

- 8 września udaliśmy się do Miejskiego Domu Kultury w Sulejówku na przedstawienie teatralne „Od 1 września, czyli okupacja od kuchni” w wykonaniu aktorów Sceny Seniora.
- 17 września (sobota) pojechaliśmy do miejscowości Mrozy na Mazowiecką Sportową Senioriadę. Nasi Seniorzy brali udział w wielu dyscyplinach tj. bieg na 40 m, skok w dal, pchnięcie kulą, rzut do celu. Uczestniczyliśmy również w części kulturalno-instrumentalnej imprezy. Po powrocie wszyscy uczestnicy otrzymali pamiątkowe dyplomy i upominki książkowe.
- 30 września celebrowaliśmy „Dzień chłopaka”. Panie z tej okazji upiekły pyszne ciasto, nie zabrakło również życzeń i zabaw tematycznych.
- W ramach cyklu zajęć prezentujących ciekawe miejsca w kraju i na świecie we wrześniu udaliśmy się do Chorwacji. Poznawaliśmy kulturę, kuchnię i najsłynniejsze zabytki tego kraju. Systematyzowaliśmy również naszą wiedzę o Europie przyporządkowując europejskie stolicy do odpowiednich krajów.
- W trakcie warsztatów kulinarnych w szczególności wykorzystujemy dostępne o tej porze owoce np. jabłka, śliwki, winogrona, aronię itp. Przygotowujemy m. in. ciasta, desery, przetwory, a także kompoty.
- Dwukrotnie odbyły się warsztaty muzyczne z muzyką na żywo. Kontynuujemy opracowywanie własnego śpiewnika z wyselekcjonowanymi utworami wokalnymi.
- Korzystamy z uroków jesieni – kilkakrotnie udaliśmy się na dalsze wyjazdy w celu grzybobrania, a także bliższe spacerów do lasu oraz na działki.
- Podczas arteterapii malowaliśmy kamienie, a także przygotowywaliśmy woreczki z wypełnieniem, które zimą posłużą nam do ćwiczeń nad koordynacją i zręcznością. Rozpoczęliśmy również przygotowywanie dekoracji jesiennych m. in. materiałowe dynie oraz kompozycje kwiatowe.
- 8 września br zmarła brytyjska królowa – Elżbieta II. Aby uczcić jej pamięć poświęciliśmy całe zajęcia przybliżeniu jej sylwetki.
- W tym miesiącu tradycyjnie odbywały się zajęcia z psychologiem, a także fizjoterapeutami (głównie rehabilitacja indywidualna) oraz grupowe zajęcia pilates (zdrowy kręgosłup).
- Regularnie prowadzimy treningi pamięci (przy tablicy, grupowe i indywidualne), a także różne zajęcia rozrywkowe.
- W miesiącu wrześniu świętowaliśmy urodziny p. Heleny.

Liczba uczestników: 31 osób

Przygotowały: Joanna Kamińska, Sylwia Turowska