

EVERYONE
KAŽDÉMU

DELFIN ZVOLENSKÝ

Číslo 6-2012

nepredajné

Časopis pre duševné zdravie, ročník 7.

Diano a nový rok



DELFIN ZVOLENSKÝ

Ročník 7, číslo 6/2012

Dátum vydania 5.12.2012

Registrácia MK SR – EV 3967/10

Vydáva

DELFIN OZ pre duševné zdravie
vo Zvolene, Okružná 137, IČO:
37824678, delfinzv@gmail.com

Kontakt

tel. 0911349911

casopis@delfinzv.sk

www.casopis.delfinzv.sk

Šéfredaktor

Mgr. Andrej Margóč

Korektor

Mgr. Petra Medvedová

Redakcia

Mgr. Andrej Margóč (Ad'o), Mgr.
Petra Medvedová (Peťa), Dana
Beňová (Danka), Ing. Martin
Fuchsleitner (Fuxo), Ladislav
Valachovič (Laci), Miroslava
Sudárová (Mirka), Emília Kupcová

Zodpovedný za projekt

Mgr. Andrej Margóč

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



S FINANČNOU PODPOROU
MINISTERSTVA KULTÚRY
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



Náklade 70 výtlačkov

Nepredajné

Príspevky nevraciam a
vyhradujeme si právo ich
úpravy. Časopis neprechádza
jazykovou úpravou. Fotografie z
archívu Delfín OZ a internetu.

Obálka: internet/

/tisknovorocenek.cz

ÚVODNÍK

Milí naši čitatelia a Delfiňáci,

ani sme sa
nenazdali a
už sú opäť
tu v plnej
svojej krás-
se a ta-
jomnosti.

Áno, sú tu najobľúbenejšie sviatky
celého roka – Vianoce. Slovo, ktoré
so sebou prináša symboliku bielej
snehovej prikrývky, bohato
prestretého stola, slávnostne
pripraveného kapra, voňavého
ihličnatého stromčeka, jemného
cvengotu zvončeka, čokoládového
chrumkavého perníčka, mihotavých
plamienkov sviečok, starostlivo
vybraných i tajných darčiekov a v
neposlednom rade príjemnej rodinnej
atmosféry v kruhu našich najbližších a
najmilších.

pokračovanie na strane 3



ÚVODNÍK

Do Vianoc sa dá zahrnúť takmer všetko, na čo sa väčšina z nás teší po celý rok, rovnako ako malí, tak sa tešia aj tí skôr narodení. Vzájomné obdarovávanie, príjemný pohľad a teplé slovo nás robia lepšími a svet krajším aspoň na Vianoce. Potom to vyzerá ako v rozprávkach a medzi ľuďmi to predsa nemusí byť len na Vianoce.



***Prajeme Vám rozprávkovo krásne
Vianoce v kruhu Vašich
najdrahších,***

za Delfín OZ Peťa Medved'ová

Plány v DELFÍNE OZ

Prioritne budovať rehabilitačné stredisko a jeho zázemie. Pomáhať našim klientom, aby sa u nás cítili príjemne a boli spokojní. Plánom naďalej zostáva zvyšovať stav klientov a udržiavať vysoký štandard poskytovaných sociálnych služieb.

A všetci si prajeme do nového roku 2013 len to najlepšie,

Milka Kupcová, Peťa Medved'ová,
Ad'o Margóč a Danka Beňová.

DELFIN OZ NA INTERNETE



REHABILITAČNÉ STREDISKO | DENNÝ STACIONÁR | ČASOPIS | PARTNERI | KONTAKTY | FB

Naše rehabilitačné stredisko a denný stacionár sú materiálne a technicky dokonale vybavené na svoju činnosť vďaka úspešným projektom podpory našich partnerov a dotáciám.

Aj vďaka úspešnému projektu z Nadačného fondu Slovak Telekom pri Nadácii Intenda a podpore nášho partnera Websupport, s.r.o., Bratislava sme mohli vytvoriť nielen tlačennú, ale aj multimediálnu prezentáciu nás, našej činnosti a našich zariadení. Viac na našich stránkach: www.delfinzv.sk

facebook

Pridávate príspevky, komentujete a odceníte. Páči sa to ako? Zmeniť na DELFIN občianske združenie pre duševné zdravie

Panel administratorov

Teraz októbra

vytvoriť stránku

rehabilitačné stredisko

Rozcestník | Harmonogram činnosti | O nás | Čo robíme | Čo máme za sebou | Ako sa stať klientom | Správa z činnosti

Aktuálne

OZNAM na zimné mesiace:

Bowling (každý týždeň v stredu) sa bude konať v dňoch 13tej do 14tej. Na predmstenie je potrebné doniesť si vlastnú obuv (všetla podrážky), na bowling ponožky a na tenis obuv s hladkou podrážkou.

