

KAMPINKO

Časopis domova sociálnych služieb

KAMPINKO

Júl

2024



Milí Kampináci, rodičia, zákonní zástupcovia a všetci ostatní!

Kto by povedal, že od minulého čísla ubehlo už niekoľko mesiacov a my už sa Vám opäť prihovárame prostredníctvom stránok nášho časopisu, ktorý vznikol nielen z rúk odborných zamestnancov, ale aktívne boli zúčastnení aj naši šikovní prijímatelia, ktorí sa v jednotlivých rubrikách podelia s vami o svoje zážitky a skúsenosti. Verím, že aj v aktuálnom čísle si každý nájde, čo ho zaujme, obohatí o nové informácie. Prajeme Vám krásny bibliografický, umelecký zážitok.

-redakcia Kampina -

Burn-out

„Musíme mať istotu, že žijeme v bezpečí, keď sa nebojíme prejsť po ulici, i poslať naše deti do školy. Musíme mať istotu, že zdravie ani vzdelanie nie sú tovarom, ktorý je k dispozícii výlučne bohatým. Musíme mať istotu, že v starobe, v chorobe i v ťažkých životných skúškach, sa môžeme spoľahnúť na pomocnú ruku štátu, ktorý nás nenechá na popas osudu. Musíme mať istotu, že zanecháme Zem pre ďalšie generácie, aby to, čo robíme,



nám dávalo zmysel.. M.R. Štefánik: „Veriť, milovať, pracovať“ Pár viet z prejavu pána

prezidenta SR počas soboty 15.6. 2024. V zábere je Ústava SR i čestná stráž prezidenta (boli i u nás v DSS KAMPINO). No a tu ide to dôležité, to uvedomenie, že sme toho všetkého i my súčasťou. Pre nás je i tá Ústava SR i všetky ďalšie zákony, ktoré nám majú skvalitniť život, prácu, vzťahy, zázemie, pocit istoty, bezpečia, domov.

O práci a svojej knihe nedávno rozprávala i pani psychoterapeutka, pedagogička PhDr. Havrlentová, PhD.. Rozprávala o syndróme vyhorenia. Ako vieme týka sa hlavne profesií, ktoré pracujú s ľuďmi.

S nadšením prichádzame prvé roky do práce, šťastní, že sme urobili svojou prípravou všetko pre to, aby sme tam mohli pôsobiť. Určitý typ osobnosti je idealistický, prichádza s očakávaním. Prichádza s energiou s nápadmi. Pre všetkých ľudí, podľa pani Havrlentovej, je typické to, že chcú uskutočňovať svoje sny a ciele, očakávajú podporu, spoluprácu, ocenenie, to, aby dané úsilie bolo pre nich zmysluplné. Ľudia chcú byť užitoční. Pocit, že prinášajú do života určitú hodnotu

Z rôznych príčin sa často stáva, že práve v tzv. pomáhajúcich profesiách, akými je napríklad zdravotník, ošetrovateľ, opatrovateľ, sociálny pracovník, učiteľ i z ďalších povedzme napríklad záchranár, sa práca časom zmení na stereotyp. Kedysi nadšený „mladý“ a „živý“ človek si časom viac všíma prekážky, viac ako pozitíva práce - vzťahu s „klientom“, pomoc, výsledky... vníma skôr tie nevýhody, negatíva. Pridá sa k tým, ktorí už „frflú“, ktorí sú podráždení, precitlivení, neobjektívni, neschopní riešiť situácie k spokojnosti. To je fáza „frustrácie“.

Ak nerozpozna včas, že sa „niečo“ deje, že to niečo je skôr zmena v jeho prežívaní, viac ako to, o sa mení v danom prostredí, v práci, môže prísť i strata úcty k sebe samému. Strata úcty k životu. Beznádej, únava, úzkosť. Nedostatok energie.

Teda tu do veľkej miere môžu pomôcť i kolegovia. Je tam snaha vnímať kolegu, i problém, „zmeny“. Stačí často vyjadriť úprimné uznanie, poďakovanie, všímavosť. To, že je práca poctivá, s „ľudským vkladom“. Oceniť ten rozdiel v kvalite. Poďakovať za spoluprácu.

