

Czas podsumowań...

Podsumowaliśmy cykl spotkań z Panią psycholog Magdaleną Fajkowską, pełne energii muzykowanie z Panem Maciejem Pasternakiem oraz zajęcia z fizjoterapeutą Panem Rafałem Korzenieckim.

Pani Magda jest z nami od samego początku – już piąty turnus! Towarzyszy nam zarówno w radosnych, jak i smutnych momentach. Pomaga seniorom radzić sobie z samotnością i zmianami, dbać o własny dobrostan, a także przetrwać trudny czas, zwłaszcza po stracie bliskich.

Nieocenione są również spotkania z Panem Maciejem, które wprowadzają uczestników w dobry nastrój, relaksują, integrują i aktywizują poprzez wspólne, różnorodne muzykowanie.

Zaś regularne, cotygodniowe zajęcia z Panem Rafałem pozwalają seniorom utrzymać formę. Pod okiem specjalisty seniorzy poprawiają sprawność ruchową, zyskują pewność siebie w codziennych czynnościach oraz otrzymują cenne porady, jak dbać o zdrowie.

Dziękujemy za te ostatnie 11 miesięcy i za wyjątkową, ciepłą atmosferę, którą jako prowadzący współtworzyliście. Do zobaczenia w kolejnym turnusie!!!