smutný máj stretol s dvoma bláznivými mesiacmi, ktoré konečne pochopili, že k letu patrí nahá obloha a dotieravé slnko, tak Ti ja, srdečne aj veselo želám príjemné augustové čítanie Delfína Zvolenského,

Ad'o

UDIALO SA

V poslednom čase máme v Delfíne veľa roboty. Nie že by sme nevedeli, kde nám hlava stojí, to sme len tak rozbehaní po výletoch. Aj to je dôvodom, prečo Vám ponúkame dvojčíslo nášho časopisu. Jednoducho nazbieralo sa nám toľko zážitkov, o ktoré sa s Vami chceme podeliť.

Precestovali a videli sme toho dosť a ešte aj uvidíme, no okrem toho sa udiali dve významné udalosti, z ktorých Vám prinášame reportáže. Prvá z nich je oslava desiateho výročia Delfína - preto, už v minulom čísle sme Vám predstavili časť histórie nášho združenia a aj v tomto čísle budeme pokračovať v mapovaní. Druhou udalosťou, ktorú som načrtnol, je bowlingový turnaj, ktorý nadväzuje na naše výročie.

Ad'o

V ČÍSLE

Nahliadnite cez históriu do činnosti OZ Delfín, oslavujeme 10. výročie svojho vzniku - pokračovanie z minulého čísla.

Predstavíme kapitána nášho bowlingového tímu a zároveň sme pripravili reportážny príspevok z bowlingového turnaja medzi štyrmi združeniami.

Aj v tomto čísle si prečítate príspevky od našich klientov, alebo napísané - čo všetko sme tento rok postíhali.

Popri tom sme pripravili pár postrehov, príspevok o našom regióne, zaujímavú úvahu a pripomenieme Vám aktivity nášho rehabilitačného strediska.

História a súčasnosť

Pokračovanie z predchádzajúceho čísla:



Rok 2007. Spracovali sme tradičné projekty ako v r. 2006 „Sociálno-komunikačné centrum“ a „DÚHA PRED NAMI IV – celoslovenská výstava výtvarných prác pacientov psychiatrických nemocníc a ambulancií“. Výstava bola inštalovaná vo Zvolene a Starej Ľubovni. V tomto roku sme prezentovali našu činnosť aj pri príležitosti Benefičného koncertu „Život je krásny“ s protagonistom, známym operným spevákom Martinom Babjakom. Verejnosť nám pomohli zaujať profesionálni i neprofesionálni umelci. Najdôležitejším projektom v tomto roku bol však projekt „**Rehabilitačné centrum**“. Jeho autormi boli Eva Farbiaková, Vladimír Svorák a Emília Kupcová. Projekt sa úspešne uchádzal o grant Ligy za duševné zdravie SR (LDZ). Vďaka finančnej podpore LDZ sme mohli od apríla 2007 uzavrieť s Mestom Zvolen nájomnú zmluvu na užívanie priestorov v bývalej Materskej škole v časti Lipovec vo Zvolene. Tým bol položený základ na vybudovanie rehabilitačného strediska pre ľudí postihnutých psy-

chickými poruchami. Aby sme priestory mohli využívať na poskytovanie registrovanej sociálnej služby, museli sme okrem iných úprav vykonať stavebné úpravy. Zo všetkých tých, ktorí sa nezištne podieľali na „poľudštení“ priestorov treba vyzdvihnúť manželov Hazuchovcov. Treba spomenúť, že v rámci Týždňa duševného zdravia sme sa zapojili do celoslovenskej finančnej zbierky organizovanej Ligou za duševné zdravie. Zúčastnili sa jej naši členovia a dobrovoľníci – študenti stredných škôl. V tomto roku bolo občianske združenie DELFÍN nominované na Cenu Ligy za duševné zdravie za rok 2006, slávnostného aktu sa zúčastnil predseda združenia Vladimír Svorák. Na konci roka sme tradične usporiadali predvianočný večierok pre svojich členov, priaznivcov, spolupracovníkov z radu nezamestnaných a hostí prvýkrát v našich priestoroch.