A teda pomáha hlavne to, že sa oddelí dotyčný od „zdroja problému“. „Keď si vyhorelý, nemáš vtip.“ Je dotyčný viac zhnusený, cynický... Často ľudia chcú poradiť a povedia: tak to zmeň. Keď ťa to už nebaví ... A nie je to podľa autorky pre všetkých tak jednoduché. A keďže sme ľudia rôzni, jedni „silní“ iní „slabší“, s rôznymi nárokmi na dobre urobenú prácu, na výkon, ocenenie, na zvládanie záťažových situácií, stres, je dobre riešiť to citlivo a postupne, prípadne i s odborníkom. Pomôže relax, „vypnutie“ napr. rúbanie dreva pre manažéra, záhradka, či pobyt v lese, či „pri vode“. Pohyb aktívny, šport, či tvorivosť. Pomôže i zázemie, rodina, priatelia... Aby som bol stručný, len pár typov na to ako zlepšiť okrem toho „vnútorného“ i to „vonkajšie“. Pomôžu kvalitné medziľudské vzťahy, dobrý manažment, politika ohodnotenia, kariérneho rastu, riešenie preťaženia, harmonické prostredie, dobre popísané kompetencie, „norma“ práce, to, za čo je zodpovedný, a za čo už nie. Aby nebol občan SR tzv. „dievča pre všetko“, aby nepôsoobil človek, ktorý je podľa príhovoru pána prezidenta SR v centre pozornosti štátu, ako „robot“ (údajný znak vyhorenia). Aby sme boli ľudskí a slušní, i vďaka novému etickému kódexu, ktorý sa chystá pre nás v BSK.

Autor článku : Bc. Mário Bošanský

Zdroje k článku:

<https://spravypravda.sk/domace/clanok/679906-politicke-strany-si-pripominaju-den-ustavy-viacere-kritizuju-caste-zasahy/>

<https://www.topky.sk/gl/1021817/3741713/FOTOGALERIA-z-inauguracie-Petra-Pellegriniho>



DEŇ PRIATEĽSTVA

Aj tento rok sa v DSS KAMPINO deň priateľstva. Téma bola „*Ideme do rozprávky*“ Mnoho našich zamestnancov sa oblieklo do kostýmov rozprávkových bytostí.



O bohatý a pestrý program sa postarali študenti z Gymnázia J. Hronca, s ktorým máme dlhodobu úspešnú komunitnú spoluprácu.



Síce nám počasie veľmi neprialo, nám to však nevadilo a stanovišťa s aktivitami boli rozmiestnené v skupinách maľovalo sa na tvár, na zem, na papier, prenášali sa pingpongové loptičky okolo stola.



Za odmenu našim prijímateľom boli originálne náramky a cukrovinky. V Zimnej záhrade nás zase čakala veľká tancovačka. Svojou účasťou nás podporili aj naši kamaráti z podporovaného bývania na Mokrohájskej ulici.



Všetci sme boli šťastní, že sme mohli stráviť spoločné chvíle plné priateľstva, porozumenia a dobrej nálady.



Autorky článku: Mgr. Lenka Lukášiková, Mgr. Petra Kucharičová

Výlet do Botanickéj záhrady



Dňa 18.6.2024 sa rozhodli naši prijímatelia sociálnej služby Robko G., Martin S., Aleško M. a Samko O., že navštívia botanickeú záhradu spolu s Ivankou S. a Lenkou L.

Ako prvé sme si boli pozrieť skleník. V jednej časti boli pichľavé, ale aj listnaté kaktusy a sukulenty, ktoré rastú v oblastiach, kde je teplo a málo tam prší. V druhej časti boli rastliny, ktoré pochádzali z oblasti tropov, kde sa strieda dážď a sucho. Niektoré rastliny potrebujú teplo a vysokú vzdušnú vlhkosť, ako je v pralesoch tam nájdeme bromélie a veľké listnaté rastliny.



Pri každej rastline bolo napísané, ako sa daná rastlina volá. V skleníku boli aj krásne lekná rôznych farieb. Plávali tam aj rybky. Vo vonkajšej záhrade sme si pozerali a ovoniavali ruže rôznych farieb. Obdivovali sme trvalky, letničky, stromy, kríky a skalničky.



Územím botanickej záhrady preteká riečka Vydrlica. Tam sme pozorovali kapre boli krásne sfarbené. Počuli sme aj kvákať žaby a štebotať vtáčiky.

Robkovi sa najviac páčili fialové kvety všetkého druhu. Obdivoval levandule, na ktorých sa krmili motýle a včielky. Všetkým sa výlet páčil boli usmíati. Tak sa nám tam páčilo, že pôjdeme aj o rok do botanickej záhrady.



Autorka článku: Ivana Sýkorová v spolupráci s Robkom G., Maťkom S.

Múzeum polície Slovenskej republiky

Prijímatelia sociálnych služieb z Červenej skupiny spolu so svojimi kľúčovými pracovníkmi navštívili 27.6.2024 Múzeum polície Slovenskej republiky, ktoré je ako jediné špecializované zariadenie svojho druhu na Slovensku. Zameriava sa na dokumentáciu vzniku, vývoja a činnosti bezpečnostných a policajných orgánov na území Slovenska. V múzeu sa venuje náležitá pozornosť preventívnej činnosti na ochranu detí a mládeže pred jednotlivými druhmi toxikománie, prevenciu kriminality a dopravnú výchovu.

