

- 4 marca gościliśmy w naszej placówce p. Grzegorza Górskiego – warszawskiego przewodnika miejskiego i fascynata wielokulturowości. Za jego sprawą wyruszyliśmy w podróż do przedwojennej i obecnej Warszawy, zaglądając m. in. do Synagogi i sklepu koszernego, by lepiej poznać społeczność żydowską.
- Nasi panowie nie zapomnieli o świętowaniu Dnia Kobiet wręczając paniom róże, natomiast panie zrewanżowały im się słodkim upominkiem z okazji Dnia Mężczyzn.
- 16 marca za sprawą p. Aleksandry Endzelm-Obertyn kolorowo i muzycznie powitaliśmy wiosnę.
- 26 marca w naszej placówce odbyło się wspólne śniadanie Wielkanocne. Wśród zaproszonych gości znaleźli się: p. burmistrz – Arkadiusz Śliwa, radna z naszego okręgu – p. Katarzyna Stożek, p. dyrektor MOPS – Beata Kozak-Michalska oraz p. Agnieszka Kabas – z-ca dyrektora MOPS.
- 27 marca odwiedziły nas dzieci z klasy 0b z SP nr 2 w Sulejówku. Wspólnie wykonywaliśmy palmy wielkanocne, a nasze Seniorki przybliżyły najmłodszym różne tradycyjne zwyczaje związane ze świętami Wielkiej Nocy.
- W ramach wolontariatu międzypokoleniowego nasi Seniorzy uszyli chusty dla harcerzy z 21 DH w Sulejówku.
- Podczas zajęć poruszaliśmy m. in. następujące tematy „Dzień staroci – święto nostalgii i odkrywania starych przedmiotów”, „Kobiety, które zmieniły świat”. Regularnie odbywały się również dyskusje z psychologiem.
- W ramach arteterapii wykonywaliśmy ozdoby wiosenne oraz wielkanocne np. zajaczkę ze styropianu, utwardzane gipsem i zdobione metodą decoupage. Zostaliśmy również zaproszeni do stworzenia wspólnego projektu artystycznego wspólnie z Seniorami z ośrodka Marianna w Majdanie, w ramach którego nasze panie wykonały kilkadziesiąt kwiatków na szydełku.
- Podczas warsztatów kulinarnych przygotowaliśmy potrawy, które stanęły na naszym wspólnym stole podczas spotkania Wielkanocnego – ciasta, sałatki itp.
- Marcowa pogoda pozwoliła nam ponownie zacząć korzystać ze spacerów oraz ćwiczeń na siłowni plenerowej. Poza tym w dalszym ciągu prowadzimy gimnastykę grupową na krzeselkach, gimnastykę z użyciem taśm oraz fizjoterapię indywidualną.
- Cyklicznie prowadzimy treningi funkcji poznawczych oraz ćwiczenia pamięci – zarówno na forum całej grupy, w małych grupkach lub parach, a także indywidualnie.
- W tym miesiącu obchodziliśmy imieniny dwóch pań Krystyn oraz urodziny pana Wincentego.

Liczba uczestników: 32 osoby

Przygotowały: Joanna Kamińska, Sylwia Turowska