Rok 2008. Aj v tomto roku sme sa uchádzali o viaceré granty. Ministerstvo kultúry SR podporilo náš projekt časopisu Delfín zvoľenský a celoslovenskú výstavu fotografií klientov psychiatrických nemocníc a ambulancií „SVET NIE JE ČIERNOBIELY“. Mesto Zvolen

nám poskytlo dotáciu na obstaranie rehabilitačných pomôcok. Nadácia Konto Orange podporila našu pracovnú terapiu „Priprav si sám a pozvi aj priateľa“. Vďaka dobrému umiestneniu našich „delfínov“ v súťaži Človeče nehnevaj sa sme získali od Komunitnej nadácie Zdravé mesto prostriedky na vydarenú akciu Poď so mnou – jednodňový výlet v auguste na Hrad Modrý Kameň a kúpalisko v Dolnej Strehovej. Dňa 16. septembra sme otvorili prevádzku Rehabilitačného strediska DELFÍN. Na podporu činnosti RS sme v novembri zorganizovali benefičný koncert ŽIVOT JE KRÁSNY II známeho operného speváka Martina Babjaka a jeho hostí. Najväčšiu zásluhu na pritiahnutie tohto



umelca na benefíciu mal Peter Marko. K úspechu celého podujatia prispeli aj dobrovoľníci. K nášmu projektu ŽIVOT JE KRÁSNY II sa pridala aj Nadácia SPP v rámci programu Pridáme sa. Tým sme získali ďalšie prostriedky na prevádzku rehabilitačného strediska, výlet pre našich členov na Ranč Nádej a zakúpenie materiálu pre činnosť rehabilitačného strediska. Významným dňom bol 18. jún 2008. V tento deň bol vykonaný zápis združenia DELFÍN do Registra subjektov BBSK, ktoré poskytujú sociálne služby. Napriek nedostatku zdrojov sme sa o tri mesiace rozhodli prevádzku rehabilitačného strediska otvoriť. Prvým sociálnym pracovníkom bola Mgr. Ingrid Čerkalová. Terapie prebiehali zatiaľ s nezazmluvnenými klientmi.

Rok 2009. Okrem klubovej činnosti sme sa zamerali hlavne na rozvoj rehabilitačného strediska. V jarných mesiacoch roka bolo posúdených na oprávnenosť využívať túto sociálnu službu sedem klientov. Klientom sa začala venovať nová sociálna pracovníčka. Oblúbenou činnosťou našich klientov bol kondičný telocvik pod



vedením telovýchovného pedagóga. Za účelom získania základných vedomostí klientov z prípravy jedál a stolovania sme angažovali dobrovoľníčku z našich radov, úspešnú realizátorku projektu z predchádzajúceho roku PRIPRAV SI SAM A POZVI AJ PRIATEĽA Danku Beňovú. Ostatné činnosti : tvorivé dielne a vychádzky do prírody vykonávali s klientmi dobrovoľníci – uchádzači o zamestnanie z úradu práce. Pre členov Delfína bol prítiažlivý v máji dvojdňový pobyt na Ranči NÁDEJ vo Svätom Antone. Majiteľ ranča Ondrej Binder sa nám naozaj venoval, pozval nás aj k sebe domov a zajazdili sme si aj na koníkoch. Na členskej schôdzi sme zvolili nový výbor a ukončili sme členstvo v asociácii Premeny. Aj v roku 2009 sme sa uchádzali o granty. Ministerstvo

kultúry SR podporilo náš projekt časopisu Delfín zvolenský a Nadačný fond Slovak Telekom pri Nadácii Intenda podporil projekt DAJME STENU PREČ. Štyria naši členovia absolvovali štyri bloky školenia budúcich multiplikačných pracovníkov, ktoré organizovala Liga za duševné zdravie. Krásne zážitky sme si priniesli aj zo stretnutia patientských združení pri bowlingu v Partizánskom. Liga za duševné zdravie už po šiesty krát zorganizovala pri príležitosti Svetového dňa duševného zdravia celonárodnú informačnú kampaň Dni nezábudiek spojenú s verejnou zbierku. V zime a daždi sa podarilo nášmu združeniu za pomoci študentov z partnerských stredných škôl vo Zvolene vyzbierať 637,37 €. Dňa 22. októbra 2009 sme pozvali príbuzných a priateľov našich klientov do Rehabilitačného strediska DELFÍN na DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ. V programe bola prehliadka priestorov rehabilitačného strediska, informácia o jeho činnosti, beseda s príbuznými a priateľmi klientov.