Expozícia múzea sa skladá z troch častí :

- ✓ História, vznik a vývoj bezpečnostných zborov
- ✓ Vznik a súčasnosť Policajného zboru
- ✓ Tematická časť venovaná kriminalistike, dopravnej polícii a medzinárodnej policajnej spolupráci – Interpol.

V múzeu sme videli veľa zaujímavých vecí – policajné uniformy, písací stroj, celu predbežného zaistenia, miesto kriminálneho činu, prístroj na otlaky prstov.



Autorka článku: Mgr. Martina Bongová

Ruky –
symbol
prijatia



V rámci zážitkových aktivít Žltej skupiny sme nakreslili so Zuzkou...ruky ako gesto prijatia a dávania sociálnej služby, že rešpekt, empatia a prijatie ...práve sadol na mňa motýľ...ako to tu píšem ...Babocka Admiral...

Teda s parafrázou na C. Rogersa , na jeho výrok k empatickému prijatiu, ako zaznel v knihe M. Rosenberga Nenásilná komunikácia, že keď máme ten humanisticky prístup v definícii , objatie spomínala pani Mega počas supervízie. Teda dali sme to tam tiež....že prostredie, prijatie, komunikácia, že je ako voda...a nie ako oheň...do ktorého, keď je, sa môže prilievať olej...tak to je bez nátlaku, tlaku, následnému odporu, útokom a agresivnému správaniu...je to taký odkaz a inšpirácia na Michelanga...tie ruky ..dotyk.....hm...polievame záhradu ..i tu motýliu.

Autor článku: Bc. Mário Božanský, v spolupráci s PSS Zuzkou B.



Rozhovor

V aktuálnom čísle sme vyspovedali PSS z Červenej skupiny Janku Š.,



Nakoľko verbálne komunikuje minimálne, použili sme metódu augmentatívnej a alternatívnej komunikácie - komunikácia prostredníctvom obrázkov, ale aj posunkov, ktoré sa Janka počas jej pobytu v Kampine naučila.

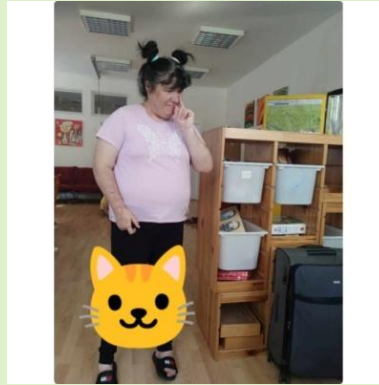
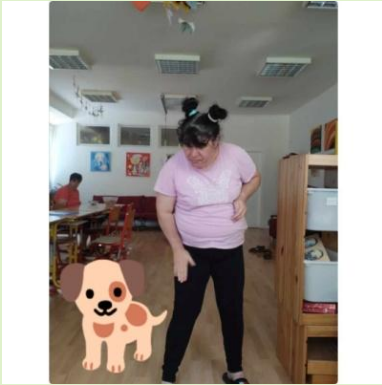
Položili sme jej pár otázok

Janka, ktoré osoby patria do tvojej rodiny?

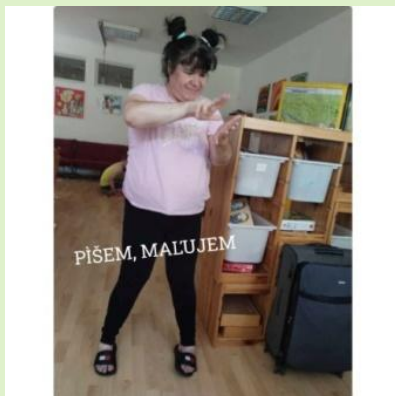


Janka vybrala obrázok rodiny aj v piktogramoch.

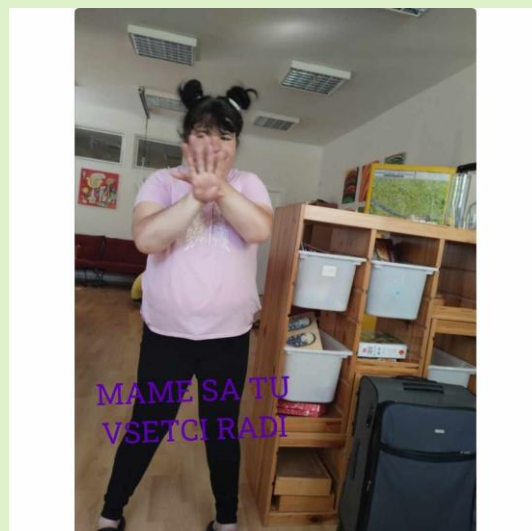
Aké je tvoje najobľúbenejšie zviera?



