

Rytinė mankšta

Parašė Irma Vaitaitienė
Antradienis, 06 Birželis 2017 09:43

Norėdami aktyvinti gyventojus ir paskatinti juos daugiau judėti, kiekvieną antradienį ir ketvirtadienį organizuojame grupinę mankštą. Ją atlieka ir senelius teisingai sportuoti moko ergoterapeutė Rasa. Vasarą, kai oras geras kaip šiandien, mankšta daroma lauke. Gyventojai atlydimi su vaikštynėmis, su neįgaliojo vežimėliais, visi stengiasi sąžiningai atkartoti rodomus pratimus. Po mankštos senjorai būna geros nuotaikos, ir dainas iš širdies traukia, dalijasi įspūdžiais, kad pajudėjus ir kasdienybė šviesesnė pasidarė.



Rytinė mankšta

Parašė Irma Vaitaitienė

Antradienis, 06 Birželis 2017 09:43

