

Maj 2026 w DDP Skoczylasa

BIO w ZOO

Maj rozpoczęliśmy wyjątkowym wydarzeniem – seniorzy z Dziennego Domu Pomocy przy ul. Skoczylasa 8 wzięli udział w warsztatach „BIO w ZOO”, przygotowanych przez Wrocławskie Centrum Rozwoju Społecznego, spółkę Ekosystem oraz ZOO Wrocław.

Już od pierwszych chwil spotkania dało się wyczuć ogromne zainteresowanie tematyką dobrych nawyków ekologicznych i troski o czyste sąsiedztwo. Seniorzy aktywnie uczestniczyli w rozmowach, zadawali pytania i dzielili się własnymi doświadczeniami. Warsztaty okazały się nie tylko źródłem wiedzy, ale też inspiracją do codziennych zmian. Seniorzy podkreślali, że dzięki zajęciom lepiej rozumieją zasady zarządzania domowymi odpadami, a wiele dotychczasowych wątpliwości zostało rozwianych. Każdy uczestnik otrzymał praktyczny plecak–torbę z edukacyjnymi broszurami oraz igłą i nitką – symbolicznym zaproszeniem do naprawiania zamiast wyrzucania. Po części edukacyjnej seniorzy udali się na spacer po ZOO Wrocław i imponującym Afrykarium. Wspólne zwiedzanie, rozmowy sprawiły, że dzień zakończył się w wyjątkowo radosnej atmosferze.

Koncert zespołu Demolo z okazji Dnia Matki

Maj w naszym domu nie mógł obyć się bez kolejnego spotkania z zespołem Demolo, który od lat zachwyca

naszych seniorów.

Artyści po raz kolejny udowodnili, że ich muzyka ma niezwykłą moc – potrafi poruszyć, wzruszyć i dodać energii. Mocny wokół, piękne brzmienia instrumentów i profesjonalne wykonanie sprawiły, że seniorzy słuchali z zachwytem, a wielu z nich nie kryło emocji. Zespół Demolo jest u nas częstym gościem, każda ich wizyta jest inna – pełna świeżości, nowych interpretacji i wyjątkowej energii. Seniorzy długo wspominali ten koncert, dzieląc się wrażeniami jeszcze wiele dni później.

Prelekcja pana Wojciecha Macha

13 maja w Dziennym Domu Pomocy przy ul. Skoczylasa odbyła się pełna wspomnień i dobrego humoru prelekcja Wojciecha Macha.

Seniorzy wysłuchali opowieści o przeboju „Trzynastego” Kasi Sobczyk oraz historii jej kariery, a następnie poznali losy pierwszego wrocławskiego taksówkarza, Longina Korzeniowskiego, oglądając fragment filmu o nim. Duże zainteresowanie wzbudziła część dotycząca epidemii ospy we Wrocławiu w 1963 roku oraz prezentacja filmów pokazujących Wrocław od 1945 roku aż po przełom lat 80. i 90. Seniorzy chętnie dzielili się własnymi wspomnieniami i refleksjami. Wiele emocji wywołał film o ulubionych daniach PRL-u, który przerodził się w długą, żywą dyskusję o smakach tamtych lat i codziennych zwyczajach. Całość stała się piękną sentymentalną podróżą do PRL-u. Spotkanie zakończyły mini skecze, zabawne scenki i dowcipy przygotowane przez pana Wojciecha, które wprowadziły wszystkich w doskonały nastrój. Prelekcja ponownie okazała się wartościowym, integrującym i pełnym ciepła wydarzeniem dla naszych seniorów.

Koncert Zbigniewa Ciesielskiego z okazji Dnia Matki

W naszym domu odbył się niezwykle poruszający koncert Zbigniewa Ciesielskiego.

Od pierwszych dźwięków było jasne, że to wydarzenie na długo pozostanie w pamięci seniorów. Pan Zbigniew stworzył atmosferę pełną ciepła, nostalgii i wdzięczności. Jego interpretacje znanych utworów przenosiły słuchaczy w świat wspomnień, a wiersze o matce, recytowane przez panią Halinkę Kuśmierz, wprowadziły wszystkich w głęboki, refleksyjny nastrój. Seniorzy słuchali w skupieniu, a w wielu oczach pojawiły się łzy wzruszenia. To był dzień, w którym muzyka połączyła pokolenia, a wspomnienia o matkach stały się wspólnym, pięknym doświadczeniem.

Spotkanie ze Strażą Miejską – prelekcja st. insp. Pawła Grąbczewskiego

W maju odbyło się także ciekawe spotkanie ze st. insp. Pawłem Grąbczewskim ze Straży Miejskiej.

Seniorzy poznali kulisy przygotowań miasta do obchodów Dnia Dziecka oraz zasady bezpieczeństwa w przestrzeni publicznej. Prelegent w przystępny sposób opowiadał o codziennej pracy strażników, wyzwaniach i działaniach podejmowanych na rzecz mieszkańców. Seniorzy z zainteresowaniem oglądali zdjęcia, zadawali pytania i dzielili się własnymi doświadczeniami. Takie spotkania są niezwykle wartościowe – poszerzają wiedzę i wzmacniają poczucie bezpieczeństwa.

Akademia z okazji Dnia Matki – 26 maja

26 maja w Dziennym Domu Pomocy odbyła się uroczysta akademia, która zgromadziła seniorów w odświeżonej, pełnej wzruszeń atmosferze.

Przy nastrojowej muzyce odczytywane były wspomnienia i wiersze znanych autorów. Seniorzy prezentowali je z ogromną powagą i szacunkiem, a każde słowo niosło ze sobą emocje, pamięć i wdzięczność. Ostatnim akcentem wydarzenia był wspólny śpiew piosenek o matce. W sali panowała atmosfera pełna ciepła, zadumy i bliskości. To spotkanie przypomniało wszystkim, jak ważne są chwile, które pozwalają zatrzymać się, pomyśleć i poczuć wdzięczność.

Warsztaty robienia wianków – Szkoła Podstawowa nr 51

Wiosenne warsztaty robienia wianków zamieniły nasz dom w prawdziwą, pachnącą łąkę.