Čo robíš rada v Kampine?



Prečo chodíš rada do Kampina?



Janka čo by si nám povedala na záver ?



Autorky článku: Mgr. Martina Bongová, Mgr. Petra Kucharičová

UMENIE

Máme radi umenie.

V našom zariadení DSS Kampino, máme veľmi šikovných prijímateľov, ktorí sa v doobedňajších i poobedňajších hodinách radi zaoberajú výtvarnými aktivitami. Doobeda často maľujú so svojimi kľúčovými pracovníkmi v jednotlivých skupinách, poobede niektorý navštevujú zážitkovú arteterapiu a artefiletiku.

Niektorým prijímateľom, ktorý majú maľbu obzvlášť radi, sa venujeme i individuálne. Snažíme sa rozvíjať ich talent a potenciál. Ich hotové diela prezentujeme doma na Slovensku i v zahraničí. Tento rok niekoľko prác bolo napríklad poslaných na výstavu do pražskej Kamy. Práce našich prijímateľov tvoria každý rok i



samostatnú výstavu v Cikcak Centre. Zúčastňujeme sa i výstav pod záštitou BSK, či iných organizácií. Zapojili sme sa i do pripravovanej výstavy v Múzeu Andyho Warhola a najnovšie začíname so spoluprácou so Slovenskou národnou galériou.

Zaoberáme sa hlavne maľbou akrylom na plátna rôznych tvarov a veľkosti, a na špeciálne archy ručného papiera. Mnohí prijímatelia maľujú priamo na plátno rukami a radi tak precitujú textúru farieb i povrchu plátna, či papiera.

Záujem našich prijímateľov o výtvarné umenie umocňujeme i návštevami rôznych galérií a múzeí.

Teší nás záujem prijímateľov o výtvarné umenie a zároveň i záujem o výtvarné diela zo strany rôznych inštitúcií a organizácií, ktorí ich majú záujem vystavovať a prezentovať naše zariadenie.



Autorka článku: Mgr. Alexandra Pomoziová

Vzdelávanie

Vzdelávanie znamená rozširovanie vedomostí, prehĺbenie kognitívnych funkcií, preto odborní zamestnanci sú zodpovední za odovzdávanie informácií PSS, konkrétne štandardov kvality poskytovaných sociálnych služieb. Nasledujúci článok Vám priblíži vzdelávanie, ktoré vzniklo pod vedením Ing. Bc. Mariána Haviča s názvom: ***Prevenca krízových situácií, práca s rizikom v sociálnych službách, používanie prostriedkov telesného a netelesného obmedzenia.***

„ Dnešné vzdelávanie s úvodnou prednáškou problematiky a zoznámenia sa s kritériom sme zakončili praktickou ukážkou deeskalačnej techniky, ako by to malo v praxi fungovať, prítomní účastníci si vzájomne vyskúšali „modelové“ situácie, ktoré vznikajú na dennej báze v zariadení. Ako predchádzať rizikám a fixovať si jednotlivé techniky. Spoločne sme vyhotovili aj foto-dokumentáciu po súhlase s účastníkmi aj prijímateľmi. Spoločne strávený čas sa nám všetkým páčil a na úplný záver, sme si spoločne zatlieskali a vyjadrili spokojnosť vzájomným úsmevom 😊“



Úvodné zahájenie a otvorenie vzdelávania



Bezpečný odstup pri schádzaní zo schodov – eliminácia rizika pádu



Deeskalačná technika agresívneho prijímateľa so zameraním sa na správny chmat a hmat



Nesprávny prístup verbálnej komunikácie pri riešení konfliktu (mimika, posturika, gestika)



Hľadanie problému pri riešení konfliktu a spoločnej cesty pre obojstrannú komunikáciu...(pokojný a jasný tón hlasu, mimika, posturika, gestika, spoločná dôvera) Chvíľa zmierenia a prejav citov zo strany prijímateľa voči asistentovi soc.práce 😊

Autor článku: Ing. Bc. Marián Havič



Zrkadlenie

Zrkadlo poznáme všetci. Minimálne z rozprávky o Snehulienke vieme to, že keď kriví pohľad na nás či na to, čo sa deje, v priestore i čase, môže byť problém. Základné zlo je často v podobe toho, že si „pokrivene“ myslíme, že sme dobrí. To, že sme v práve. To, že máme na niečo voči iným právo. Byť krásni, najkrajší... Bez rešpektu im niečo začneme robiť a nejako nás to časom tiež dostihne. Hovorí sa, že je zlé, keď trpí ten, ktorý trpí, ten, koho niekto trápi, týra... Horšie je však časom na tom ten, mocný, ten, ktorý druhých trápi, ktorý zneužil silu, vplyv. A najhoršie je, keď nie je spravodlivosť, teda, ak sa to zlo nepotrestá. Keď nie je dobro v spoločnosti. Keď sa navzájom prestaneme správne „zrkadliť“ v tom priestore „medzi nami“.

