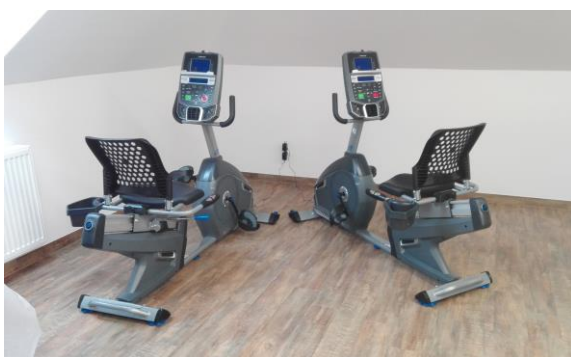




- Zapraszamy wszystkie osoby, które:
- są mieszkańcem gminy Olszewo-Borki
 - ukończyły 60 rok życia
 - są osobą nieaktywną zawodowo

SZCZEGÓLOWYCH INFORMACJI UDZIELAJĄ
PRACOWNICY PLACÓWKI
w każdy dzień roboczy
w godz. 8:00 - 16:00

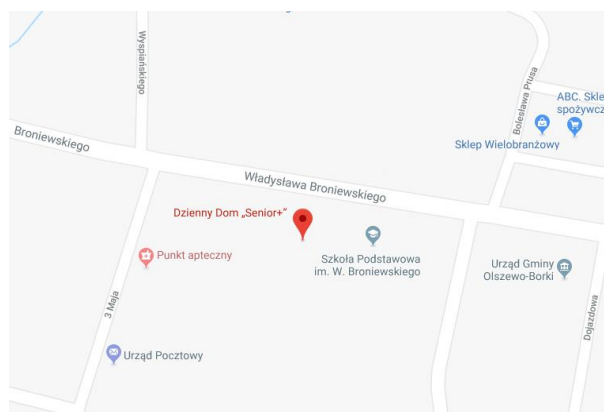
NASZ ADRES
Dzienny Dom „Senior+“
ul. Władysława Broniewskiego 19
07-415 Olszewo-Borki
tel. 29 761 31 07 w. 117
mail: domseniora@olszewo-borki.pl
<http://www.olszewo-borki.pl/index.php/dzienny-dom-senior>



Dzienny Dom „Senior+“ w Olszewie-Borkach



*Zapewniamy profesjonalną opiekę,
ciekawe zajęcia w dobrym towarzystwie.
Zapraszamy!*



 **SENIOR +**

NASZA OFERTA:

- Zajęcia z fizjoterapeutą codziennie 4 godz.
- Opieka pielęgniarki codziennie 1 godz. można wtedy
 - zmierzyć ciśnienie,
 - sprawdzić poziom glukozy,
 - sprawdzić poziom cholesterolu oraz trójglicerydów
- Zajęcia z psychologiem raz w tygodniu 4 godz.
 - grupowe zajęcia integracyjne
 - indywidualne wsparcie psychologiczne
 - indywidualne oraz grupowe ćwiczenia pamięci
- Zajęcia rozwijające
- Warsztaty tematyczne z zaproszonymi gośćmi
- Różne formy współpracy z placówkami



FIZJOTERAPIA

W ramach aktywizowania seniorów prowadzone są ćwiczenia grupowe i indywidualne pod nadzorem fizjoterapeuty oraz zajęcia na basenie w Ostrołęce.



W okresie wiosna/lato ćwiczenia prowadzone są również na świeżym powietrzu.



SALA AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

wyposażona w bieżnie, rowery stacjonarne, orbitreki, piłki, poduszki sensomotoryczne oraz kije do nordic walking.



W ramach usług socjalnych zapewniamy ciepły posiłek każdego dnia.

ZAJĘCIA ROZWIJAJĄCE

Podczas prac rozwijających stosowane są różne techniki prac plastycznych, które rozwijają zdolności manualne oraz zmysł artystyczny takie jak:

- arteterapia, terapia ręki
- biblioterapia
- dekupaż
- warsztaty kulinarne i zdrowego odżywiania