

Samorządowy Dzienny Dom "Senior +" w Sulejówku
– podsumowanie działalności listopad 2023



- Początek listopada upłynął nam na wspominaniu osób, które odeszły – zwłaszcza byłych uczestników naszego Domu.
- 3 listopada odwiedził nas Antoś Bzowski, jego tata, siostra i przyjaciel. 14-letni chłopiec w maju ubiegłego roku uległ wypadkowi komunikacyjnemu na ul. Okuniewskiej w pobliżu naszej placówki. W wyniku wypadku Antoś ponad pół roku przebywał w szpitalu, aktualnie zaś przechodzi długą i mozolną rehabilitację. Chłopiec przygotował prezentację, a jego tata opowiedział o historii ich walki o życie i powrót do sprawności. Historia ta była pełna heroizmu, wiary, nadziei i mimo wszystko pozytywnego myślenia. Było to bardzo cenne i wzruszające spotkanie.
- 8 listopada obchodziliśmy Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia – rozmawialiśmy na temat zdrowego odżywiania, a w ramach warsztatów kulinarnych przygotowaliśmy zdrowe przekąski.
- Listopad to miesiąc, w którym szczególnie celebруем odzyskanie przez Polskę Niepodległości – my również tej tematyce poświęciliśmy sporo miejsca m. in. poprzez recytację patriotycznych wierszy i wspólne śpiewanie pieśni patriotycznych.
- 14 listopada obchodziliśmy Światowy Dzień Walki z Cukrzycą – w związku z tym przeprowadziliśmy wykład edukacyjny oraz quiz wiedzy nt. cukrzycy.
- 21 listopada delegacja Seniorów udała się do Warszawy na Forum Seniora. Uczestniczyliśmy w ciekawych wykładach na tematy związane zdrowiem (dieta dobra dla mózgu, profilaktyka słuchu, aktywizacja sportowa itp.), a także edukacją i bezpieczeństwem (w tym cyberbezpieczeństwem). Gościem specjalnym wydarzenia był czołowy aktor kultowego niegdyś serialu „W labiryncie” - p. Dariusz Kordek.
- 24 listopada obchodziliśmy „Dzień Pluszowego Misia” - w ramach treningu pamięci tego dnia pracowaliśmy w oparciu o postacie bajowe z „tamtych” czasów.
- 28 listopada zorganizowaliśmy w naszej placówce zabawę andrzejkową z wróżkami i tańcami. Oprawę muzyczną przygotował zaprzyjaźniony multiinstrumentalista – p. Sylwester Więckowski.
- W ramach arteterapii w listopadzie przygotowaliśmy upominki z okazji dnia pracownika socjalnego, rozpoczęliśmy także przygotowywanie ozdób zimowych i Bożonarodzeniowych. Część z nich upiększy naszą placówkę, a część zostanie przekazana w ramach upominków – na licytację dla Fundacji „Zwierzęta Sulejówka” oraz na jarmark Bożonarodzeniowy dla Fundacji „Świat Integracji”.
- Regularnie odbywają się spotkania z psychologiem oraz warsztaty muzyczne i kulinarne, a także treningi pamięci.
- Zajęcia ruchowe w okresie jesienno-zimowym koncentrują się głównie na gimnastyce grupowej na krzesłkach, którą prowadzimy prawie codziennie oraz indywidualnych zabiegach z fizjoterapeutą. Aby wprowadzić trochę ruchu w pomieszczeniu organizujemy również turnieje zręcznościowe oraz zajęcia taneczne.

Liczba uczestników: 32 osoby

Przygotowały: Joanna Kamińska, Sylwia Turowska