Vieme z rozprávky, že zlá, krutá a pyšná kráľovná prišla v tom jej poblúznení mocou za Snehulienkou dokonca do tej jej malej chalúčky v tom hlbokom a tmavom lese a tam sa ju snažila zničiť, tak, aby viac v tej jej predstave, ktorá sa zrkadlila hlave, nebola prekážkou v jej krivom a chorom seba obraze. Bola vládkyňou nad jej životom i smrťou. A teda prišla k trestu, zazvonil zvonec na konci tunela, rozprávky, zasvietilo svetlo...

Zrkadlo, ktoré verne priblíži to, čo je, je dôležité pre dobré žitie na zemi.

Teda ak vnímam situáciu, pozorujem, nehodnotím, snažím sa porozumieť tomu, čo ten druhý prežíva, keď si kladiem otázky, prečo sa chová tak, ako sa chová.

Často teda i my máme moc nad druhými ľuďmi a môžeme byť v pokušení riešiť iných život. Vstupujeme do priestoru „ich chalúčky“, nevnímame ten „les“, ktorý ich chráni – podobne ako Snehulienku v lese. Ponúkame jabĺčko bezbrannému, zranenému, „na úteku“ a tvoríme chaos.

A chaos, zmätok, ten sa nám môže vrátiť, v podobe útoku, keď sa ten, ktorý nezažil rešpekt, ktorý bol zahnaný do kúta, ktorému nerozumieme, ktorého nezrkadlíme správne, chytí do ruky to, čo má po ruke, zraní. Využívame rôzne zákony, v rámci sociálnej politiky štátu a možno i to, ako nejaké „Banálne zlo“, je základ násilia, ktoré plodí následok, násilie.

Teda, akcia reakcia, niečo sa nakoniec stane a povieme, že ublížil, bol násilný.

Kruh násilia sa spustí a dobré je si uvedomiť, kde to násilie vlastne vzniklo. Dobré „zrkadliť“ ten stav nezaujato.

Teda celý tento text je inšpirovaný školením o deeskalačných technikách z DSS GAUDEAMUS, kde pani lektorka povedala i to, čo možno zaniklo v našich predstavách, kedy sme si možno viac predstavovali to, ako využijeme nejakú techniku sebaobrany na toho „nášho“. Teda v kontexte plnenia všetkých povinností, ktoré vyplývajú zo smerníc o zabránení krutému zaobchádzaniu, ponižovaniu, týraníu.. o chápaní ľudských práv, humanistického prístupu, toho, keď si uvedomujeme zodpovednosť za osoby, občanov, ktorí sú v našom sociálnom zariadení, možno zanikla myšlienka o vnímaní druhého i to, o potrebe predvídania. O potreba chápania, vnímanie pocitov toho, kto je v danej situácie, a možno je i frustrovaný, bez nádeje na zmenu, v letargii...

To, aký je kontext tej násilnej situácie. Kto je agresor. To, že potrebuje niekto veriť tomu, že **ja som ten, kto dokáže jeho situácie vyriešiť**. O potrebe dôvery, vzťahu, ktorý sa buduje i mimo slovne.

Som teda ten, kto je schopný ho upokojiť. Prípadne plniť v spolupráci nejaké jeho potreby. Som ten, kto mu do života prináša pocit bezpečia, dôveru, nádej, hru, ktorá sa hrá podľa pravidiel. Teda inak povedané, slovami Platóna z dávnych dôb, sme tí, ktorí majú v sebe zákon, „logos“ a ten prenášajú do života. Teda i to, že sú zákony, ktoré sú na riešenie problémov v spoložití, to by mala byť výzva na to, aby sme sa snažili tie zákony skutočne pochopiť. Vidieť za nimi druhého človeka, či seba, toho, kto potrebuje rešpekt, porozumenie, láskavosť. Teda k záveru školenia sme sa dozvedeli i o tom, ako relaxovať, ako správne dýchať, ako byť uvoľnený, tak, aby sme pôsobili, že „sme nad vecou“. Teda podmienky na to, ako povedala pani lektorka: „ak aj by sme chceli veci vyriešiť, aby nám to „oni“ dovolili riešiť, aby nám uverili. Aby vnímali dané prostredie, kde všetci prežívame daný čas, my svoje hodiny v práci, a oni tu prežívajú svoj život. Naši prijímatelia sociálnej služby jednoducho okolnosťami života, ktoré nastali, sú do daného priestoru „umiestnení“, tu prežívajú i svoj „čas“, svoje bytie, „dasein“, ako by možno povedal M. Heidegger. Z Wikipédie: „*Dasein* (doslova: „tu-bytie“) je nemecký filozofický pojem. Často sa používa v zmysle slovenských ekvivalentov "prítomnosť, súcnosť, existencia, život."“ Alebo J. Patočka: svoj „pobyt“ v rámci žitia „prirodzeného sveta“. To je to, čo by sme mali byť schopní „zrkadliť“ Viac k nenásilnej komunikácii možno v knihe: *Nenásilná komunikácia*-M. Rosenberg, Phd. S použitím fenomenologického pohľadu a poznatkov zo školenia o asertivite a deaskalačných technikách. Autor článku : Bc. Mário Bošanský

