



Wiadomości

Poniedziałek, 26 kwietnia 2021

Działania Gorlickiego Klubu Seniora w czasie pandemii

Przedłużający się czas pandemii jest trudny dla wszystkich, a w szczególności Seniorów, którzy skutki izolacji odczuwają najmocniej. Gorlicki Klub Seniora, dostosowując się do reżimu sanitarnego, stara się aktywować osoby starsze.

Do tej pory podejmowano szereg działań, kierując się troską o dobre samopoczucie i kondycję fizyczną. Zajęcia realizowane są przy zachowaniu wszystkich zaleceń sanitarnych, dzięki wykorzystaniu metod i technik porozumienia się na odległość – rozmów telefonicznych i mediów społecznościowych oraz w formie alternatywnych sposobów realizacji zajęć, prowadzonych poza siedzibą Klubu Senior+.

Organizowane są m.in. poniedziałkowe, dwugodzinne spacery w Miejskim Parku w Gorlicach, dostosowane do oczekiwań i możliwości uczestników, w trakcie których relaksują się, wykonują ćwiczenia, dbając o kondycję fizyczną i dobre samopoczucie. Klubowicze troszczą się też o mieszkające w Parku ptaki, systematycznie wsypując pokarm do karmników.



Ponieważ tegoroczna zima obfitowała w śnieg, gorlicki seniorzy wykonali wyjątkowe bałwanki, które upiększyły skwer przy ul. 3 Maja i ul. Wróblewskiego. Poza siedzibą Klubu odbyły się także spotkania z okazji Świąt Bożego Narodzenia, Nowego Roku, Dnia Zakochanych i Dnia Kobiet. Z okazji Pierwszego Dnia Wiosny ulicami miasta i alejkami Parku Miejskiego, przeszedł barwny korowód z Marzannami.



W ramach zajęć prowadzonych w plenerze, wiele niezapomnianych wrażeń przyniosły spacery śladami Ignacego Łukasiewicza, w czasie wspólnego rozwiązywania Questu „ŁUKASIEWICZ I WSZYSTKO JASNE”. Zorganizowano także wyjście na Gorlicką Gólgotę, Cmentarz Wojskowy nr 91 w Gorlicach i Cmentarz Żydowski, a także do Muzeum PTTK czy Kina Kolory.



Chętnych Seniorów zapraszamy kontaktu z animatorkami Klubu osobiście lub telefonicznie,

pod numerem **666 602 146**.

Źródło: Gorlicki Klub Seniora