Bowling, bilard a tenis sa budú konať v dňoch 13tej do 14tej v obci Hradište. Tenis na kurtoch Hotela Tenis (v lete).

Prihlásenie do systému

Meno používateľa

Heslo

Zapamätat si ma ☐

Prihlásiť

Zabudli ste heslo?

Zabudli ste meno používateľa?

Vytvorenie konta

Ste spokojný so službami nášho rehabilitačného strediska?

☐ Veľmi spokojný/á.

☐ Viac spokojný/á.

☐ Spokojný/á.

☐ Viac nespokojný/á.

☐ Nespokojný/á.

Hlasovať

Výsledky

POĎAKOVANIE PARTNEROM

Na poslednej strane časopisu, v partneroch, uvádzame spoločnosti, ktoré nás podporujú, záverom roka im aspoň touto cestou ďakujeme za záujem a pomoc, ktorú nám prejavujú.

Mgr. Peťa Medveďová
predseda Delfín OZ

A vy ostatní. Dovoľte nám, aby sme využili príležitosť a oslovili Vás, pre podporu našej organizácie alebo konkrétneho projektu. Samozrejme, podporiť nás môžete aj inak ako finančne. Budeme Vám vďační za každý Váš záujem.



DECEMBER

je dvanásty mesiac v roku, má 31 dní. Existuje tiež v nárečiach názov prosinec (tiež český názov decembra). Mesiac je posledným dvanástym v roku a znamená oslavu nového roka na prelome 31 Silvestra, ako aj cirkevných sviatkov Vianoc.

Čo hovoria pranostiky

Do Vianoc dlhá nitka, krátky deň, po Vianociach krátka nitka, dlhší deň.

Na Vianoce blato, na Veľkú noc sneh.

sk.wikipedia.org a predpovede.topky.sk/pranostiky

www.delfinzv.sk

Internet na tému - - vtipne o Santovi



VIANOČNÉ BLAHOPRIANIA



*Príjemné prežitie vianočných sviatkov, veľa
šťastia, zdravia a lásky Vám do nového roku želá
DELFÍN OZ*

Už sa blížia Vianoce, ten čas rýchlo letí. Na stromčeku
sviečky svietia, šťastím žiaria deti. Starý rok už odchádza
a nový ide za ním, nech Ti len radosť prináša, to je mojím
prianím.

pokračovanie na strane 8

VIANOČNÉ BLAHOPRIANIA

Prajem Ti krásne a veselé Vianoce. Nech sú sviatkami plné lásky, pokoja a oddychu. Nech je Tvoje srdce obklopené láskou všetkých blízkych a žiari šťastím jasne ako Betlehemska hviezda. Nech pod stromčekom nájdeš veľa darčiekov, ktoré Ťa Zahrejú.

Nad Betlehemom jasná hviezda, to prekrásne znamenie, príchod Svetla, lásky, šťastia, nositeľa nádeje. Krásne Vianoce a šťastný nový rok Vám praje kolektív DELFÍN OZ.

Na naše príbytky už padla tichá noc a niekde v diaľke zrodila sa hviezda. Aby Vás tento rok to vianočné svetlo zdravých a plných lásky stretlo. Aby to nebol sen a nech sa Vám to nezdá. Nech celý rok Vám láska príde na pomoc.

A na záver pre Delfiňákov od kolegov, stručné a výstižné Vianočné pranie z ríše zvierat :)



BABKA EMA



Ilustrácie použité z knihy Grandmother Winter od autora P. Rootha.

Raz, jedného krásneho, uzimeného, predvianočného dňa, sa babka Ema vybrala do mesta. Kúpiť darčeky pod vianočný stromček.