LETO

AKÉ JE ROČNÉ OBDOBIE?

LETO
ČO RÁD ROBIŠ V LETE?

KUPEM SA, PRECHADZAM SA
POJDEŠ NA DOVOLENKU?

ANO
VIES KAM?
DO TALIANSKA



ČO TAM BUDEŠ ROBIŤ?

KÚPAT V MORI
TESÍŠ SA?

VELMI

LACKO
SZABÓ

Letné čítanie



V jeden príjemný letný podvečer sme do Kampina dostali vzácnu návštevu. V podobe dvoch príjemných paní z Artfóra. Pripravili si pre nás príbehy o žabích kamarátoch, menom Flak a Čľup. Príbehy hovorili o ich mnohých zážitkoch,

každodenných radościach aj starostiach, o vzájomných dobrých skutkoch v príbehoch nechýbal ani humor.

V podaní rozprávkariek nabral dej dynamický- dramatický, ale aj vtipný charakter. Dávali pomocné otázky, niečo zostalo aj nevy povedané.

Bolo radosť sledovať našich PSS ako interaktívne vstupujú do deja. Niektorí kladením otázok, smiechom , vtipnou poznámkou. Literárny workshop trval vyše hodiny, nakoľko si naši PSS vyžiadali príbehy najviac, čo poukazuje na kvalitu aj vzájomnú väzbu medzi oboma stranami.

Kolovala aj kniha, v ktorej boli obrázky žabiek. PSS si mohli namaľovať svoju vlastnú žabu a vytvoriť jej vlastný príbeh. Spokojní neboli len naši PSS ale aj pracovníčky Artfóra, ktorým sa čítanie v takej komornej atmosfére tiež páčilo. Preto sme ich pozvali aj nabudúce, dali prísľub , že ešte v budúcnosti radi prídu.



Autorka článku: Mgr. Petra Kucharičová

Čo máme nové?

SENZOMOTORICKÁ MIESTNOSŤ



SENZORICKÁ INTEGRÁCIA ZNAMENÁ PRIEBEH PRIJÍMANIA INFORMÁCIÍ, CEZ ZMYSLY : ZRAK, SLUCH, ČUCH, CHUŤ, TAKTILNÉ SCHOPNOSTI ČIŽE HMATOVÉ VNÍMANIE, VESTIBULÁRNE VNÍMANIE ČIŽE ROVNOVÁHA A PROPRIOCEPCIA- ČIŽE UVEDOMENIE SI VLASTNÉHO TELA. SENZOMOTORIKU, AKO TERAPEUTICKÚ METÓDU VYVINULA V 70. ROKOCH 20. STOROČIA ANNA JEAN AYRES. KONCEPT SENZORICKEJ INTEGRÁCIE JE ZALOŽENÝ NA TOM, ŽE NAŠIM PSS SÚ PONÚKANÉ ZMYSLOVÉ PODNETY, ABY SA AKTIVOVALI A ZLEPŠOVALI PRIMERANÉ ODPOVEDE NA NE. NAŠI ODBORNÍ ZAMESTNACI VYPRACOVALI SENZORICKÝ PROFIL, NA ZÁKLADE NEHO VIEME KTORÚ ZMYSLOVÚ OBLASŤ CHCEME ROZVÝJAŤ U KONKRÉETNEHO PRIJÍMATEĽA.

