



ZARIADENIE PRE SENIOROV SV. MARTINA HRNČIAROVCE NAD PARNOU



PLÁN AKTIVÍT PSS NA ROK 2026

JANUÁR

- Nakupovanie v miestnych potravinách spolu s prijímateľmi sociálnej služby
- Prvky muzikoterapie: Oslava príchodu nového roku spevom kolied a ľudových piesní
- Spratávanie vianočných dekorácií a výzdoby v zariadení
- Prvky biblioterapie: Čítanie s porozumením - o troch kráľoch, čítanie novoročných vinšov
- Prvky reminiscenčnej terapie: ako prebiehali fašiangy keď sme boli mladí
- Oslava narodenín a menín prijímateľov sociálnej služby
- Pohybové aktivity: cvičenie na stoličke, pohybové hry
- Spoločenské hry: karty, bingo
- Kognitívne cvičenia : pamäťové krížovky, kvíz

FEBRUÁR

- Fašiangová zábava: Posedenie s hudbou a tancom, spievanie ľudových piesní
- Prvky arteterapie: výroba karnevalových masiek na fašiangovú zábavu
- Nakupovanie v miestnom obchode s prijímateľmi sociálnej služby
- Tvorivé dielne: výroba valentínok
- Oslava menín a narodenín prijímateľov sociálnej služby
- Návšteva pedikérky
- Prvky reminiscenčnej terapie: Spomienky na fašiangy a prvé rande
- Pohybové aktivity : cvičenie na rozhýbanie horných a dolných končatín

MAREC

- Marec mesiac knihy: tvorivé dielne výroba záložiek
- Medzinárodný deň žien – prvky arteterapie- výroba kvetov k MDŽ
- Prvky arteterapie : Záhradkárske aktivity - sadenie byliniek do kvetináčov.
- Tvorivé dielne: pletenie korbáčikov k veľkej noci, maľovanie kraslíc, výroba veľkonočných zajačikov a vajíčok
- Návšteva kaderničky
- Pohybové aktivity: rozhýbanie svalstva cvičením
- Oslava narodenín a menín prijímateľov sociálnych služieb
- Prvky muzikoterapie: Spievanie ľudových piesní o jari.

APRÍL

- Čítanie s porozumením: Veľká noc najvýznamnejší kresťanský sviatok
- Prvky klimatoterapie: Krátke prechádzky v areáli zariadenia.
- 1. apríl – aprílové žarty, rozprávanie vtipov, zábavné zážitky
- Prvky ergoterapie: Záhradkárske práce - sadenie kvetov a byliniek.
- Pohybové cvičenia: loptové hry

- Kognitívne cvičenia – kvíz , krížovky
- Prvky arteterapie: výroba jarnej výzdoby v zariadení
- Oslava menín a narodenín prijímateľov sociálnej služby
- Nakupovanie v miestnych potravinách spolu s prijímateľmi sociálnej služby
- Antistresové omaľovánky

MÁJ

- Deň matiek - vystúpenie
- Prvky muzikoterapie: spievanie piesní s doprovodom na rytmické hudobné nástroje
- Prvky gardenterapie: sadenie kvetov
- Prvky kulinoterapie: pečenie jablkového koláča
- Prvky arteterapie: Maľovanie kvetinových obrazov.
- Prvky pohybovej terapie: Cvičenie na čerstvom vzduchu.
- Prvky reminiscencie: 8. máj - deň víťazstva nad fašizmom – voľné rozhovory
- Prvky biblioterapie: Spoločné čítanie poézie.
- Návšteva pedikérky
- Oslava narodenín a menín prijímateľov sociálnej služby
- 1. máj sviatok práce – rozhovory o práci, pracovnom živote

JÚN

- Oslava narodenín a menín prijímateľov sociálnej služby
- Prvky kulinoterapie: Letné grilovanie - piknik v areáli zariadenia.
- Prvky pohybovej terapie: Vychádzky do prírody
- Prvky arteterapie: Výroba letných dekorácií.
- Prvky muzikoterapie: spievanie ľudových piesní
- Prvky kulinoterapie: pečenie ovocných koláčikov
- Spoločenské hry - šach, karty, bingo, loptové hry
- Nakupovanie v miestnych potravinách spolu s prijímateľmi sociálnych služieb
- Prvky arteterapie: Fotografovanie prírody a zariadenia.

