Sportas - sveikata!

Parašė Irma Vaitaitienė
Antradienis, 27 Lapkritis 2018 11:30

Norėdami aktyvinti senelius ir paskatinti juos daugiau judėti, kiekvieną antradienį ir ketvirtadienį senelių namuose organizuojama grupinė mankšta. Ergoterapeutė Rasa visiems rodo tam tikrus pratimus, kuriuos kiekvienas kartoja pagal galimybes. Gyventojams ypač patinka žaidimas su kamuoliu, kai jį reikia perduoti kitam, mesti ar net spirti. Po mankštos senjorai išeina su pagerėjusia nuotaika ir sveikata.

Parašė Irma Vaitaitienė
Antradienis, 27 Lapkritis 2018 11:30