

- W kwietniu obchodziliśmy kilka świąt międzynarodowych - 8 kwietnia Dzień Sportu dla Rozwoju i Pokoju, zaś 12 kwietnia Dzień Czekolady, a 22 kwietnia – Dzień Ziemi. Z tej okazji przygotowaliśmy specjalne quizy i zagadki tematyczne.
- 16 oraz 30 kwietnia gościliśmy p. Wojciecha Karasia, który poprowadził dla nas warsztaty muzyczne. Śpiewaliśmy największe przeboje polskiej sceny rozrywkowej minionych dekad.
- 17 kwietnia delegacją Seniorów odwiedziliśmy jednego z naszych uczestników – p. Andrzeja, który przeszedł niedawno ciężką operację.
- 25 kwietnia gościliśmy p. Longinę – przedstawicielkę firmy Hartmann – producenta środków wchłaniających, która przeprowadziła wykład nt. rodzajów produktów chłonnych, udzieliła także informacji dot. refundacji tych produktów. Każdy uczestnik otrzymał również upominek.
- Podczas zajęć z psychologiem poruszono m. in. następujące tematy: „Kiedy odpuścić kontrolę i przekazać odpowiedzialność innym oraz kiedy skorzystać z ich pomocy?”, „Pasje, które w nas były, ale dotąd brakowało czasu na ich realizację”.
- W ramach cyklu „Palcem po mapie” tym razem udaliśmy się do Albanii, poznając kulturę, zwyczaje i kuchnię tego kraju.
- Podczas filmoterapii oglądaliśmy m. in. serial dokumentalny „100 lat życia: Tajemnice niebieskich stref”. Po filmie odbyła się dyskusja – o naszych sposobach na długowieczność.
- W trakcie zajęć z arteterapii wykonywaliśmy m. in. ozdoby wiosenne oraz dekoracyjne litery techniką quillingu.
- Regularnie prowadzimy treningi pamięci oraz różne ćwiczenia pobudzające wyobraźnię – nowością dla naszych Seniorów tym razem był tangram, czyli chińska łamigłówka, której celem jest odtworzenie z kilku elementów układanki określonych kształtów.
- Regularnie odbywały się również indywidualne zabiegi prowadzone przez fizjoterapeutów (raz w tygodniu) oraz grupowa gimnastyka na krzeselkach (kilka razy w tygodniu).
- Ciesząc się ładną pogodą wielokrotnie udawaliśmy się na spacer po okolicy, korzystaliśmy także z siłowni plenerowej.
- W tym miesiącu obchodziliśmy urodziny p. Krystyny oraz p. Marii.
- W kwietniu powitaliśmy w naszym gronie dwójkę nowych uczestników - p. Krystynę oraz p. Kazimierza.

Liczba uczestników: 32 osoby

Przygotowały: Joanna Kamińska, Sylwia Turowska