**Samorządowy Dzienny Dom "Senior +" w Sulejówku**

**– podsumowanie działalności maj 2021**

* Od 4 maja stacjonarna działalność placówki po okresie zawieszenia spowodowanego pandemią została wznowiona.
* Ok 90% uczestników zdecydowało się na powrót do placówki, większość z nich jest już zaszczepiona – 1 lub 2 dawkami szczepionki przeciwko Covid-19.
* Wolontariat: w niedzielę 9 maja na terenie naszej placówki prowadzona była zbiórka artykułów dla zwierząt z Sulejówka (schronisko prowadzone przez lokalną wolontariuszkę). Akcję prowadzili harcerze ze szczepu nr 2 w Sulejówku. Informacje o zbiórce zostały rozpowszechnione na terenie miasta. Uzbierano ok 20 kg karmy mokrej, ok 30 kg karmy suchej, ok. 20 koców i kilkadziesiąt podkładów wchłaniających. Zbiórka będzie miała charakter cykliczny.
* Celebrowaliśmy następujące święta okolicznościowe: 3 maj – Święto Konstytucji, 26 maj – Dzień Matki, imieniny p. Stanisławy.
* 17 maja do naszego zespołu dołączył pracownik socjalny.
* 20 maja dwoje naszych uczestników – p. Krystyna oraz p. Jan przeprowadzili prelekcję nt. Stanów Zjednoczonych połączoną z pokazem zdjęć.
* 25 maja odbyła się wycieczka do kaplicy sióstr zakonnych w Sulejówku, w której odprawiono mszę św. w intencji niedawno zmarłej uczestniczki naszego domu – p. Danuty. Po mszy miało miejsce zwiedzanie przyklasztornych ogrodów. Przygotowaliśmy również prezentację zdjęć poświęconą zmarłej.
* Podczas zajęć z psychologiem w szczególności zostały poruszone następujące tematy: sposoby radzenia sobie z lękiem związanym z epidemią oraz techniki relaksacji i medytacji.
* Podczas zajęć z arteterapii wykonywaliśmy m.in. kwiaty z bibuły oraz origami.
* Podczas zajęć z muzykoterapii szczególnie wspominaliśmy niedawno zmarłego ś.p. Krzysztofa Krawczyka.
* Podczas zajęć z filmoterapii oglądaliśmy m.in. film przyrodniczy „Życie ptaków” oraz dokumentalny „Wenecja”.
* Rehabilitacja grupowa oraz indywidualna była prowadzona zgodnie z ustalonym harmonogramem. Poza ćwiczeniami prowadzonymi przez rehabilitantów regularnie wychodziliśmy na spacery oraz prowadziliśmy ćwiczenia ogólnousprawniające, oddechowe oraz poprawiające motorykę małą.
* Poza regularnymi treningami pamięci, ćwiczeniami, grami zespołowymi, dyskusjami miały miejsce różne aktywności tematyczne np. wspólne sadzenie kwiatów.
* Wszystkim chętnym Seniorom pomagaliśmy w dokonaniu samospisu internetowego w Narodowym Spisie Powszechnym.

liczba uczestników: 22 osoby

Przygotowała: Joanna Kamińska

*Zadanie współfinansowane ze środków Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej w ramach Programu Wieloletniego SENIOR + na lata 2021 - 2025*