Seniorzy, dzieci z klasy 3 SP nr 51 oraz pracownicy przynieśli polne kwiaty, które wypełniły salę kolorami i zapachami. Wspólne plecenie wianków było nie tylko twórcze, ale też pełne radości, rozmów i wzajemnej pomocy. Seniorzy z zaangażowaniem uczyli dzieci, dzieląc się swoimi umiejętnościami. Współpraca międzypokoleniowa przyniosła wszystkim ogrom satysfakcji. Na zakończenie dzieci otrzymały słodki poczęstunek, który był miłym zwieńczeniem tego barwnego popołudnia.

Warsztaty string-art na Osiedlowym Dniu

Dziecka

30 maja podczas osiedlowych obchodów Dnia Dziecka przy Zespole Szkół nr 21 zorganizowaliśmy kreatywne zajęcia z techniki string-art dla dzieci oraz dorosłych.

Nasze stoisko cieszyło się dużym zainteresowaniem – uczestnicy chętnie tworzyli własne kompozycje z nici, a także podziwiali mini-galerię prac seniorów, przygotowanych podczas zajęć w Dziennym Domu Pobytu przy ul. Skoczylasa. Wydarzenie było doskonałą okazją do wspólnej zabawy, integracji i promocji twórczej aktywności naszych seniorów.

Majowe zajęcia terapii zajęciowej

Maj był miesiącem pełnym twórczej energii.

Seniorzy uczestniczyli w trzech różnorodnych blokach zajęciowych, podczas których powstawały kolorowe rybki, łódeczki z orzechów. papierowe kwiaty oraz dekoracyjna łódź – elementy, które już wkrótce ozdobią nasz dom. Nie zabrakło ćwiczeń wspierających sprawność i koncentrację – seniorzy praktykowali kinezylogię edukacyjną, śpiewali i brali udział w zajęciach ruchowych. Korzystając z pięknej pogody, część spotkań odbyła się w ogrodzie, gdzie wśród zieleni prowadziliśmy muzykoterapię i ćwiczenia na świeżym powietrzu. To był czas pełen kreatywności, ruchu i wspólnego działania.

Występ dzieci ze Szkoły Podstawowej nr 95

Dzień później, 27 maja, nasz dom odwiedziły dzieci ze Szkoły Podstawowej nr 95, które przygotowały dla seniorów wyjątkowy program artystyczny.

Były piosenki, wiersze i tańce – pełne radości, spontaniczności i dziecięcej energii. Seniorzy reagowali uśmiechem, wzruszeniem i ogromną sympatią. Spotkania międzypokoleniowe mają w sobie coś niezwykłego – dodają seniorom sił, przynoszą mnóstwo pozytywnej energii. Dziękujemy nauczycielkom za przygotowanie dzieci i stworzenie atmosfery pełnej ciepła i serdeczności.

Zajęcia terapeutyczne

Kulinarne inspiracje seniorów

W naszym domu regularnie odbywają się treningi z samoobsługi, podczas których seniorzy rozwijają swoje umiejętności kulinarne. Wspólnie przygotowują placki ziemniaczane, desery, ciasta i kolorowe galaretki. To nie tylko nauka gotowania, ale także forma terapii – wspólne przygotowywanie potraw wzmacnia sprawność manualną, pamięć, samodzielność i daje seniorom ogrom satysfakcji. Zapachy unoszące się w sali tworzą domową atmosferę, a rozmowy przy pracy sprawiają, że zajęcia stają się czasem integracji i radości.

Zajęcia z psychologiem

W maju w Dziennym Domu Pomocy realizowano cykl warsztatów psychologicznych ukierunkowanych na stymulację funkcji poznawczych, poszerzanie wiedzy o świecie oraz wspieranie aktywności społecznej uczestników. Zajęcia miały na celu rozwijanie pamięci, koncentracji, umiejętności językowych oraz zachęcanie do wymiany doświadczeń i wspólnej refleksji. Miesiąc rozpoczął warsztat pod tytułem „Europa”, podczas którego uczestnicy mieli okazję poszerzyć swoją wiedzę na temat krajów europejskich, ich kultury oraz charakterystycznych cech. Zajęciom towarzyszyły ćwiczenia polegające na przypominaniu słów należących do określonych

kategorii, quizy tematyczne, zadania słowotwórcze oraz dyskusje grupowe. Ważnym elementem spotkania była także praca w zespołach, podczas której uczestnicy planowali wycieczkę zgodnie z określonymi wytycznymi. Ćwiczenie to rozwijało umiejętność współpracy, planowania oraz logicznego myślenia, jednocześnie wspierając funkcje poznawcze. Kolejny warsztat poświęcony został tematyce odpadów i ekologii. Uczestnicy mieli możliwość pogłębienia wiedzy na temat segregacji śmieci, ochrony środowiska oraz codziennych działań wspierających zrównowagony rozwój. Spotkaniu towarzyszyły dyskusje, materiał filmowy oraz quiz sprawdzający zdobytą wiedzę. Realizowano również ćwiczenia słowne i poznawcze wspierające pamięć, koncentrację oraz sprawność językową. Dużym zainteresowaniem cieszył się również warsztat pod tytułem „Słowianie i mity słowiańskie”. Uczestnicy poznawali dawne wierzenia, legendy oraz postacie występujące w mitologii słowiańskiej. Tematyka zajęć stała się inspiracją do licznych rozmów i wymiany skojarzeń. Podobnie jak podczas wcześniejszych spotkań, realizowano zadania rozwijające zasób słownictwa, ćwiczenia słowotwórcze, quizy oraz aktywności wspierające pamięć i uwagę.

W maju odbył się również warsztat poświęcony Korei Południowej. Uczestnicy mogli zapoznać się z wybranymi elementami kultury, tradycji i współczesnego życia mieszkańców tego kraju. Spotkanie stanowiło okazję do poznawania odmiennych zwyczajów oraz poszerzania wiedzy o świecie. Dodatkowo realizowano ćwiczenia poznawcze wspierające koncentrację, pamięć oraz elastyczność myślenia. Istotnym elementem pracy psychologicznej były także indywidualne konsultacje i spotkania z psychologiem, podczas których uczestnicy mogli omówić nurtujące ich trudności, podzielić się bieżącymi doświadczeniami oraz uzyskać wsparcie w bezpiecznej i poufnej atmosferze. Wszystkie zajęcia przebiegały w atmosferze wzajemnego szacunku, zaangażowania i współpracy. Podejmowane aktywności wspierały aktywizację uczestników, wzmacniały ich samodzielność oraz stwarzały okazję do

rozwijania kompetencji poznawczych i społecznych.

