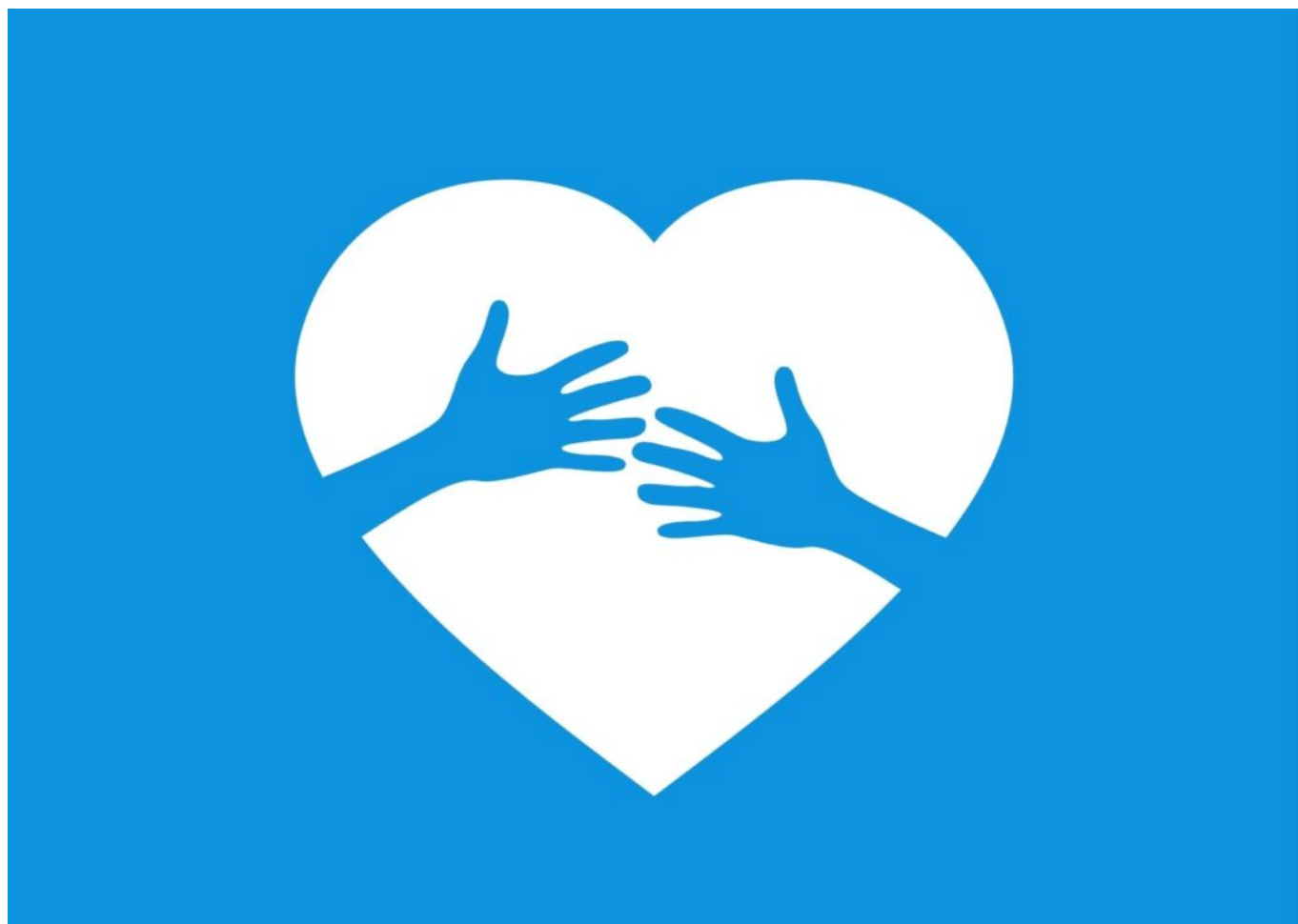


Oferta Zespołu Dziennych Domów Pomocy w Poznaniu



Zespół Dziennych Domów Pomocy w Poznaniu zaprasza seniorów, którzy chcą utrzymać lub poprawić sprawność intelektualną i fizyczną, do wspólnego, aktywnego spędzania czasu. W ramach ZDDP w różnych dzielnicach miasta działa 5 klubów. W ich ofercie znaleźć można zajęcia grupowe, spotkania pobudzające umysł, warsztaty ruchowe i integrujące, gimnastykę ogólnousprawniającą, wyjścia na spacerory oraz wydarzenia kulturalne i wyjazdy.

Latem w programie są również zajęcia na świeżym powietrzu w klubowych ogródkach. W ZDDP seniorzy mogą też skorzystać z zabiegów fizjoterapeutycznych i rehabilitacyjnych. Do dyspozycji seniorów jest także urządzenie rehabilitacyjne ActivLife, które służy do aktywizacji ruchowej i umysłowej osób starszych. Chętni mogą realizować się w pracowniach tematycznych i zespołach wokalnych, które występują także dla społeczności lokalnej. W ZDDP prowadzone są zajęcia, podczas których można uczyć się obsługi komputera oraz telefonu. Aby minimalizować wykluczenie cyfrowe osób starszych, również trening pamięci prowadzony jest z użyciem metod cyfrowych. W ofercie nie brakuje licznych zajęć manualnych oraz kulinarnych. Wydarzenia dostosowane są do potrzeb i możliwości uczestników. Seniorzy mogą korzystać również z obiadów i śniadań. ZDDP zaprasza do odwiedzenia wybranej siedziby w dni robocze w godz. 8.00–16.00.

Szczegółowe informacje: Filia nr 1, Klub Centrum, ul. Konopnickiej 18, tel. 61 865 81 19, Filia nr 2, Klub Ogrody, ul. Nowy Świat 7/11, tel. 61 847 32

91, Filia nr 3, Klub Promień, os. Piastowskie 101, tel. 61 875 41 69, Filia nr 4, Klub Starówka, ul. Wielka 1, tel. 61 855 76 47, Filia nr 5, Klub Winogrody, os. Kosmonautów 15, tel. 61 820 55 41 oraz na stronie www.zddp.poznan.pl i profilu facebookowym Zespołu Dziennych Domów Pomocy w Poznaniu.