

Więści z Wójtowskiej



Październik 2023 roku

Z życia Domu ... wśród wielu różnych wydarzeń

Wybory, wybory ...

Na potrzeby wyborców – Mieszkańców, w naszym Domu utworzony został obwód wyborczy. Wybory przedstawicieli do Sejmu i Senatu Rzeczypospolitej Polskiej oraz Referendum Ogólnokrajowe przeprowadziła zewnętrzna Komisja Wyborcza. Głosowanie przebiegało sprawnie i spokojnie. Wyborcy z powagą oddawali głosy na kandydatów na posła i senatora oraz odpowiadali na pytania referendalne. Członkowie Komisji Wyborczej dotarli z urną wyborczą również do osób leżących. Frekwencja okazała się wysoka: 70% - zagłosowało 68 osób na 97 uprawnionych przebywających w naszym Domu w dniu 15 października 2023r.

Coś się kończy, coś zaczyna ...

... zakończył się nasz udział w kolejnej edycji projektu "Cyfrowy Senior" odbywającej się przy ul. Świętojerskiej 12a oraz udział w projekcie „Katalizator Innowacji Społecznych”, realizowanym przez Fundację Incjatyw Społeczno – Ekonomicznych. Piosenki z lat naszej młodości stały się inspiracją do wielorakich działań stymulujących aktywność fizyczną, umysłową i artystyczną. W związku z udziałem w projekcie zostaliśmy obdarowani zestawami płyt muzycznych pt. „Muzyka przeciw demencji”. A co się rozpoczęło? ... oczywiście, że powakacyjne spotkania międzypokoleniowe z młodzieżą z Klubu „Fontanna” i z SOW „Dom przy Rynku”. Nawiązaliśmy też współpracę z nowymi młodzieżowymi instytucjami, o czym będziemy pisać w kolejnych wydaniach gazetki informując o wspólnych działaniach.

Nie tylko muzyka ... ale też Dieta Mind

Z informacji na plakatach rozmieszczonych w naszym Domu dowiedzieliśmy się o specjalnej diecie, której stosowanie zapobiega miażdżycy i chorobie Alzheimera. Dieta Mind, bo o niej mowa, jest sposobem odżywiania, który wpływa na poprawę funkcjonowania układu nerwowego, mózgu, wykazuje ogólne działanie prozdrowotne. Produkty zalecane w diecie to te, które zawierają bogactwo witamin C,B,E, nienasycone kwasy tłuszczowe, i antyoksydanty. Zatem należy jeść dużo zielonych warzyw takich jak: szpinak, sałata, brokuł, produktów pełnoziarnistych, tłustych ryb, owoców jagodowych, orzechów,. A to pozytywnie wpływa na poprawę pamięci i zapobiega demencji!

Serdecznie zapraszamy do poznawania naszego Domu Pomocy Społecznej

przy ul. Wójtowskiej 13

na www.dpswojtowska

obserwowania i polubienia na

[www.facebook.com/Dom -Pomocy - Społecznej- Wójtows](https://www.facebook.com/Dom-Pomocy-Spolecznej-Wojtows)

www.instagram.com/dps_wojtowska

twitter.dpswojtowska@dpswojtowska