Zajęcia z fizjoterapeuta

W maju seniorzy aktywnie uczestniczyli w grupowych zajęciach ogólnousprawniających i kinezyterapii indywidualnej. Program ćwiczeń był dostosowany do możliwości funkcjonalnych uczestników oraz ukierunkowany na poprawę sprawności ruchowej, koordynacji, równowagi, siły mięśniowej i ogólnej wydolności organizmu. Podczas zajęć wykorzystywano różnorodne akcesoria, takie jak mini balance ball, dyski sensomotoryczne, taśmy oporowe oraz piłki gimnastyczne. Ćwiczenia były realizowane z zachowaniem zasad bezpieczeństwa i z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb seniorów. Uzupełnieniem działań ruchowych były pogadanki prozdrowotne, podczas których poruszano zagadnienia związane z profilaktyką zdrowotną.

Seniorzy wykazywali zaangażowanie w realizowane zajęcia, chętnie uczestniczyli w proponowanych formach aktywności oraz systematycznie podejmowali działania wspierające utrzymanie sprawności i dobrej jakości życia.

Kwiecień 2026 w DDP Skoczylasa

Kwiecień w Dziennym Domu Pomocy przy ulicy Skoczylasa 8 upłynął pod znakiem intensywnej aktywności, twórczych zajęć i wyjątkowych spotkań.

Nasi seniorzy uczestniczyli w wielu wydarzeniach, które nie tylko rozwijały ich pasje i umiejętności, ale także dostarczały radości, wzruszeń.

Każdy dzień przynosił nowe doświadczenia – od warsztatów artystycznych, przez koncerty i prelekcje, aż po wyjazdy w poszukiwaniu wiosny.

Wszystkie te działania tworzą bogaty i barwny obraz życia naszego domu, w którym seniorzy mogą aktywnie spędzać czas, rozwijać swoje zainteresowania i czerpać pozytywną energię z kontaktu z ludźmi oraz otaczającym światem.

Spotkanie wielkanocne

W naszym Dziennym Domu Pomocy odbył się uroczysty obiad wielkanocny dla seniorów. Jak co roku uczestnicy zasiedli do wspólnego stołu w ciepłej, świątecznej atmosferze.

Podczas spotkania przeprowadzono biblioterapię poświęconą tradycjom wielkanocnym, dzięki czemu seniorzy mogli ponownie przypomnieć sobie zwyczaje związane z tym wyjątkowym czasem.

Tradycyjnie nasz dom odwiedził również proboszcz parafii w Leśnicy, ks. Rafał Cyfka, który jak zawsze pięknie rozpoczął wspólną uroczystość. Jego słowa poruszyły naszych seniorów i wprowadziły ich w pozytywny, świąteczny nastrój.

Nie zabrakło także części artystycznej. Głównymi gośćmi byli pani Emilia Jałowiecka wraz z mężem, którzy umilili czas swoim śpiewem, tworząc piękny i nastrojowy klimat. Obecna była również pani dyrektor Milena Blabuś, która złożyła seniorom serdeczne życzenia oraz wręczyła świąteczne kartki. W tym wyjątkowym dniu gościliśmy także panią Mariolę Mazurek-Pawełek, prezes Fundacji NSIP Wrocław oraz konsultantkę MCUS Wrocław. Jej obecność była dla nas ogromnym wyróżnieniem – pani Mariola spędziła ten czas razem z naszymi seniorami, uczestnicząc w uroczystym obiedzie i dzieląc z nami świąteczną atmosferę.

Czas upłynął w wyjątkowej, pełnej życzliwości atmosferze. Takie miejsca i takie uroczystości sprawiają, że nasi seniorzy czują się naprawdę wyjątkowo.

Koncert – Leszek Kopeć

14 kwietnia w naszym Dziennym Domu Pomocy odbył się wyjątkowy koncert pana Leszka Kopcia, znanego artysty, wokalisty oraz wieloletniego radiowca związanego z Radiem Wrocław.

Pan Leszek od 1989 roku prowadzi kultową, nocną audycję „*Muzyczna cyganeria*”, poświęconą piosence autorskiej, poetyckiej i turystycznej. Jest również twórcą internetowego Radia Muzyczna Cyganeria oraz autorem nagrań, m.in. kasety *Dla ciebie* i płyty *Turystycznie*.

Jego występ w naszym domu był prawdziwą ucztą dla duszy. Ciepły, pełen emocji wokal, połączony z poczuciem humoru i naturalną sceniczną swobodą, wprowadził wszystkich w zachwyt. Seniorzy słuchali z ogromnym wzruszeniem, a muzyka niosła ze sobą głębię przeżyć, której nie da się opisać słowami.

Atmosfera koncertu była niezwykle nastrojowa – pełna refleksji, uśmiechu i pięknych emocji. Pan Leszek stworzył przestrzeń, w której każdy mógł na chwilę zatrzymać się,

wsluchać w muzykę i poczuć coś wyjątkowego.

Występ chóru Bakara

17 kwietnia w naszym domu odbył się koncert chóru Bakara.

Skoczne melodie i pełne energii wykonania szybko porwały naszych seniorów do ruchu. Radosna muzyka wypełniła całą salę, a uśmiechy i spontaniczne kołysanie się w rytm utworów stworzyły wyjątkowo pogodną atmosferę.

Warsztaty ze Szkołą Mundurową

23 kwietnia ponownie gościliśmy młodzież ze Szkoły Mundurowej, która wzięła udział w zajęciach z ludoterapii razem z naszymi seniorami.

Wspólnie oddawali się grom stolikowym, które nie tylko dostarczają rozrywki, ale także wspierają koncentrację, pamięć i logiczne myślenie – zarówno u młodszych, jak i starszych uczestników.

Podczas zajęć toczyły się żywe rozmowy, pełne śmiechu i wzajemnej ciekawości. Wspólna gra sprzyjała integracji, budowaniu relacji i przełamywaniu pokoleniowych barier. Seniorzy z radością angażowali się w każdą aktywność, a obecność młodzieży dodawała im energii i poczucia wartości.

Takie spotkania międzypokoleniowe są prawdziwą „witaminą długowieczności” – niosą uśmiech, wzmacniają więzi i pokazują, jak wiele możemy sobie nawzajem dać.

Kwitnące wiśnie w Alei Sakur

17 kwietnia nasi seniorzy wyruszyli w poszukiwaniu wiosny.