JÚL

- Kognitívne cvičenia na rozvoj logického myslenia
- Prvky reminiscenčnej terapie: Sviatok Cyril a Metod – kto to bol, spomínanie na tento sviatok voľné rozhovory
- Spoločný výlet do cukrárne
- Oslava narodenín a menín prijímateľov sociálnej služby
- Prvky kulinoterapie: Ochutnávka letných ovocných šalátov.
- Prvky ergoterapie: jednoduché práce na dvore, starostlivosť o kvety
- Návšteva kaderničky
- Pohybové cvičenia na dvore udržiavanie fyzickej kondície
- Prvky arteterapie: Maľovanie kameňov.

AUGUST

- Prechádzka po dedine – posedenie na kofole
- Prvky kulinoterapie: Ochutnávky ovocia a zeleniny.
- Spoločenské hry: Šach, karty, bingo

- Prvky duchovnej terapie modlenie ruženca
- Zbieranie a sušenie bylín
- Prvky ergoterapie: výroba limonád a rôznych iných drinkov
- Pohybové aktivity: Cvičenie vonku na čerstvom vzduchu.
- Prvky kulinoterapie: príprava ovocného koláča
- Oslava narodenín a menín prijímateľov sociálnej služby
- Nakupovanie v miestnych potravinách spolu s prijímateľmi sociálnej služby
- Návšteva pedikérky
- Výročie SNP – voľné rozhovory

SEPTEMBER

- Prvky arteterapie: Jesenná výzdoba - Výroba vencov z prírodných materiálov.
- Sviatok Sedembolestnej Panny Márie - význam
- Prvky kulinoterapie: Zber ovocia a zaváranie.
- Oslava narodenín a menín prijímateľov sociálnej služby
- Prvky reminiscenčnej terapie: ako bol prvý nástup do školy – voľné rozprávanie
- Prvky muzikoterapie: spievanie ľudových piesní
- Návšteva Trnavy v rámci Trnavského jarmoka
- Prvky arteterapie: výroba jesenných dekorácií otláčanie listov na papier
- Návšteva kaderníčky

OKTÓBER

- Mesiac úcty k starším - oslava s hudobným programom s prvkami muzikoterapie.
- Prvky kulinoterapie: Pečenie tradičných koláčov.
- Prvky ergoterapie: čajovňa v zariadení
- Prvky tréningu pamäte: Krížovky, hádanky, kvíz
- Spoločenské hry, človeče nezlob se, karty, bingo
- Pohybové aktivity: Jesenná prechádzka v okolí zariadenia.
- Spoločné čítanie príbehov a poézie.
- Oslava narodenín a menín prijímateľov sociálnej služby
- Cvičenie na zlepšenie jemnej motoriky a hrubej motoriky
- Prvky arteterapie: maľovanie tekvic, vyrezávanie tekvic

NOVEMBER

- Prvky reminiscenčnej terapie: Pamätné sviečky - spomienka na zosnulých.
- Prvky biblioterapie: čítanie o svätých, porekadlá, pranostiky, novinové články
- Výroba adventných vencov.
- Prvky muzikoterapie: počúvanie relaxačnej hudby
- Návšteva pedikérky
- Oslava menín a narodenín prijímateľov sociálnej služby
- Návšteva miestneho cintorína.
- Pohybové aktivity: Pohybové cvičenia na stoličke.
- Prvky kulinoterapie: Spoločné varenie teplých jesenných polievok.
- 1. november – pamiatka zosnulých – modlitba, symbolické zapálenie sviečky, spomienky na zosnulých
- Prvky arteterapie: Tvorba dekorácií na advent.

DECEMBER

- Prvky kulinoterapie: Vianočné pečenie - príprava medovníkov pri relaxačnej hudbe.
- Rozhovory o advente
- Prvky arteterapie: Tvorba vianočných dekorácií.
- Prvky duchovnej terapie - návšteva p. farára
- Zdobenie vianočného stromčeka a výzdoba zariadenia
- Príchod svätého Mikuláša
- Štedrá večera a rozdávanie darčiekov
- Prvky muzikoterapie: Spievanie kolied s prvkami muzikoterapie.
- Prvky reminiscenčnej terapie: Spomienky na Vianoce z detstva.
- Zapalovanie sviečok na adventnom venci
- Oslava menín a narodenín prijímateľov sociálnej služby
- Silvestrovská zábava.

Vypracovala: Mgr. Andrea Šimková

V Hrnčiarovciach nad Parnou, dňa 15.01.2026