Pomaly kráčala po ceste, pozrela dole a čo nevidela - na zamrznutej zemi ležala krásna, modrobelasá, vianočná guľa. Sotva sa stihla zohnúť, keď začula akýsi zvláštny hlas. „Nechytaj moju guľu! Ruky hore!“ Babka Ema dostala strach: „V poriadku, len ma, prosím Vás, nezabíjajte!“. Ruky držala hore dobrých päť minút. V skutočnosti to nebol ani zlodej, ani zabijak, iba mrazuvzdorný papagáj. Truľo, ktorý každý rok spieval v meste koledy.

pokračovanie na strane 10

BABKA EMA

Napokon ho zbadala. Od strachu zmeravela. Začala utekať, kričať o pomoc. Bohužiaľ márne. Výnimka. V meste nebolo ani nohy. Všetci už mali darčeky dávno pokúpené, len babka Ema nie. Nakoniec, celá zadychčaná, konečne dorazila do ob-



chodu. V obchode na babku Emu opäť číhalo nepríjemné prekvapenie. Priamo z výkladu na ňu spadol ozdobený vianočný stromček, ktorý slúžil ako symbol prekrásnych Vianoc. Táto zrážka pre babku Emu mala horšie následky. Stratila zubnú protézu. K babke Eme pristúpila predavačka: „Prajete si niečo, stará pani?“. „Áno,“ odpovedala, „zopár vianočných gulí, cukroviniek.“. „Čože? Nerozumiem Vám!“, vraví predavačka. Babke Eme nezostalo nič iné, iba protézu hľadať a nájsť.

Mala šťastie. Po takmer šiestich hodinách protézu našla. Predavačke otázku zopakovala: „Tak, chcete niečo?“ Babka Ema znova odpovedá, tentokrát zrozumiteľne: „Prosím si zopár vianočných gulí, cukroviniek.“. „Dobre,“ odpovedala predavačka a babke Eme to nedalo. „Počujte, neviete náhodou komu patrí ten vták vonku?“ „Ktorý vták?“, prekvapene zareagovala predavačka. „Akéže má meno ... papapaj!“ odvetila babka Ema. „Viem papagáj,“ opravila babku Emu predavačka. „Je môjho priateľa, Cvoka.“ „Cvoka, prečo také meno?“ „viete, vlani išiel kúpiť vianočný stromček, ktorý ho potom zrazil k zemi. O pár dní scvokol.“ „Naozaj, no toto ...“ poškrabala sa babka Ema. „Aký vysoký bol ten stromček?“ „Nebol vysoký. Okolo tridsať metrov.“ Babka

pokračovanie na strane 11

BABKA EMA

Ema sa opäť čuduje. Po viac ako hodine debaty babka Ema opustila obchod a mierila domov. Cestou ešte stretla snehuliaka. Pozdravila ho. „Ahoj, snehuliak!“ A snehuliak jej očúral nohy. Pre babku Emu tohtoročné Vianoce skončili. Celý vianočný čas až do Nového roka strávila totiž učupená vo vani. Umývala si snehový moč, čo jej uštedril guľatý kamarát.



Darčeky zabudla v obchode.

Paťo

POPRADSKÉ PLESO

Retrospektíva k číslu 5. Delfína zvolenského a relaxačného pobytu vo Vysokých Tatrách.

V predposledný deň nášho pobytu v Tatrách sme išli na Popradské pleso. Išiel som ja, Lacko, Raťo s mamou, Dominik, Maťo Honek, Anička s mamou, Monika a Andrej. Nanešťastie Dominik to hneď na začiatku vzdal a Monika a Andrej ho išli odprevadiť na izbu. Cesta išla spočiatku lesom, neskôr les vystriedal kamenný chodník, ktorý nás doviedol až k cieľu cesty - Popradské pleso (1494 m.n. m.), kde sme si trochu oddýchli a občerstvili

pokračovanie na strane 12

www.delfinzv.sk

POPRADSKÉ PLESO



Panorama z turistického chodníka na Popradské Pleso je naozaj úchvatná.

sme sa a kým na Štrbskom plese bola ešte jeseň, na Popradskom plese už bola snehová pokrývka . Pri plese sa nachádzajú dve horské chaty Majláthova chata a Chata pri Popradskom plese. Nad Popradským plesom scenériu dopĺňajú hory, z ktorých bolo vidieť najmä dominantnú Ostrvu (1984 m n. m.) a bolo vidieť aj chodník ktorý po serpentínach viedol až k vrcholu. Po občerstvení sme šli cestou k zastávke Tatranskej elektrickej železnice Popradské Pleso, cestou ku ktorej sme navštívili symbolický cintorín venovaný obetiam hôr, kde mali kamenné tabule s menami všetci, čo precenili svoje sily a zahynuli. Zo zástavky Popradské Pleso sme sa odviezli na Štrbské Pleso, kde sme boli ubytovaní a po občerstvení sme si išli odýchnuť na ubytovňu.