17 kwietnia nasi seniorzy wyruszyli w poszukiwaniu wiosny. Celem wyjazdu był Park Szczytnicki, gdzie wzdłuż Alei Sakur zakwitły już przepiękne wiśnie. Ten wyjątkowy widok stał się idealną okazją do spaceru, relaksu i kontaktu z budzącą się do życia naturą.

Seniorzy z zachwytem podziwiali delikatne, różowe kwiaty, wsłuchując się jednocześnie w śpiew ptaków i ciesząc się ciepłymi promieniami słońca. Spacer wśród kwitnących drzew przyniósł wszystkim dużo spokoju, radości i wytchnienia.

Szkolenie z cyfryzacji

16 kwietnia nasi seniorzy wzięli udział w szkoleniu z zakresu cyfryzacji. Spotkanie było poświęcone przede wszystkim zagrożeniom związanym z korzystaniem z telefonów komórkowych oraz internetu.

Uczestnicy dowiedzieli się, jak bezpiecznie poruszać się w sieci, na co zwracać uwagę oraz gdzie klikać, aby uniknąć niebezpiecznych sytuacji.

Podczas zajęć omówiono również najczęściej spotykane próby oszustw internetowych, fałszywe wiadomości SMS, niebezpieczne linki oraz sposoby rozpoznawania podejrzanych treści. Seniorzy mieli możliwość zadawania pytań i dzielenia się własnymi doświadczeniami, co sprawiło, że szkolenie stało się nie tylko edukacyjne, ale także bardzo praktyczne.

Na zakończenie każdy uczestnik otrzymał zaświadczenie potwierdzające ukończenie szkolenia. Seniorzy podkreślali, że zdobyta wiedza poszerzyła ich horyzonty, zwiększyła pewność

siebie w korzystaniu z nowych technologii i pozwoliła lepiej zrozumieć cyfrowy świat, który ich otacza.

Wyjście do Ogrodu Botanicznego

22 kwietnia wyruszyliśmy kolejny raz śladami wiosny, tym razem do Wrocławskiego Ogrodu Botanicznego.

To miejsce o tej porze roku zachwyca wyjątkową feerią barw, a nasi seniorzy mogli nacieszyć oczy kwitnącymi magnoliami, różnorodnymi gatunkami tulipanów oraz intensywnie niebieskimi szafirkami, które tworzyły prawdziwie bajkowy krajobraz.

Spacer wśród kwiatów, na tle majestatycznej wrocławskiej katedry, był dla wszystkich chwilą wytchnienia i zachwytu. Seniorzy, siedząc na ławeczkach w ciepłych promieniach słońca, podziwiali przepiękne widoki i chłonęli atmosferę budzącej się do życia natury. Kontakt z tak piękną przyrodą pobudza do życia, dodaje energii i poprawia samopoczucie – co było wyraźnie widać po naszych seniorach. Wiosna naprawdę potrafi działać cuda.

Prelekcje – Wojciech Mach

W kwietniu odbyły się dwie prelekcje z udziałem Wojciecha Macha, znanego wrocławskiego wodzireja, który od lat dzieli się swoją wiedzą i pasją z seniorami naszego Dziennego Domu Pomocy.

Jego spotkania zawsze cieszą się dużym zainteresowaniem, a sposób, w jaki opowiada o tradycjach i historii, sprawia, że uczestnicy słuchają z ogromną uwagą.

Podczas pierwszej prelekcji tematem przewodnim były tradycje wielkanocne. Pan Wojciech przypomniał zwyczaje związane ze świętami, opowiedział o dawnych obrzędach oraz o tym, jak kiedyś we Wrocławiu obchodzono Lany Poniedziałek – pełen radości, zabawy i lokalnych tradycji.

Drugie spotkanie poświęcone było świętom majowym. Pan Wojciech barwnie opowiadał o historii i znaczeniu tych dni, o dawnych sposobach ich celebrowania oraz o tym, jak zmieniały się na przestrzeni lat. Jego opowieści, pełne ciekawostek i anegdot, wprowadziły seniorów w atmosferę nadchodzących majowych uroczystości.

Obie prelekcje były nie tylko źródłem wiedzy, ale także okazją do rozmów, wspomnień i refleksji. Seniorzy podkreślali, że spotkania z panem Wojciechem zawsze wzbogacają ich o nowe informacje i pozostawiają w dobrym nastroju.

Akademia z okazji Świąt Majowych

30 kwietnia w naszym domu odbyła się uroczysta Akademia z okazji Świąt Majowych.

To wydarzenie stało się już naszą tradycją, a seniorzy z dumą i zaangażowaniem celebrują w ten sposób swój patriotyzm. Przygotowania rozpoczęły się od wspólnego wywieszania flag oraz dekorowania sali w barwach narodowych. Uroczystość wypełniły pieśni patriotyczne, które nasi seniorzy śpiewali z wielkim wzruszeniem. Nie zabrakło również biblioterapii patriotycznej, podczas której przypomniano najważniejsze wydarzenia historyczne .

Całość odbyła się w podniosłej, pełnej szacunku atmosferze. Seniorzy podkreślali, że takie spotkania wzmacniają poczucie wspólnoty, budzą dumę i pozwalają na chwilę refleksji nad wartościami, które są dla nas wszystkich ważne.

Szkolenie z cyfryzacji

16 kwietnia nasi seniorzy wzięli udział w szkoleniu z zakresu cyfryzacji. Spotkanie było poświęcone przede wszystkim zagrożeniom związanym z korzystaniem z telefonów komórkowych oraz internetu.

Uczestnicy dowiedzieli się, jak bezpiecznie poruszać się w

sieci, na co zwracać uwagę oraz gdzie klikać, aby uniknąć niebezpiecznych sytuacji.

Podczas zajęć omówiono również najczęściej spotykane próby oszustw internetowych, fałszywe wiadomości SMS, niebezpieczne linki oraz sposoby rozpoznawania podejrzanych treści. Seniorzy mieli możliwość zadawania pytań i dzielenia się własnymi doświadczeniami, co sprawiło, że szkolenie stało się nie tylko edukacyjne, ale także bardzo praktyczne.

Na zakończenie każdy uczestnik otrzymał zaświadczenie potwierdzające ukończenie szkolenia. Seniorzy podkreślali, że zdobyta wiedza poszerzyła ich horyzonty, zwiększyła pewność siebie w korzystaniu z nowych technologii i pozwoliła lepiej zrozumieć cyfrowy świat, który ich otacza.