ZLEPŠOVANIE SENZOMOTORIKY SME POSUNULI NA VYŠŠIU A ZPROFESIONALIZOVANÚ ÚROVEŇ A OKREM UŽ EXISTUJÚCICH MIESTNOSTI, KTORÉ SLÚŽIA NA ROZVOJ ZMYSLOV VZNIKLA AJ SENZOMOTORICKÁ MIESTNOSŤ. PRI JEJ VZNIKU NÁM BOLA INŠPIRÁCIOU PREDNÁŠKA PAEDR. JANY HRČOVEJ, PH.D. , KTORÁ NÁM POSKYTLA CELODENNÉ INTERNÉ VZDELÁVANIE V OBLASTI ROZVOJA SENZORICKÉHO VNÍMANIA, TAKTIEŽ KONGRES PLNÝ ZMYSLOV POD VEDENÍM LEKTORKY MGR. DAGMAR MEGA, KTORÁ SA V RÁMCI INTERNEJ SUPERVÍZIE PRIŠLA SLÁVNOSTNE OTVORIŤ NAŠU NOVO ZRIADENÚ MIESTNOSŤ 😊



AUTORKA ČLÁNKU: MGR. PETRA KUCHARIČOVÁ

TVORIVÝ

WORKSHOP



S Ivankou sme si dnes dohodli niečo ako interné vzdelávanie, pre nás i výmenu skúsenosti z prvkov arteterapie. Teda niečo ako interný workshop. Maľovanie kamienkov a keramiky. Tvorivosť ako možnosť seba rozvoja.. Kamienky budú súčasťou mozaiky v areáli Starohájska Piváreň. Čiže ostane po sociál workers Petržalky i takáto stopa, skrášlenie verejného priestoru. Príklad tvorivosti, radosti, snahy vytvoriť bezpečné a priateľské prostredie...tak sme to definovali ako cieľ i pre akciu v rámci MDD , spolu s canisterapeutkou...OZ sme kamaráti...príklad spojenia deti s dospelými...je to plánovane tak na hodinku a k tomu dám niečo z teórie s histórie seba rozvoja, filozofie a arteterapie . Marsilius Ficinius z Florencie ..trochu renesancie...farby akrylové prinesiem i techniku vysvetlím...ukážem..

Spolu s Danielom Hevierom na druhy deň...dáme to do múriku, vytvoríme mozaiku.



Autor článku: Bc. Mário Bošanský

Výroky slavných o empatii

„EMPATIA K DRUHÝM ĽUDOM NASTÁVA IBA Vtedy, keď sa nám podarí zbaviť sa všetkých domniek, predstáv a úsudkov o druhých ľuďoch.“

„POČÚVAŤ IBA UŠAMI JE JEDNA vec. NASLÚCHAŤ VÝZNAMU DĽAŠIA. ALE POČÚVAŤ HLAS DUŠE SA NEOBMEDZUJE NA ŽIADNE Zmysly, NEVYŽADUJE SI TO UŠI ANI MYSEĽ. VYŽADUJE SI TO DOKONCA, ABY Zmysly SPALI. AŽ POTOM NAČÚVA CELÁ BYTOSŤ. POTOM NÁHLE POCHOPÍTE, ČO MÁTE PRIAMO PRED SEBOU A NEMÔŽETE TO POČUŤ UŠAMI, ANI POCHOPÍŤ MYSLÍOU.“

M. ROSENBERG

„ SKUTOČNÁ EMPATIA SI VYŽADUJE POČÚVANIE CELOU BYTOSŤOU!“

ČUANG

ČÍNSKY FILOZOF

„ KEĎ ...VÁS NIEKTO SKUTOČNE POČÚVA BEZ TOHO, ABY VÁS SÚDIL, PREBERAL ZA VÁS ZODPOVEDNOSŤ, SNAŽIL SA VÁS FORMOVAŤ, JE TO ÚŽASNÝ POCIT! ...KEĎ MI NIEKTO NAČÚVA A VYPOČUJE MA, VNÍMAM SVOJ ŽIVOT NOVÝM SPÔSOBOM A MÔŽEM SA POHNÚŤ DĽAĽ. JE PREKVAPIVÉ, ŽE TO O SA ZDALO NERIEŠITEĽNÉ, ZRAZU MÁ RIEŠENIE, KEĎ VÁS NIEKTO VYPOČUJE. Vtedy AJ Z NENAPRAVITEĽNÝCH ZMÄTKOV VYPLYNIE POKOJNÝ PRÚD.“