Váš Martin RYTMUS Fuxo

Očami Delfíňákov, cez objektív fotoaparátu

Výber z aktivít roka 2012 v
rehabilitačnom stredisku a
dennej stacionári, prevádzko-
vaných občianskym združením
Delfín.



Očami Delfíňákov, cez objektív fotoaparátu

Velký Santa a malý Čert.
V podaní dobrovoľníčky Mati a
čert ako Mirkin výrobok z
pracovnej terapie.

Veselé a pohodové sviatky Vám
želajú oba modely a Mirka :)



AKTIVITY NÁŠHO REHABILITAČNÉHO STREDISKA A DENNÉHO STACIONÁRA

Rehabilitačné stredisko Delfín je neodmysliteľnou súčasťou rovnomeného občianskeho združenia vo Zvolene. Občianskemu združeniu pre duševné zdravie Delfín patrí nepísané prvenstvo,

pokračovanie na strane 15

Bolo prvým patientskym združením na Slovensku, ktoré zriadilo rehabilitačné stredisko pre ľudí postihnutých duševnými poruchami. Rehabilitačné stredisko a denný stacionár ponúka klientom skupinovú prácu s klientmi, individuálnu prácu s klientom, tvorivé dielne a vzdelávacie aktivity.



Skupinovú a individuálnu prácu s klientmi vykonávajú sociálni pracovníci, absolventi univerzitného štúdia v odbore sociálna práca. Tvorivé dielne vedie terapeutická pracovníčka.

Ostatné činnosti ako rehabilitačný telocvik, bowling, tenis, tanečný krúžok, príprava jedál a stolovanie, vychádzky do prírody (malá turistika), vzdelávanie na internete a pod., vykonávajú s klientmi laickí dobrovoľníci pod odborným vedením sociálneho pracovníka, resp. pod vedením lektorov.

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

Všetky potrebné informácie a pomoc Vám poskytnú naši sociálni pracovníci - kontakt tel. 0902 047 306, 0911 349 911, alebo e-mail delfinzv@gmail.com.

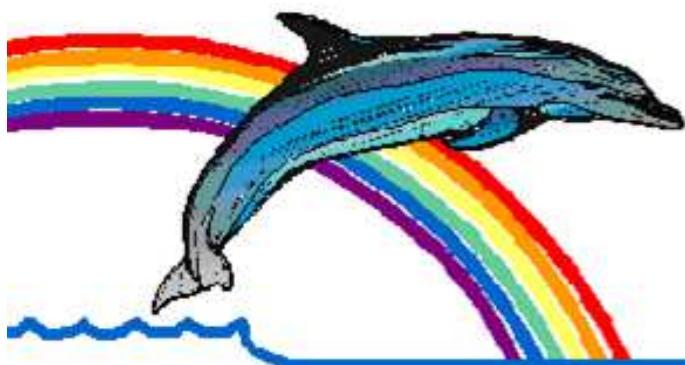
**za spoluprácu a podporu ďakujeme
naším partnerom**

**HOTEL TENIS, ZVOLEN
FRESH BOWLING&BEDMINTON, ZVOLEN
TONERSHOP, ZVOLEN
WEBSUPPORT, BRATISLAVA
KOMUNITNÁ NADÁCIA ZDRAVÉ MESTO
ING. DANIEL HONEK - JEL TEC
MESTO ZVOLEN**

a mediálnym partnerom

**MY ZVOLENSKO-PODPOLIANSKE NOVINY
ZVOLENSKO - DETVIANSKO - KRUPINSKO**

tlač FAX A COPY Zvolen, spol. s r.o.



www.delfinzv.sk

Vydáva

DELFÍN občianske združenie pre duševné zdravie, Zvolen

Registrácia

MK SR – EV 3967/10

Nepredajné