Zajęcia terapeutyczne

Zajęcia z terapeutą zajęciowym

Kwiecień w naszym Dziennym Domu Pomocy upłynął pod znakiem twórczej pracy, ćwiczeń rozwijających sprawność manualną oraz zajęć pobudzających wyobraźnię i pamięć. Każdy dzień przynosił nowe aktywności, a seniorzy z zaangażowaniem uczestniczyli w proponowanych formach terapii. W pierwszych tygodniach miesiąca sala wypełniła się kolorami, gdy seniorzy tworzyli motyle z masy plastycznej. Ugniatanie, formowanie i dekorowanie figurek było nie tylko świetną zabawą, ale także doskonałym treningiem motoryki małej. W powietrzu unosił się zapach masy, a stoły wypełniały się barwnymi pracami, które od razu wprowadzały w wiosenny nastrój. Podczas kolejnych zajęć uczestnicy czytali krótkie opowiadania, a następnie malowali ich dalszy ciąg. Ta forma pracy pobudzała kreatywność, uczyła interpretacji tekstu i zachęcała do opowiadania własnych historii. Seniorzy chętnie prezentowali swoje prace, dzieląc się pomysłami i wspomnieniami. W kwietniu nie zabrakło również

zajęć o charakterze edukacyjnym. Seniorzy poznawali kraje świata, ich symbole, tradycje i ciekawostki. Czytane teksty stawały się inspiracją do tworzenia prac plastycznych, które odzwierciedlały kulturę danego miejsca. Wspólne rozmowy o podróżach i marzeniach dodatkowo ożywiały atmosferę. Wiosenny klimat sprzyjał także tworzeniu kwiatowych girland. Wycinanie, składanie i komponowanie elementów wymagało precyzji i skupienia, ale efekty były zachwycające – delikatne, kolorowe ozdoby zdobiły później salę, wprowadzając do niej lekkość i świeżość. Na sali gimnastycznej odbywały się zajęcia z kinezylogii edukacyjnej metodą Dennisona, które łączyły ruch, koordynację i ćwiczenia wspierające koncentrację. Seniorzy z entuzjazmem wykonywali kolejne zadania, a muzyka dodawała energii i zachęcała do aktywności. Nie zabrakło również zabaw ruchowych przy muzyce, które wywoływały uśmiech i rozluźnienie. Wspólne tańce i rytmiczne ćwiczenia integrowały grupę i wprowadzały dużo radości. W ramach zajęć literackich seniorzy pisali opowiadania o najzabawniejszych historiach ze swojego życia. Te pełne humoru i ciepła wspomnienia wywoływały śmiech całej grupy i pozwalały lepiej poznać siebie nawzajem. W kwietniu pojawiła się także praca metodą kleju na gorąco, dzięki której powstawały drobne dekoracje i ozdoby wymagające precyzji i cierpliwości. Całość dopełniała biblioterapia, w której inspiracją do rozmów była kartka z kalendarza – cytaty, myśl lub krótkie hasło stawało się punktem wyjścia do refleksji, dyskusji i wymiany doświadczeń.

Kwietniowe zajęcia były pełne barw, ruchu, kreatywności i dobrej energii. Seniorzy aktywnie uczestniczyli w każdej formie terapii, a ich zaangażowanie i radość z wykonywanych zadań pokazują, jak ważne i wartościowe są takie codzienne spotkania.

Zajęcia z psychologiem

W kwietniu w Dziennym Domu pomocy realizowano cykl warsztatów psychologicznych ukierunkowanych na wsparcie aktualnej wiedzy i jej rozwój, a także pogłębienie otwartości na nowe oraz

stymulację funkcji poznawczych u klientów ośrodka. Miesiąc rozpoczął film pod tytułem *Jak Breslau stał się Wrocławiem*. Gdzie klienci mogli zapoznać się z historią miast, w którym żyją, gdzie mogli dzielić się własnymi, czasem trudnymi doświadczeniami co pogłębiało integrację w grupie, a także wspierało pamięć długotrwałą klientów. W ramach pogłębiania wiedzy o świecie, a także o innych kulturach przeprowadzany został warsztat o *Japonii*, gdzie klienci mogli zapoznać się z ciekawostkami na temat tradycji i kultury japońskiej. Pozwoliło to na sprawdzenie aktualnej wiedzy, a także nauczyć się kilku grzecznościowych Japońskich słów, czemu towarzyszyło dużo śmiechu i radości.

Poruszone zostały też trudniejsze tematy. Drugi warsztat dotyczył Kryzysu bezdomności. Klienci mogli poznać historię osób znajdujących się w kryzysie, zarówno starszych jak i młodych osób. Był to temat głęboki, pełen trudnych, ale ważnych emocji.

Następnie poruszony temat dość kontrowersyjny, mianowicie związany z Marihuaną oraz związanymi z nią szansami i zagrożeniami. Sprawdzano z klientami ich dotychczasową wiedzę w tym temacie oraz starano się rozwiać powszechne mity, a także posiąść aktualną wiedzę naukową.

Realizowane były również ćwiczenia skupiające się na rozwoju pamięci, koncentracji oraz umiejętności językowych.

Ważny elementem były również indywidualne spotkania z psychologiem, na których klienci mogli dzielić się swoimi trudnościami oraz tematami, które trudno jest poruszyć na tle grupy.

Zajęcia przebiegały w atmosferze współpracy i zaangażowania, wspierając aktywizację oraz wzmacniając samodzielność uczestników.

Zajęcia z fizjoterapeuta

W kwietniu seniorzy aktywnie uczestniczyli w zajęciach ogólnousprawniających oraz kinezyterapii indywidualnej z fizjoterapeutą.

Celem ćwiczeń była poprawa sprawności fizycznej, zwiększenie zakresu ruchu oraz wzmocnienie mięśni stabilizujących. Do prowadzenia zajęć wykorzystano piłki sensoryczne typu mini balance ball, taśmy rehabilitacyjne i dyski sensomotoryczne. Dodatkowo klienci biorą systematyczny udział w pogadankach prozdrowotnych, podczas których omawiane są zasady prawidłowego żywienia, profilaktyki i aktywności fizycznej.

Trening z samoobsługi

W kwietniu podczas treningu samoobsługi seniorzy przygotowywali kasze, świeże soki, kisiel, a także proste ciasta i desery. Zajęcia przebiegały w miłej atmosferze, a wspólne gotowanie sprzyjało integracji i rozwijaniu samodzielności.

