

- Początek września to czas kiedy w szczególności pochylamy się nad poezją patriotyczną, a także piosenkami z okresu wojennego.
- W dniu 10 września reprezentacja Seniorów udała się na piknik Senioralny organizowany w parku miejskim „Glinianki”. Podczas pikniku sprawozdanie ze swojej działalności zdała Rada Seniorów, w skład której wchodzi także reprezentantki DDS. Mieliśmy również okazję wysłuchać prelekcji druha z OSP nt. bezpieczeństwa przeciwpożarowego. Na zakończenie odbył się koncert zespołu Młodzieżówka – był to koncert pożegnalny dla założyciela grupy i akordeonisty – Roberta Lipki. Nasze Seniorki upiekły na spotkanie kilka ciast, którymi częstowały wszystkich uczestników.
- W dniu 13 września (sobota) udaliśmy się na Senioriadę Sportową w Mrozach. Nasze uczestniczki startowały w kilku kategoriach m.in. wioślarstwie na ergometrze, biegach, strzelaniu z łuku, strzelaniu z broni pneumatycznej oraz rzutach lotkami. Osoby chętne miały również możliwość skorzystania z programu artystyczno-rozrywkowego przygotowanego przez organizatorów.
- 22 września pod przewodnictwem naszej multiinstrumentalistki, rytmiczki i śpiewaczki – p. Oli Endzelm-Obertyn odbyło się muzyczne powitanie jesieni.
- 29 września gościliśmy w naszych progach p. Marka Łasisz – podróżnika i pisarza, który zaprosił nas w podróż do Grenlandii w okresie dnia polarnego. Wykład pt. „Grenlandia – zielona kraina” był pierwszym z cyklu spotkań podróżniczych.
- Podczas warsztatów kulinarnych piekliśmy ciasta na piknik senioralny, natomiast w ramach arteterapii malowaliśmy mandale.
- Regularnie prowadzimy treningi pamięci i funkcji poznawczych – grupowe i indywidualne (dostosowane do potrzeb i możliwości uczestników). Cyklicznie odbywają się również spotkania z psychologiem.
- Cieszymy się z uruchomienia pływalni miejskiej. Grupa naszych Seniorów uczęszcza na aquaerobik. Wyjazdy odbywają się co tydzień.
- W tym miesiącu zakończyliśmy (na okres jesienno-zimowy) zajęcia z pilates. W zależności od pogody udajemy się na krótkie spacer. Dbaj ac o aktywność fizyczną prowadzimy grupową gimnastykę na krzesłkach. Co tydzień Seniorzy mogą skorzystać również z rehabilitacji indywidualnej.

Liczba uczestników: 34 osoby

Przygotowały: Joanna Kamińska, Sylwia Turowska