Pokračovanie na strane 17.



je ôsmy mesiac gregoriánskeho kalendára. Má 31 dní. V pôvodnom rímskom kalendári bol jeho názov Sextilis, teda „Šiesty“. Pri Augustovej oprave tohto kalendára roku 8 pred Kr., keď bola upravená určitá nepresnosť v počítaní juliánskeho kalendára, navrhol senát, aby bol mesiac sextilis premenovaný na augustus na počesť reformátora kalendára.

Čo hovoria pranostiky

August k zime hľadá a rád vodu cedí.
Ako je teplo na Augustína, taká chladná bude Katarína.

sk.wikipedia.org a pranostiky.naschat.sk

Predstavujeme

Lacko Valachovič

Dnes by sme Vám radi predstavili "mladého" člena Delfína Lacka, momentálne aj kapitána nášho bowlingového tímu.

Na úvod nám, porozprávaj niečo o sebe?

Volám sa Ladislav Valachovič, narodil som sa v príli 1976 vo Zvolene. Strednú školu som vyštudoval drevársku, tiež vo Zvolene. Istý čas som aj pracoval. Teraz som klientom RS Delfín.



Lacko aj pri oddychu, veselo športovo,
v plnom nasadení.

Lacko, čo rád robíš?

Najradšej jem a spím, ale mám rád aj pohyb.

Predstavujeme

Spánok a jedenie je dôležitá činnosť, ale zamerajme sa na pohyb. Vieme, že rád športuješ. Aké sú tvoje záujmy, hobby?

Presne tak, najviac zo všetkého ma baví šport, konkrétne tenis. Tenis aj rekreačne hrávam. Ďalej si pozriem futbal, hokej. Mám aj také hobby ako je tipovanie, ale gambler nie som :). To len tak, pre zábavu a občas aj niečo vyhrám na prílepšenie.

A čo máš okrem športu ešte rád?

Keď je klúd a pohoda.

... a čo rád nemáš?

Nemám rád, kde je dusno, ale nemyslím počasie, ale atmosféru.

Aký je tvoj najkrajší zážitok?

Možno ma len čaká

... a naškaredší?

Aj taký bol, ale nechcem o tom hovoriť.

Rád chodíš na tenis a okrem toho?

Rád chodím k sestre, na kúpalisko a do Delfína.

... čo sa ti v Delfíne páči?

V Delfíne sa mi páčia aktivity, ktoré sú tam: tenis, výlety, bowling a aj tvorivé dielne. Tiež sú tam milí a príjemní ľudia.

Pre Deťlín Zvolenský vyspovedal Ad'o, ďakujeme Lacko.

Čo všetko sme tento rok postíhali

Výlet na Boro- vú Horu

Jar je v plnom rozkve-
te, kvety sú v rozpuku.
Aj na Borovej Hore to
nie je inak. Preto sa
rozhodlo, že sa tam
pôjde pozrieť na vý-
stavu kaktusov
s prechádzkou areá-
lom. Cestou Janka
a Ado fotili kvitnúce
rododendrony, rôzne
druhy ihličnatých stro-
mov a drevín. Niektorí si aj kúpili malý kaktus, buď pre seba alebo príbuzných. Počasie bolo nádherné, všetci to zvládli, poniektorí tiež museli predýchať tú nádheru. Návrat domov, myslím, zvládli všetci. Aj fotky sa vydarili, keď sme ich pozerali na počítači.



Mirka

Čertova skala

Začiatkom júna sme sa zišli na autobusovej stanici vo vestibule. Bolo nás 7. Išli sme na zástavku č. 19. smer Tínie. Vystúpili sme na Tíni. Odtiaľ sme pokračovali pešo. Brodili sme sa vysokou trávou a otravoval nás hmyz. V dedinke Hrabiny sme si oddýchli, doplnili zásoby vody z prírodnej studne smerom na Čertovu skalú. Cieľ cesty sme nedosiahli, lebo okolnosti nám to nedovolili. Tak sme zvolili cestu späť. Prišli sme na Budču. Časť skupinky išla

Čo všetko sme tento rok postíhali

na autobus domov do Zvolena a zvyšok na kofolu do miestnej krčmy. Tam sme posedeli, porozprávali sa a keď sme dopili, čo sme si objednali, vyrazili sme na autobus. Celý deň vládlo pekné počasie, ale s príchodom



autobusu prišli aj prvé kvapky dažďa. Docestovali sme dobre. Napriek tomu, že sme neboli až na Čertovej skale, sme prežili pekný deň.