Marzec 2026 w DDP Skoczylasa

Występ zespołu „Dyszkant” z okazji Dnia Kobiet

Początek marca przyniósł naszym seniorom niezwykle radosne i pełne wzruszeń wydarzenie.

Z okazji Dnia Kobiet odwiedził nas zaprzyjaźniony zespół „Dyszkant” z Kątów Wrocławskich, który przygotował specjalny koncert dedykowany wszystkim paniom. Piękne melodie, znane utwory i ciepła atmosfera wypełniły nasz Dom od pierwszych chwil występu. Artyści zadbali o to, aby każda z pań poczuła się wyjątkowo – ich śpiew i serdeczne życzenia stworzyły prawdziwie świąteczny nastrój. Miłym akcentem uroczystości było wręczenie kwiatów, które wywołało na twarzach senierek szczere wzruszenie i radość. Tego dnia odwiedzili nas również goście z zaprzyjaźnionego DDP „Karmelkowa”, dzięki czemu wydarzenie stało się okazją do integracji i wspólnego świętowania. Po części artystycznej na wszystkich czekał słodki poczęstunek, kawa i herbata, a rozmowom i uśmiechom nie było końca. Nasz Dom tętnił muzyką, energią i serdecznością, a panie podkreślały, jak bardzo doceniają takie gesty i jak pięknie podkreślają one ich kobiecość.

Występ Zbigniewa Ciesielskiego z okazji Dnia Mężczyzn

Marcowe świętowanie w naszym Domu trwało w najlepsze. Po uroczystości z okazji Dnia Kobiet przyszedł czas, aby równie wyjątkowo uczcić Dzień Mężczyzn.

10 marca odwiedził nas Zbigniew Ciesielski, który przygotował dla panów pełen energii i dobrego humoru występ muzyczny. Muzyka, śpiew i wyjątkowa atmosfera sprawiły, że nasi seniorzy od pierwszych chwil poczuli się docenieni i wyróżnieni. Artysta zaprezentował repertuar dedykowany mężczyznom, a całość wzbogaciła pani Halinka Kuzmierz, która pięknie recytowała wiersze tematycznie związane z męską codziennością,

siłą i wrażliwością. Podobnie jak podczas Dnia Kobiet, towarzyszyli nam goście z zaprzyjaźnionego DDP „Karmelkowa”, dzięki czemu wydarzenie stało się okazją do integracji, rozmów i wspólnego świętowania. Nie zabrakło również upominków dla panów, które wywołały wiele uśmiechów i dodały uroczystości wyjątkowego charakteru. Seniorzy podkreślali, jak miło jest być obdarowanym i jak ważne są takie gesty pamięci. Po części artystycznej wszyscy zasiedli do słodkiego poczęstunku, przy kawie i herbach, kontynuując rozmowy w serdecznej atmosferze. Nasz Dom ponownie wypełnił się muzyką, radością.



Spotkanie Wielkanocne w Restauracji Letniej

23 marca nasi seniorzy wzięli udział w uroczystym Spotkaniu Wielkanocnym zorganizowanym w Restauracji

Letniej.

To coroczne wydarzenie, podczas którego przy wspólnym stole spotykają się uczestnicy Dziennych Domów oraz Domów Pomocy Społecznej, jest jednym z najbardziej wyczekiwanych momentów wiosny. Podczas spotkania serwowany był tradycyjny wielkanocny obiad, a całości towarzyszyło nastrojowe tło muzyczne, które wprowadziło wszystkich w świąteczny klimat. Nie zabrakło również świątecznych życzeń od przedstawicieli Miasta Wrocławia – gest ten jest dla naszych seniorów niezwykle ważny i zawsze przyjmowany z dużym wzruszeniem. Panie i panowie, jak co roku, zadbali o eleganckie stroje, podkreślając wyjątkowy charakter wydarzenia. Spotkanie było pełne rozmów, uśmiechów i wspomnień, które z pewnością pozostaną z seniorami na długo. Nasi seniorzy przygotowali także drobne upominki oraz własnoręcznie wykonane jajko wielkanocne, które zostało wręczone jako wyraz wdzięczności i serdeczności.

Warsztaty wielkanocne ze Szkołą Podstawową nr 95

W marcu nasz Dom odwiedziła młodzież ze Szkoły Podstawowej nr 95, aby wspólnie z seniorami wziąć udział w warsztatach wielkanocnych.

Tematem spotkania było tworzenie kartek świątecznych, które szybko zamieniło się w pełne uśmiechu i rozmów międzypokoleniowe działanie. Uczniowie i seniorzy pracowali razem, dzieląc się pomysłami i kreatywnymi technikami. Wspólna praca sprzyjała integracji, a atmosfera była ciepła i pełna życzliwości. Powstały piękne, kolorowe kartki, które wprowadziły do naszego Domu prawdziwie wiosenny i świąteczny nastrój. Spotkanie okazało się nie tylko twórcze, ale też bardzo wartościowe dla obu pokoleń.

Finał Konkursu Wielkanocnego MCUS

Nagroda Publiczności dla naszych seniorów!

Jak co roku nasi seniorzy wzięli udział w Konkursie Wielkanocnym organizowanym przez MCUS, prezentując własnoręcznie wykonane ozdoby świąteczne. W tym roku ich praca zdobyła Nagrodę Publiczności, co było ogromnym wyróżnieniem i powodem do dumy. Zwycięska ozdoba została stworzona przez panią Sabinę oraz pana Czesława, którzy włożyli w nią wiele serca, kreatywności i zaangażowania. Ich wspólna praca zachwycała oglądających i zdobyła największą liczbę głosów. To kolejny dowód na to, że pasja i współpraca naszych seniorów przynoszą piękne efekty i są doceniane przez społeczność.

Warsztaty Wielkanocne z Firmą AXA XL

27 marca nasi seniorzy z Dziennego Domu Pomocy zostali zaproszeni do siedziby firmy AXA XL na wyjątkowe Warsztaty Wielkanocne.

Firma AXA XL, jest międzynarodową korporacją, która z dużym zaangażowaniem wspiera działania charytatywne i inicjatywy społeczne – a organizacja tego wydarzenia była kolejnym pięknym przykładem takiej działalności.

