



Kde nás nájdete

Ulica Mládežnícka 4

Mazorníkovo

(pri Mestskej plavárni)

Kontakt: t.č. 048/612 24 89

Lúč nádeje



Občasník Zariadenia sociálnych služieb a
nízkoprahového denného centra „Lúč“

Ročník: 6 č.18/2021

Ponúkané služby:

Nocľaháreň

Nocovanie pre osoby ktoré nemajú zabezpečené základné životné podmienky.

Za poplatok 0,70 EUR/noc

Sezónna ohrevovňa

Bezplatne poskytujeme prístrešie v zimných mesiacoch osobám ktorí sú ohrození podchladením.

Nízkoprahové denné centrum

Bezplatne poskytujeme sociálne poradenstvo(pomoc pri hľadaní zamestnania ,písaní žiadosti...)

Za poplatok 0,50EUR možnosť prípravy stravy, možnosť vykonať základnú osobnú hygienu,

poskytnutie nevyhnutného ošatenia



Život v nočľahárni

Po uvoľnení opatrení proti šíreniu COVID – 19 bola ukončená nepretržitá prevádzka v zariadení sociálnych služieb nočľahárni „Nádej“ a prešlo sa na štandardný režim. Väčšina klientov využila možnosť prednostného očkovania a už sú zaočkovaní oboma vakcínami proti COVID -19. Napriek všetkému sa pokračuje v zariadení v rámci možnosti aj vo voľnočasových aktivitách za dodržaní všetkých nariadených hygienicko - epidemiologických podmienok. Klienti majú možnosť vypožičania kníh v miniknižnici priamo v zariadení. V „tvorivej dielni“ klienti vyrábali dekorácie a zdobili vajíčka na Veľkú noc. Úpravou okolia a vysadením kvetov sa snažia skrášliť si prostredie pred zariadením. Do závesných kvetináčov vysadili muškáty.



Zdravý životný štýl.

Po prestávke v dôsledku dodržiavania vydaných hygienicko – epidemiologických opatrení proti šíreniu Corona vírusu mesto Brezno pokračuje v zariadení sociálnych služieb NDC „Lúč“ s výchovno - vzdelávacími aktivitami. Dňa 6.7.2021 prijal pozvanie p. Mgr. Pišta z príspevkovej organizácie Zdravé regióny aby porozprával a prezentoval tému zdravého životného štýlu. Na túto tému sa už toho mnoho pohovorilo a popísalo ale užitočných informácií nikdy nie je dosť. Zrozumiteľnou a zábavnou formou vysvetlil dôležitosť starostlivosti o svoje telo a zdravie. Prioritou je primeraná pohybová aktivita a to v každom veku, dostatok zdravého spánku a v neposlednom rade k tomu patrí aj zdravá strava. Pri zdravej strave je najdôležitejšia zásada pestrosť a rozmanitosť, vysvetlil čomu sa treba radšej vyhnúť a čo uprednostniť. Každý deň by

nemala chýbať v našom jedálničku zelenina a ovocie. P. Pišta upozornil na škodlivosť fajčenia a nadmernej konzumácie alkoholu. K zdravému životnému štýlu patrí aj optimizmus a dobrá nálada. Aj tu je dôležitá prevencia. O dobrú náladu sa postarali aj deti ktoré klientom zatancovali pred zariadením rómske tance.

Aj touto cestou všetkým ďakujeme p.Pišťovi aj šikovným deťom.