C. ROGERS

Autor: Bc. Mário Božanský

Grafická a štylistická úprava: Mgr. Petra Kucharičová

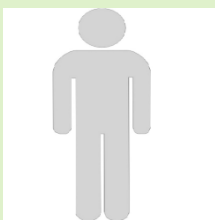
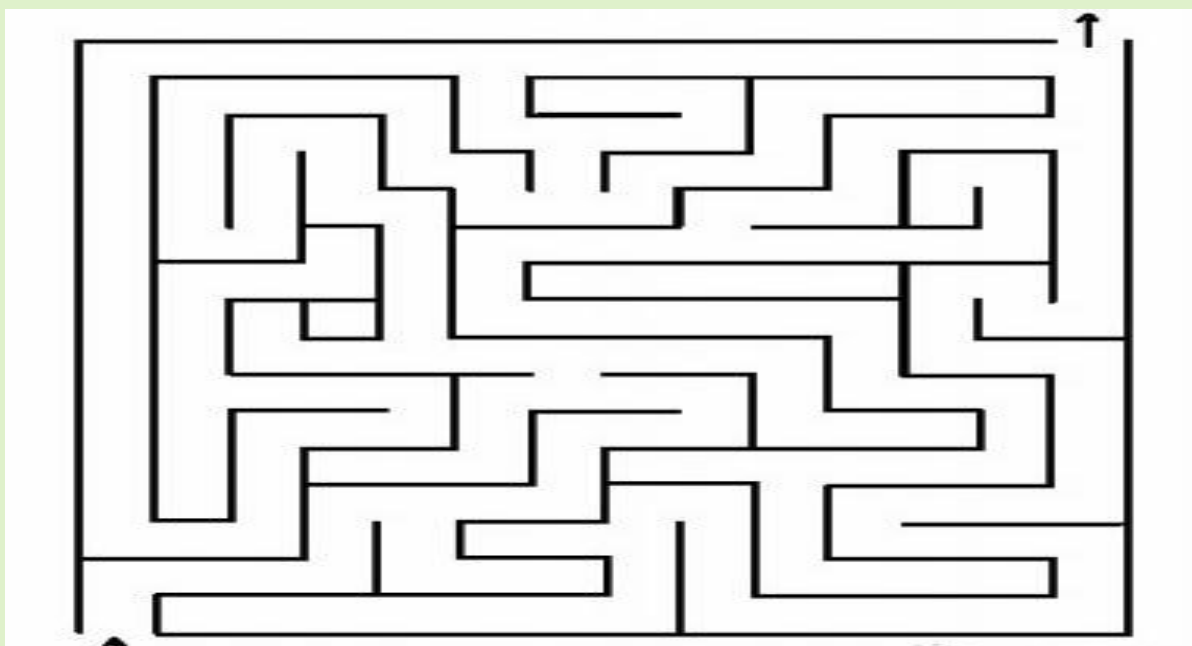


ZAHRAJME SA

Síce leto je obdobím prázdnin, ale rozhodli sme sa Vás trošku potrápiť 😊.

13. Júla si pripomíname narodenie slávneho objaviteľa Rubikovej kocky a iných hlavolamov Ernőho Rubika.

Kto z Vás nájde správnu cestu do Kampina?





Nazdravie

VIETE AKO MÔŽEME VYUŽIŤ MÄTU, KTORÁ NÁM RASTIE PRED JEDÁĽňOU V TÝCHTO HORÚKICH DňOCH ? ČO TAK SCHLADIŤ SA NEALKOHOLICKÝM NEALKOHOLICKÝM MOJITOM?

BUDEME POTREBOVAŤ :

- LIMETKU
- TRSTINOVÝ CUKOR
- MÄTU
- SÓDU
- LAD

POSTUP PRÍPRAVY

Vo vysokom pohári podrvíme a premiešame cukor so šťavou z limetky. Na cukrovú zmes navrstvíme ľad mätu a opäť dobre premiešame.

Nakoniec pohár zalejeme sódou až po okraj a dozdobíme rozkrojenou limetkou a mäťou. Mojito podávame s paličkou na premiešanie a slamkou.



Na záver.....

Úspešne ste sa dočítali až na koniec letného vydania *Kampínka*. Pevne veríme, že sme splnili víziu, zakomponovať „z každého rožku, trošku“ – pre každého niečo. Už teraz sa tešíme na spätnú väzbu, tá je pre nás motiváciou, aby sme sa Vám prihovorili aj nabudúce. Všetkým Vám želáme príjemné prežitie zvyšku leta!

Redakčná rada časopisu KAMPÍNKO

Šéfredaktor: Mgr. Petra Kucharičová

Jazyková a štylistická úprava: Mgr. Martina Bongová, Mgr. Petra Kucharičová

Grafická úprava a Finálna verzia časopisu: Mgr. Petra Kucharičová

Autori článkov: Mgr. Martina Bongová, Bc. Mário Božanský, Ing. Bc. Marián Havič, Mgr. Petra Kucharičová, Mgr. Lenka Lukášiková, Mgr. Alexandra Pomoziouá, Ivana Sýkorová.

V spolupráci s prijímateľmi sociálnej služby DSS Kampino

Domov sociálnych služieb KAMPINO

Haanova 36 – 38

851 04 Bratislava

www.kampino.sk



facebook.com/dsskampino

facebook.com/zpbkampino