

## WYDARZENIA ORGANIZOWANE W RAMACH DZIAŁALNOŚCI KLUBU SENIORA „WRZOS” W MIĘDZYCHODZIE ORAZ KLUBU SENIORA „MILLENIUM W KAMIONNIE” WRZESIEŃ 2023 r.

### DZIAŁANIE I.

Aktywizacja społeczna, integracja i rekreacja.



**Organizacja wyjazdowej wycieczki do Mniszek, w tym Centrum Edukacji Regionalnej i Przyrodniczej w Mniszkach.**

Uczestnicy klubu seniora „Wrzos” oraz „Milenium” wspólnie wybrali się do Mniszek, aby skorzystać z ostatnich słonecznych dni oraz pożegnać lato. Była to również doskonała okazja do integracji dwóch klubów (z Międzychodu i Kamionny). Uczestnicy odwiedzili także Centrum, gdzie podczas warsztatów mogli przyjrzeć się produkcji świec oraz własnoręcznie wykonać własną.



## Działanie II.

### Profilaktyka zdrowotna poprzez aktywne sposoby spędzania wolnego czasu.

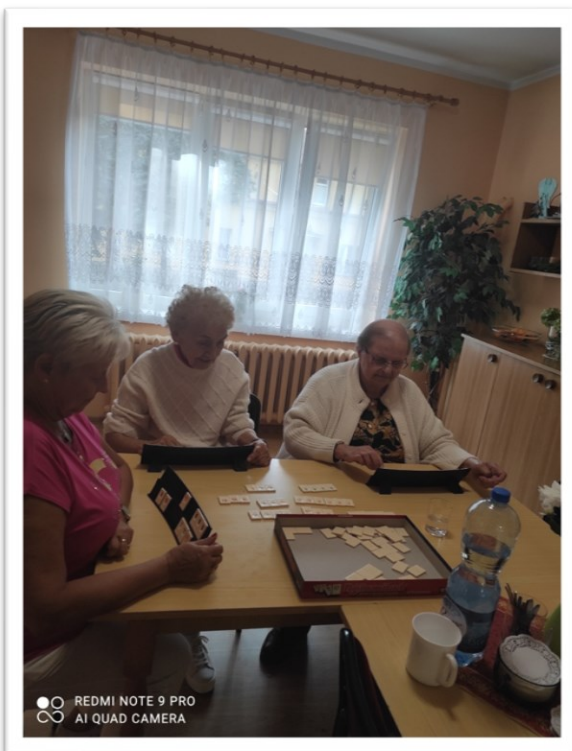


**Organizacja w Klubie seniora „Wrzos” zajęć stymulujących pracę mózgu, pamięć oraz koncentrację.**

Uczestnicy spotkania próbowali swoich sił przy różnych grach planszowych oraz rozwiązując łamigłówki.

Po wysiłku umysłowym nagrodą były pyszne zapiekanki zamówione z lokalnej pizzerii.

W spotkaniu uczestniczyło 17 osób.



### Działanie III.

#### Zajęcia aktywizujące z elementami warsztatu arteterapii.



W klubie seniora „Wrzos” odbyło się spotkanie podczas, którego uczestniczki rozwijały swoje zdolności manualne oraz wyobraźnię tworząc rękodzieło: piękne kwiaty z bibuły.

Tego typu zajęcia warsztatowe pozwalają na odzyskanie równowagi ducha: odprężenie i wyzbycie się napięć; działają edukacyjnie: wzbogacają życie wewnętrzne i pozwalają na kształtowanie nowych umiejętności, ale także mają element rekreacyjny: ciekawie spędzony czas, jako forma relaksu.

Przygotowane kwiaty stały się ozdobą klubu.