Laci

PS: no nakoniec sme sa na tú Čertovu skalu predsa len dostali, ale o tom až v budúcom čísle :)

CITÁT

Kde chvost riadi, tam hlava blúdi.

Slovenské príslovie

Bowlingový turnaj



Dňa 26.júna 2011 sa uskutočnil v Parkovacom dome vo Zvolene (By The Way Bowling) bowlingový turnaj štyroch partnerských združení: Prvosienka (Partizánske), Šťastie si ty (Prievidza), Sanare (Banská Bystrica) a Delfín (Zvolen)

T u r n a j
p r e b i e h a l
n a d v o c h
d r á h a c h a
h r a l o s a n a
j e d n o k o l o ,
p o š e s ť
h r á č o v z
k a ž d é h o
t í m u .
N a j p r v ,
s a m o -
z r e j m e , s m e
s a v š e t c i
p o h o s t i l i a



Presun na bowling, cestou sme si pozreli námestie Zvolena.

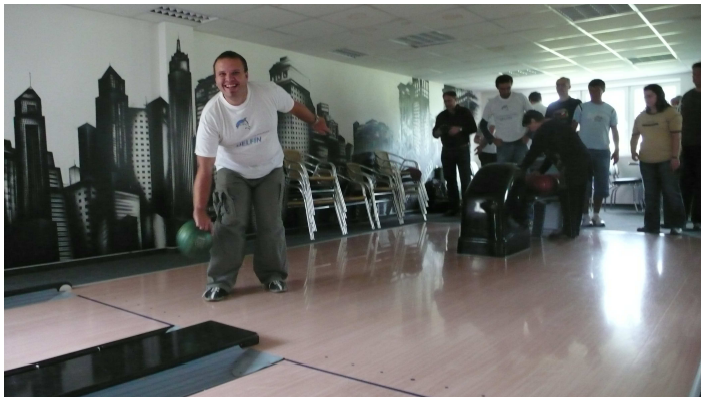
rozcvičili, až potom začalo to pravé súperenie a povzbudzovanie. Najväčší fanklub a búrlivej podpory sa dočkal tím Delfína. Dokonca sme si tak verili, že padli úvahy, nezaťažovať batoh prenášaním bowlingového putovného pohára na turnaj a rovno ho vystaviť v Delfíne. Bodaj by aj nie, veď sme poctivo trénovali, pravidelne každý piatok a poniektorí aj individuálne.

Bowlingový turnaj

Bowlingové družstvo o. z. DELFÍN reprezentovali: Lacko Valachovič (kapitán družstva), Maťko Fuchsleitner, Števo Jucha, Maroš Zaťko, Mirka Sudárová, Mirko Piatrov a náhradníci: Aďo Margóč, Vlado Svorák a Patricia Diňová.



Niektorí brali tréning poctivo ...



a iní si našli iné ciele.

Aj keď bolo Delfínacke víťazstvo drvivé, všetci sme prežili pekný športový deň. Stretli sme sa s našimi priateľmi a nielen pošportovali, ale aj podebatovali a

porazených zdravo nakopli k trénovaniu bowlingu.

Bowlingový turnaj



Výsledky:

Zvolen nahral 495 bodov, čo Delfiňákov posunulo k získaniu putovného bowlingového pohára.

V bojovom nasadení a sústredení.

Naším najlepším hráčom bol zároveň kapitánom tímu Lacko Valachovič so 106 nahranými bodmi.

Druhá skončila Prievidza s 340 bodmi,

najlepší hráč tímu bol Mirko Haško s 82 bodmi.



Delfiňáci poctivo v zástupe za kapitánom.

Bowlingový turnaj

Banská Bystrica nahrala 305 bodov, čo pre našich priateľov znamená tretie miesto. Najlepší hráč tímu Vladko Letrik nahral 71 bodov.