Każdy senior miał swojego asystenta, z którym współpracował podczas zajęć. Dzięki temu uczestnicy czuli się zaopiekowani, bezpieczni i naprawdę wyjątkowi. Warsztaty rozpoczęły się od integracji oraz ćwiczeń pamięci i funkcji poznawczych. Nie zabrakło również zabaw z chustą animacyjną oraz ćwiczeń na motorykę małą. Po części warsztatowej przyszedł czas na zwiedzanie siedziby firmy. Seniorzy, w towarzystwie swoich

asystentów, odwiedzali biura, zadawali pytania i z ciekawością poznawali codzienną pracę zespołu AXA XL. To doświadczenie było dla nich niezwykle inspirujące i budziło wiele pozytywnych emocji. Kolejnym punktem programu była przerwa kawowa z pysznym pączkiem, która pozwoliła na chwilę odpoczynku i rozmowy. Po przerwie odbyły się warsztaty zdobienia prawdziwych jajek – tzw. wykraszane. Seniorzy otrzymali wcześniej pomalowane jajka, na których metodą skrobienia tworzyli własne, misternie wykonane wzory. Zajęcia wymagały precyzji, ale przyniosły ogrom satysfakcji i piękne efekty. Na zakończenie intensywnego dnia seniorzy zostali zaproszeni na pyszny obiad, który był miłym zwieńczeniem całego wydarzenia.

Składamy serdeczne podziękowania pani Magdalenie oraz całemu zespołowi AXA XL za zaangażowanie, ciepłe przyjęcie i sprawienie seniorom tak wielkiej radości. Nasi seniorzy czuli się ważni, docenieni i otoczeni życzliwością.

Warsztaty Wielkanocne z Klubem Seniora „Fantazja”

24 marca w naszym Dziennym Domu odbyły się warsztaty wielkanocne, na które – jak co roku – zaprosiliśmy seniorów z Klubu Seniora „Fantazja”. Spotkanie miało charakter twórczy, integracyjny i przebiegało w wyjątkowo ciepłej atmosferze. Tematem zajęć było malowanie gipsowych zajączków. Każdy uczestnik otrzymał figurkę przygotowaną wcześniej przez naszych seniorów podczas zajęć z arteterapii, gdzie własnoręcznie zalewali formy gipsem. Podczas warsztatów każdy mógł nadać swojemu zajączkowi indywidualny charakter – poprzez dobór kolorów, ozdób oraz zasianie rzeżuchy, która stała się uroczym, wiosennym akcentem. Wspólna praca sprzyjała rozmowom, wymianie pomysłów i budowaniu relacji. Po zakończonych warsztatach przyszedł czas na wspólne rozmowy przy kawie, herbacie i ciastku, co dopełniło atmosferę spotkania i pozwoliło wszystkim spędzić miłe, spokojne popołudnie.

Warsztaty świąteczne w Anima – „Paczki Dobrych Relacji”

25 marca nasz Dzienny Dom Pomocy Skoczyłasa wziął udział w corocznym wydarzeniu „Paczki Dobrych Relacji”, organizowanym we współpracy z Partnerstwem dla Leśnicy. To wyjątkowe spotkanie, podczas którego Prezydent Wrocławia wręcza mieszkańcom symboliczne paczki, promując ideę życzliwości i budowania dobrych relacji w lokalnej społeczności. Jak co roku, nasz DDP przygotował dla uczestników warsztaty wielkanocne, podczas których każdy mógł stworzyć własną, świąteczną ozdobę. Dodatkowo rozdawaliśmy upominki wykonane przez naszych seniorów podczas zajęć z arteterapii.

W tym roku seniorzy przygotowali: styropianowe jajka misternie ozdobione włóczką, kwiatkami szydełkowymi i dekoracjami z bibuły, wiosenne obrazki z włóczki, pełne kolorów i świątecznego nastroju. Uczestnicy wydarzenia z ogromnym uznaniem przyjmowali rękodzieło naszych seniorów, doceniając ich precyzję, kreatywność i serce włożone w przygotowanie każdej ozdoby. Cieszymy się, że po raz kolejny mogliśmy być częścią tego pięknego wydarzenia i dzielić się tym, co nasi seniorzy tworzą z ogromnym zaangażowaniem i życzliwością.

Warsztaty piankowe ze Szkołą Podstawową nr 51

Pod koniec marca odwiedziły nas dzieci ze Szkoły Podstawowej nr 51, prezentując naszym seniorom piękne przedstawienie wielkanocne. Mali artyści przygotowali program pełen radosnych, wiosennych piosenek oraz krótkich scenek nawiązujących do tradycji świątecznych. Dzieci śpiewały o wiosnie, budzącej się naturze i wielkanocnych zwyczajach, wprowadzając wszystkich w pogodny, świąteczny nastrój. Ich występ był pełen energii, uśmiechu i zaangażowania, co wywołało wiele wzruszeń wśród naszych seniorów. Spotkanie było nie tylko pięknym artystycznym akcentem, ale także kolejną

okazją do międzypokoleniowej integracji, którą nasi seniorzy bardzo cenią.

Tego samego dnia, kiedy część naszych seniorów uczestniczyła w warsztatach w firmie AXA XL, dla pozostałych seniorów Dziennego Domu Pomocy zostały zorganizowane warsztaty piankowe we współpracy ze Szkołą Podstawową nr 51. Podczas zajęć dzieci wspólnie z seniorami malowały styropianowe jajka, tworząc kolorowe, wiosenne ozdoby. Uczniowie chętnie pomagali naszym seniorom, wspierając ich w malowaniu, dekorowaniu i dobieraniu barw. Wspólna praca przebiegała w serdecznej, pełnej uśmiechu atmosferze. Warsztaty były nie tylko okazją do twórczej aktywności, ale także do międzypokoleniowej integracji, która zawsze wnosi do naszego Domu dużo radości i pozytywnej energii.

Wystawa prac seniorów podczas rozdania „Paczek Dobrych Relacji”

W marcu nasz Dzienny Dom Pomocy miał przyjemność zaprezentować prace naszych seniorów podczas uroczystości „Paczki Dobrych Relacji”, która odbyła się w Skate Parku przy ulicy Legnickiej. To dla nas ważny moment, w którym mogliśmy pokazać efekty twórczych zajęć z arteterapii oraz podkreślić, jak wiele dobrego dzieje się w naszym DDP.

