Samorządowy Dzienny Dom "Senior +" w Sulejówku
– podsumowanie działalności - wrzesień 2026

- 7-go września wzięliśmy udział w finale XV edycji Narodowego Czytania. W tym roku czytane były fragmenty drugiej części „Dziadów" Adama Mickiewicza. Wydarzenie to obchodziliśmy we współpracy z podopiecznymi zaprzyjaźnionego całodobowego ośrodka „Marianna" w Majdanie oraz Seniorów z Dziennego Domu Seniora w Woli Karczewskiej. Za przygotowanie spotkania odpowiadały panie z Biblioteki Publicznej w Wiązownie. Nasze Seniorki aktywnie włączyły się w czytanie wybranych fragmentów.
- 14-go września odbyły się pierwsze powakacyjne warsztaty muzyczne prowadzone przez rytmiczkę i multiinstrumentalistkę – p. Aleksandrę Endzelm-Obertyn.
- Wykorzystując ładną jesienną pogodę ostatniego września udaliśmy się na wycieczkę do „Stajni Szlacheckiej" w Długiej Szlacheckiej gdzie zorganizowaliśmy ognisko z pieczeniem kiełbasek. Mieliśmy też możliwość obcowania z koniami, a właściciel opowiedział podstawowe informacje o pielęgnacji koni, ich ujeżdżaniu, rodzajach siodeł itp. Tego samego dnia udaliśmy się również na premierowy pokaz filmu „Lalka" w reż. Macieja Kowalskiego do naszego lokalnego „Teatr-Kino Kurtyna".
- w ramach warsztatów kulinarnych przygotowaliśmy tradycyjną babkę ziemniaczaną oraz powidła śliwkowe.
- Regularnie prowadzimy gimnastykę grupową na krzesełkach (z przyrządami lub bez) oraz fizjoterapię indywidualną. Cyklicznie odbywają się również treningi funkcji poznawczych i ćwiczenia pamięci – zarówno na forum całej grupy, w małych grupkach lub parach, a także indywidualnie. Raz w tygodniu odbywają się również grupowe spotkania z psychologiem.
- Podczas filmoterapii oglądaliśmy film z gatunku komedii kryminalnych pt. „Czwartkowy Klub zbrodni" oraz film przyrodniczy Davida Attenborougha pt. „Życie w kolorze".
- Nasi Seniorzy aktywnie włączyli się w głosowanie na projekty zgłoszone do Budżetu Obywatelskiego. Każdy Senior oddał głos na wybrany projekt.
- W tym miesiącu obchodziliśmy urodziny p. Małgosi oraz p. Wiesława.
- We wrześniu do naszego grona dołączyło dwóch nowych uczestników – panowie Wiesław i Jan.

Liczba uczestników: 30 osób

Przygotowały: Joanna Kamińska, Sylwia Turowska