Účastníci turnaja ...

(foto od Martin Tarzan Mázor)



a víťazi :)

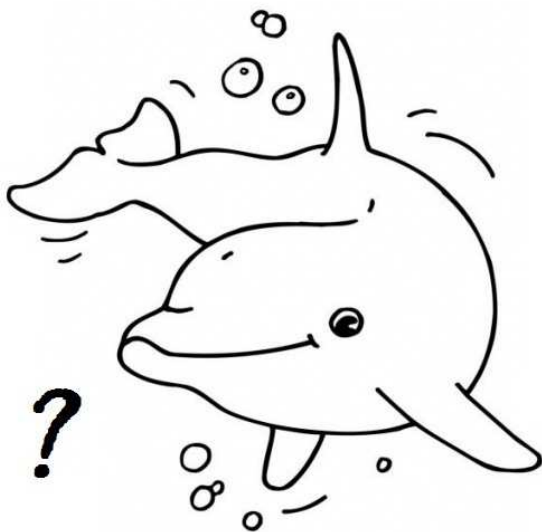
(foto od Martin Tarzan Mázor)

Partizánske si vyslúžilo 280 bodov a skončilo na štvrtom mieste, najlepší hráč tímu bola Blanka Jurčíková so 74 nahranými bodmi.

Priatelia, Delfíni sa záverom tešia na odvetu a odkazujeme, pohár len tak ľahko nedáme!

Ad'o

ÚVAHA



Delfín ...

Delfín – čarovné slovo, ešte čarovnejšie zvieratko a pojem zahrňujúci krásu, inteligenciu, bezprostrednosť a hravosť ... proste jedinečná kombinácia. A práve Delfín sa volá aj naše občianske združenie pre duševné zdravie, ktoré tento rok venuje svojim 10-tím rokom zaujímavého života.

Čo máme s našimi menovcami zo zvieracej ríše spoločné? Trošku zvedavosti, pretože nás zaujíma veľa nových vecí; trošku hravosti, pretože sa radi zabávame; trošku spoločenského cítenia, pretože nechceme byť sami a samozrejme milujeme kopec príjemnej a priehľadnej vody okolo seba; jednoducho povedané sme radi vo vode a niektorí z nás sú veľmi dobrí plavci.

Podobne ako delfíny brádzdia moria z miesta na miesto, aj my zo zvedavosti i záujmu chodievame na rôzne výlety spoznávať a pokochať sa pohľadom

na okolitú prírodu. Takto pookreje a naberie energiu nielen naše telo ale aj naše vnútro, čo nám veľmi pomáha. Delfíny sú veľmi hravé zvieratká a radi sa zapájajú do rôznych aktivít a priznajme si, kto sa rád nezabáva? Veď aj my dospelí Delfiňáci sa občas radi vrátíme do detských čias a zahráme sa. Práve vďaka rôznym hrám, cvičeniam a aktivitám dokážeme sami seba zmobilizovať, precvičiť si našu pamäť, znovunadobudnúť potrebné zručnosti; človek sa naozaj najviac naučí vďaka hre.

Delfíny žijú v húfnom spoločenstve a ani ľudská prítomnosť im nie je ľahostajná. Rovnako ani človek by nemal byť nikdy sám. Ľudia u nás sa tiež snažia bojovať proti samote, práve tým, že chodia k nám Delfiňákovi. Potom nám je tu veselšie a nechýba ani štipka humoru, ktorý lieči a prináša vnútornú pohodu. A čo sa týka spokojnosti z čľapkania a plávania vo vode, to máme s delfínmi spoločné určite.

Peťa

História a súčasnosť

Pokračovanie zo strany 7.

