

- Miesiąc grudzień upłynął nam głównie pod znakiem przygotowań do świąt Bożego Narodzenia.
- 6 grudnia obchodziliśmy Mikołajki – z tej okazji nasi Seniorzy otrzymali symboliczne upominki.
- 15 grudnia w siedzibie naszej placówki odbyło się uroczyste spotkanie wigilijne, w którym wzięli udział wszyscy uczestnicy, kadra oraz zaproszeni goście. Nie zabrakło życzeń, opłatka, tradycyjnych potraw, a także życzliwych rozmów przy stole. Muzyczną oprawę kolędową zapewnił nam muzyk - pan Wojciech Karaś.
- W tym miesiącu zaplanowane było również międzypokoleniowe zdobienie pierniczków wspólnie z zaprzyjaźnionymi dziećmi ze szkoły podstawowej nr 3, jednak z powodu choroby wychowawcy spotkanie nie doszło do skutku. W ramach rekompensaty nasi Seniorzy sami przygotowali, ozdobili i zapakowali pierniczki. Następnie delegacja Seniorów udała się do szkoły i osobiście przekazała upominki. Dzieci odwdzięczyły się przekazując piękne, ręcznie wykonane karty z życzeniami.
- W grudniu bardzo dużo miejsca poświęciliśmy arteterapii. Wykonywaliśmy różne dekoracje świąteczne – część z nich ozdobiła naszą salę, część Seniorzy zabrali do swoich domów, a część przekazaliśmy naszym współpracownikom i przyjacielom. Wykonywaliśmy m.in. stroiki florystyczne, wianki świąteczne, ręcznie robione szklane bombki, choinki z włóczki i gwiazdy z papieru.
- Wielokrotnie rozmawialiśmy też o zwyczajach wigilijnych, świątecznych i noworocznych – dawniej i dziś; na Mazowszu i w innych regionach Polski; a także w kraju i za granicą.
- W ostatnich dniach roku kalendarzowego poświęciliśmy trochę czasu na rozmowy o planach i postanowieniach na nowy rok, a także czytaliśmy w horoskopach co przyniesie nam przyszłość.
- Podczas zajęć z filmoterapii w tym miesiącu oglądaliśmy film „Motyl Still Alice” reż. R. Glatzer i W. Westmoreland opowiadający kobiecie zmagającej się z chorobą Alzheimera. Po projekcji miała miejsce dyskusja o tej chorobie i jej objawach, a także wzajemne dzielenie się własnymi doświadczeniami.
- Podczas cyklicznych spotkań z psychologiem rozmawialiśmy m.in. o tym jak dbać o zdrowie fizyczne i psychiczne.
- Regularnie odbywają się indywidualne zabiegi rehabilitacyjne, a także gimnastyka grupowa „na krzeselkach”. Ze względu na warunki pogodowe czasowo zawiesiliśmy spacer i korzystanie z siłowni plenerowej.
- W tym miesiącu swoje imieniny świętowały panie Barbary oraz pani Ewa.

Liczba uczestników: 30 osób

Przygotowały: Joanna Kamińska, Sylwia Turowska