Mini EDUball

W marcu w naszym Dziennym Domu Pomocy odbywały się cykliczne zajęcia Mini-EDUball, podczas których seniorzy – podzieleni na grupy – ćwiczyli funkcje poznawcze, spostrzegawczość oraz motorykę małą. Zajęcia polegają na wykonywaniu różnorodnych zadań z wykorzystaniem piłek, co wymaga od seniorów koncentracji, refleksu i skupienia. Ćwiczenia są dynamiczne, angażujące i dostosowane do możliwości seniorów, dzięki czemu cieszą się dużym uznaniem i frekwencją. Z tygodnia na tydzień widać wyraźne efekty – poprawę koncentracji, większą pewność ruchów oraz rosnące zaangażowanie. I właśnie o to chodzi w tym projekcie: o rozwój, aktywność i dobrą zabawę w przyjaznej atmosferze.

Zajęcia z terapeutą zajęciowym

Przygotowania do Świąt Wielkanocnych

Marzec w naszym Dziennym Domu Pomocy upłynął pod znakiem twórczego działania, przygotowań do świąt oraz różnorodnych zajęć terapeutycznych, które każdego dnia angażowały seniorów i nadawały rytm naszej wspólnej codzienności. W pracowni terapeutycznej panowała wyjątkowo twórcza atmosfera. Seniorzy z zaangażowaniem tworzyli dekoracje wielkanocne, zdobili jajka, wykonywali palmy, przygotowywali świąteczne upominki oraz pracę konkursową na wielkanocny konkurs MCUS. Malowanie, wycinanie i ozdabianie wypełniały kolejne dni, a efekty ich pracy zachwycały pomysłowością i starannością. Równolegle odbywały się zajęcia z kinezylogii edukacyjnej, łączącej ruch, koordynację i pracę umysłu. Ćwiczenia te wspierały koncentrację, pamięć i ogólną sprawność, a jednocześnie były lekkie, przyjemne i bardzo lubiane przez seniorów. Widać było, jak regularna aktywność przynosi efekty – większe skupienie, lepszą orientację i pewność ruchów. Codzienność wzbogacała również biblioterapia oparta na „kartce z kalendarza”. Każdego dnia seniorzy poznawali ciekawostki związane z daną datą, odpowiadali na pytania do tekstu, a następnie słuchali

krótkiej opowieści nawiązującej do pory roku lub tematu dnia. Ten codzienny rytuał porządkował dzień, rozwijał wyobraźnię i sprzyjał rozmowom. W marcu świętowaliśmy także urodziny naszych seniorów. Tego dnia składamy życzenia, śpiewamy „Sto lat”, a atmosfera staje się wyjątkowo ciepła i rodzinna – pełna uśmiechów i wzruszeń. Nie zabrakło również przygotowań do Dnia Kobiet i Dnia Mężczyzn. Powstawały dekoracje, ozdoby i kartki, a pracownia tętniła kolorami. Kulminacją była akademia przygotowana przez personel, który w tym dniu przebrał się za „prawdziwe baby” i wystąpił do muzyki „*Baby, ach te baby*”. Występ wywołał salwy śmiechu i długo był wspominany przez naszych podopiecznych. Marzec był miesiącem pełnym energii, kreatywności i wspólnego działania. Zajęcia terapeutyczne rozwijały, integrowały i przynosiły wiele radości, a efekty pracy seniorów są pięknym świadectwem ich talentu, zaangażowania i ogromnych pokładów twórczej wyobraźni.

Kulinoterapia

W naszym Dziennym Domu Pomocy w marcu regularnie odbywały się treningi z samoobsługi w formie kulinoterapii. Seniorzy z zaangażowaniem przygotowywali oponki, racuchy, kokosanki, kisiel z jabłkiem, jabłecznik oraz piernik. Zajęcia pozwoliły ćwiczyć codzienne umiejętności, a jednocześnie przyniosły wiele radości i wspólnej integracji. Marzec był także czasem świętowania – odbyły się poczęstunki z okazji Dnia Kobiet i Dnia Mężczyzn.

Zajęcia z fizjoterapeutą

W marcu przeprowadzono cykl zajęć z zakresu ćwiczeń grupowych i kinezyterapii indywidualnej ukierunkowanej na poprawę sprawności fizycznej. Zajęcia realizowane były regularnie, z uwzględnieniem zróżnicowanego poziomu sprawności uczestników. Program obejmował ćwiczenia koordynacyjne, równoważne, wzmacniające, oddechowe i rozciągające. Szczegółowy nacisk położono na poprawę stabilizacji centralnej, mobilności stawów oraz ogólnej wydolności organizmu. Ćwiczenia prowadzone były z wykorzystaniem różnorodnych przyborów (np. piłki

rehabilitacyjne, taśmy oporowe, laski gimnastyczne, piłki mini ball , dyski sensomotoryczne oraz piłki sensoryczne do masażu). Kinezyterapia indywidualna była dostosowana do potrzeb i możliwości funkcjonalnych.

Zajęcia z psychologiem

W marcu w Dziennym Domu Pomocy realizowano cykl zajęć psychologicznych ukierunkowanych na wsparcie pamięci, stymulację funkcji poznawczych oraz pobudzanie ciekawości i otwartości. Miesiąc rozpoczęto od ćwiczeń wzmacniających umiejętności poznawcze klientów. Zadania były dostosowane do indywidualnych potrzeb uczestników.. Przeprowadzono dwuczęściowy warsztat pod tytułem „WIOSNA”. W ramach warsztatu oglądano film edukacyjny a następnie rozpoczęto zadania w formie quizu, jak również ćwiczeń wzmacniających kreatywność oraz umiejętności słowotwórcze. Przeprowadzony został również warsztat o tytule „PODRÓŻE po POLSCE”, gdzie klienci mogli się zapoznać z nietuzinkowymi destynacjami podróżniczymi oraz dowiedzieć się o historii niektórych z miejsc. W dalszej części warsztatu wspomniano dawne podróże klientów, co wzmacniało pamięć długotrwałą i epizodyczną. W ostatni dzień marca skupiono się na pięknie polskiej natury. Głównym wątkiem była przyroda w Bieszczadach. Klienci mogli dowiedzieć się o tym jakie zwierzęta zamieszkują Bieszczady oraz jaką rolę sprawują w tamtejszym ekosystemie. Istotną częścią warsztatu były również zajęcia relaksacyjne z odgłosami przyrody, które pozwoliły seniorom wyciszyć się i zrelaksować. Zajęcia przebiegały w atmosferze współpracy i zaangażowania, wspierając aktywizację oraz wzmacniania samodzielności uczestników.