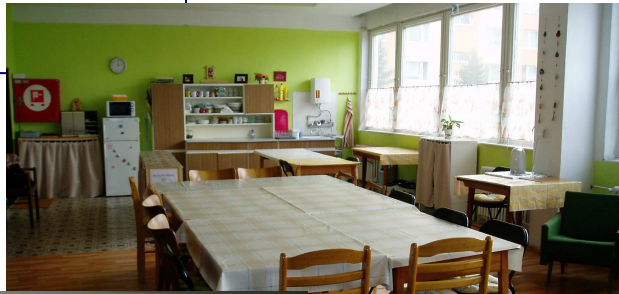
Premietli sme DVD s problematikou duševného zdravia a záznam AZTV z benefičného koncertu operného speváka Martina Babjaka. Pri prezentácii bola využitá technika získaná z grantu Nadačného fondu Slovak Telekom a prvýkrát ju predviedla vyškolená skupina technickej obsluhy z radov našich klientov. Projekt DAJME STENU PREČ bol realizovaný ako súčasť nášho rehabilitačného strediska v čase od 15. júla do 4. decembra 2009. Jeho užívateľmi boli ľudia postihnutí duševnými chorobami, ich rodinní príslušníci, dobrovoľníci a verejnosť. **Rok 2010.** Našu činnosť sme aj v tomto roku zamerali najmä na rozvoj rehabilitačného strediska. Podarilo sa nám získať absolventku magisterského štúdia sociálnej práce. Okrem nej pôsobili v RS dobrovoľníci z úradu práce, ktorí jej pomáhali. Obľúbenými činnosťami našich klientov boli kondičný telocvik a príprava jedál. Z Nadácie Orange sme získali finančnú podporu na projekt „Trikrát v týždni“ v rámci programu Prekročme spolu bariéry. Súčasne sme pokračovali v realizácii projektu „Keď tvoríš,

pomáhaš...“ ktorý podporila KNZM. Prvý projekt sa týkal pohybových aktivít klientov a od mája do októbra 2010 ho viedla ako odborný lektor Regína, telovýchovný pedagóg. Druhý projekt bol zameraný na tvorivú činnosť klientov. Piaty naši členovia absolvovali tri bloky školenia v rámci projektu „Vzdelávanie – kľúč k otvoreniu dverí“. Pri príležitosti „Dňa bez áut“ súťažilo naše družstvo v Živom človeče. Kapitánka Danko postavila ideálnu zostavu: malá Danielka, Silvinka, Janka, Marta a Bea. Odmenou za víťazstvo bola finančná podpora projektu od KNZM, ktorý sme nadácii predložili pod názvom **Tvorba – Relax – Príroda**. V dňoch 11. až 13. októbra sme sa za pomoci študentov vybraných stredných škôl zúčastnili verejnej zbierky DNI NEZÁBUDIEK 2010. V pondelok 18. októbra bol u nás „Deň otvorených dverí“, v rámci ktorého sme usporiadali prednášku s besedou na tému „Pohyb a duševné zdravie“. Počas roka sa uskutočnilo niekoľko stretnutí pacientov lôžkového psychiatrického oddelenia Nemocnice Zvolen a klientov nášho rehabilitačného strediska. Oceňujeme ochotu pani primárky MUDr. Beáty Gašparovej. Za iniciatívu treba pochváliť našu sociálnu pracovníčku Petru. Dôležitým medzníkom v našom združení bol posledný októbrový týždeň, kedy sme sa presťahovali do nových priestorov. Získali sme tak nezávislosť od Mesta Zvolen a zdá sa, že nový prenajímateľ bude serióznym partnerom. Tu je potrebné vyzdvihnúť veľmi dobré manažérske schopnosti našej podpredsedníčky Milky, ktorá svojím dôsledným postojom voči novému partnerovi dosiahla, aby začal dávať do poriadku vykurovanie rehabilitačnej miestnosti. Aj v tomto roku sme získali dotácie od MK SR a MPSVR SR na náš časopis Delfín zvolenský. Časopisu „šéfovala“ Hilda.

Vladimír Svorák

Záverečnú časť pripomenutia si našej histórie, vlastne už súčasnosti (roku 2011), uvidieme v nasledujúcom čísle.

Priestory OZ Delfín, rehabilitačné stredisko.



DELFIN



Delfín je najznámejší a najobľúbenejší zo všetkých morských cicavcov. Patrí do čeľade veľrýb a podkategórie delfinovitých bezkosticovcov. Napriek tomu však život delfínov pri pobrežiach všetkých svetových morí zostáva neustále veľkou nevyhnutnou hádankou.

Delfíny sú spoločenské tvory, žijúce v skupinách najrozličnejšieho zloženia. Navzájom si pomáhajú pri love, pri pôrode aj v chorobe. Táto priateľská spolupráca je pre ich život nevyhnutná. Delfíny sa navzájom dorozumievajú mľaskavými a cvakanými zvukmi. Nie je presne známe, koľko znakov táto reč obsahuje.

Človek sa stretáva s delfínom v čase, keď obaja rybárčia na jednom mieste. Každý rok sa v rybárskych sieťach utopia tisíce delfínov. Je známe niekoľko prípadov, keď delfíny poskytli pomoc nielen príslušníkom vlastného spoločenstva. Záchrannú reakciu delfínov vyvolávajú dokonca i žraloky.

PRACOVNÁ TERAPIA



Pletenie z papierových ruličiek.

Pracovná terapia zahŕňa aj tvorivú činnosť so zameraním na manuálnu zručnosť a rôzne výtvarné techniky. V rámci práve zvolenej výtvarnej techniky si každý z nás vie zrealizovať svoje nápady a pod našimi rukami vznikajú pekné vkusné obrázky, darčeky. Na obrázku je sliepka vytvorená pletením z papierových novinových ruličiek. Táto technika napodobňuje techniku pletenia z prútia, ale je to práca predsa len jednoduchšia, s použitím lepidla, veľmi tvárna, o čom svedčí aj vyobrazená sliepka, ktorej autorkou je Mirka.

Ida

Fuxove „frky“

Bolí ma uško. - sťažuje si dievča na lavičke v parku mladíkovi.

Ten ju na ucho pobožká a pýta sa:

Ešte bolí?

Ani trošku!

Po chvíľke ju bolí za krkom. Mladík ju tam pobožká a pýta sa:

Ešte bolí?

Už nie!

Na vedľajšej lavičke sedí starší pán, nakloní sa k mladíkovi a pýta sa:

Prepáčte, hemoroidy tiež liečite?

Rozprávajú sa dva transformeri, keď dopíjajú pivo..

Tak čo, poskladáme sa na taxík?

Sedí policajt na lavičke a strašme narieka. Ide okolo neho babka a tato
sa ho pýta, že prečo narieka. Policajt jej hovorí:

Stratil sa mi pes.

Babka sa ho opýtala, ako vyzeral. Policajt hovorí, že je hnedý,
belgičák. Babka hovorí:

Ale však sa nebojte pán policajt, však on si cestu nájde.

No on áno, ale je nie.

Čo je to časopriestor?

Keď majster povie robotníkom: Budete kopat' kanál odtiaľto až do
zajtra.

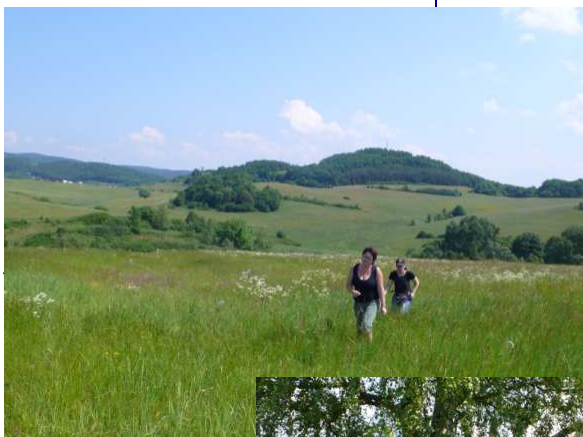
Martin RYTMUS Fuxo

Očami Delfiňákov, cez objektív fotoaparátu

Na Čertovej skale,
fotil Lacko a Ad'ó.

Vrchný obrázok - Janka a Paťa,
stratené na lúke.

Spodný obrázok - občerstvenie v
Hrabinách.



NÁŠ KRAJ



Čertova skala

Neďaleko Zvolena pri obci Budča, nad riekou Hron sa vypína prírodný úkaz nevšedného zjavu, o čom vypovedá aj jeho názov. Čertova skala je takpovediac hlavná atrakcia prírodnej rezervácie Boky. Cez celé územie vedie náučný chodník a dĺžka trasy je nedlhých 5 km. Chodník sprevádzajú náučné tabule, z ktorých sa dozvieme viac o živočíšstve a rastlinstve tohto lesostepného územia. Ak sa navrátime k anorganickým útvarom, tak okrem Čertovej skaly nás môžu zaujať kamenné moria, ktoré nám Delfiňákom pripomínali skôr vodopády.

Ad'o

Očami Delfiňákov, cez objektív fotoaparátu

Na Borovej hore,
Fotila Janka a Paťa.

Vrchný obrázok - bez
komentára :)

Spodný obrázok - Paťa na
prieskumnej akcii



PRIPRAVUJEME



Rehabilitačné stredisko - výlety

Organizovali sme a zúčastnili sme sa mnohých výletov, do budúceho čísla pripravujeme reportáže z výletu do Badínskeho pralesa, pokračovanie, teraz už úspešného výletu na Čertovu skalu a mnoho ďalších.

História Delfína

Hovorí sa, že trojka je šťastné číslo a my týmto slovom nechceme ostať nič dlhší. Preto do tretice v treťom pokračovaní zavíšiame mapovanie histórie Občianskeho združenia Delfín, aktuálnym rokom 2011.



Aktivity nášho rehabilitačného strediska

Rehabilitačné stredisko DELFÍN je už neodmysliteľnou súčasťou rovnomenného občianskeho združenia vo Zvolene. Občianskemu združeniu pre duševné zdravie DELFÍN patrí nepísané prvenstvo, pretože bolo prvým patientským združením na Slovensku, ktoré zriadilo rehabilitačné stredisko pre

postihnutých duševnými poruchami. Rehabilitačné stredisko pre ľudí s duševnými poruchami ponúka klientom:

- Skupinovú prácu s klientmi
- Individuálnu prácu s klientom
- Tvorivé dielne
- Vzdelávacie aktivity

Skupinovú a individuálnu prácu s klientom vykonáva sociálna pracovníčka, absolventka univerzitného štúdia v odbore sociálna práca. Tvorivé dielne vedie rehabilitačná pracovníčka.



Ostatné činnosti ako telocvik, tanečný krúžok, príprava jedál a stolovanie, vychádzky do prírody a vzdelávanie na internete, vykonávajú s klientmi laickí dobrovoľníci pod odborným vedením sociálnej pracovníčky, resp. pod vedením lektorov.

Všetky potrebné informácie a pomoc Vám poskytne naša sociálna pracovníčka - kontakt tel. 0908 555 630, 0911 349 911, alebo e-mail delfinzv@gmail.com.

Poslaním občianskeho združenia DELFÍN je podpora ľudí s duševnými poruchami, umožniť im dôstojne žiť a nachádzať možnosti seberealizácie v spoločnosti.

Dovoľte, aby sme Vás tu, na záver oslovili podporiť našu organizáciu alebo konkrétny projekt. Samozrejme podporiť nás môžete aj inak ako finančne. Budeme Vám vďační za každý Váš záujem.

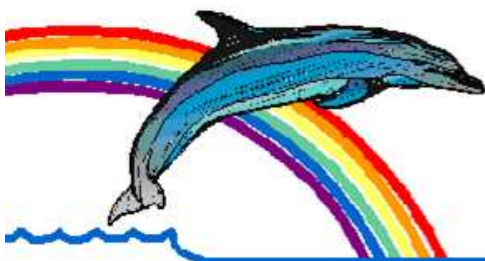
za spoluprácu a podporu ďakujeme naším partnerom

HOTEL TENIS, ZVOLEN
BY THE WAY BOWLING, ZVOLEN
LESY SR, LESNÍCKE A DREVÁRSKE MÚZEUM ZVOLEN
TONERSHOP, ZVOLEN
WEBSUPPORT, BRATISLAVA
DIVADLO JOZEFA GREGORA TAJOVSKÉHO, ZVOLEN
KOMUNITNÁ NADÁCIA ZDRAVÉ MESTO

a mediálnym partnerom

ZVOLENSKÉ NOVINY
MY ZVOLENSKO-PODPOLIANSKE NOVINY
RÁDIO REGINA, BANSKÁ BYSTRICA

tlač **FAX A COPY**, Zvolen



www.delfinzv.sk

Vydáva

DELFIN občianske združenie pre duševné zdravie, Zvolen

Registrácia

MK SR – EV 3967/10

Nepredajné