

# Klub „Senior+” w Wiśle działa prężnie

Data publikacji: 14.05.2021 14:55

Pomimo panującej od marca 2020 roku pandemii koronawirusa wiślańska grupa osób skupionych w Klubie „Senior+” działa prężnie. Jak były tylko możliwości widywali się na czwartkowych spotkaniach w budynku centrum przesiadkowego przy ul. 1 Maja 69. W okresie obostrzeń sanitarnych przenieśli swoją działalność i spotkania do sieci.

Wiślański Klub działa prężnie Fot: mops.wisla.pl

**Początkowo były trudności w posługiwaniu się środkami przekazu typu: WhatsApp, Zoom, Google Meet, Skype. Próbowaliśmy szukać rozwiązań, które byłyby wygodne dla Seniorów. Czasem o środku przekazu decydował zasięg, siła sygnału Internetu, a czasem sprzęt jakim dysponowali Seniorzy. Trzeba było tylko trochę czasu poświęcić, zanim nabrali biegłości w obsłudze programów, ale to zapocentowało. Zdecydowanie dużo zajęć zorganizowaliśmy poprzez wcześniejsze dostarczenie materiałów Seniorom do domów, a potem wspólne warsztaty online** – informuje Magdalena Bosowska; kierownik Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Wiśle – **Pani Agnieszka Suszka, opiekunka Klubu Senior+ w Wiśle stanęła na wysokości zadania i wraz z instruktorami zajęć zaangażowały się w pomoc tym, którzy spędzają miesiące w „czterech ścianach”. Tak udało się zrobić ozdoby świąteczne, upiec ciasteczka, przeprowadzić konkurs wiedzy o Wiśle, a nawet oglądnąć spektakl teatralny.**

Koniec roku to praktycznie całkowite zamknięcie większości z nas w domu, a szczególnie osób starszych uważanych za najbardziej narażone na zarażenie wirusem. **W tym najtrudniejszym miesiącu, grudniu, gdzie był zakaz odwiedzin, a świąteczna atmosfera sprzyjała spotkaniom rodzinnym, zadbaliliśmy by seniorzy mieli antidotum na izolację i uruchomiliśmy warsztaty mindfulness oraz pomoc psychologiczną. Seniorzy mogli sięgnąć po relaksacyjne techniki oddychania oraz porozmawiać o swoich codziennych troskach i uzyskać profesjonalne wsparcie** – dodaje Bosowska. Klub „Senior+” jest otwarty na współpracę i chętnie korzysta z zajęć, czy warsztatów organizowanych przez inne organizacje, czy instytucje. W ubiegłym roku, w ramach warsztatów zorganizowanych przez Stowarzyszenie „7 Dolin” uczestnicy realizowali min. program socjalny „Koperta życia”, skorzystali ze spotkań z historykiem – **bo nic tak nie poprawia nastroju jak „dawne opowieści”. W kwietniu tego roku odbyło się szkolenie z bezpieczeństwa seniorów z Funkcjonariuszem Policji Tomaszem Pszczołką, KPP Cieszyn – Dużo się dzieje, a nasi Wiślańscy Seniorzy dotrzymują nam tempa, a nawet poganiają i dopingują do działania, i wymyślania nowych koncepcji** – podsumowuje kierownik wiślańskiego MOPS.

Obecnie Klub „Senior+” liczy 14 członków. Od maja br. Seniorzy spotykają się znowu stacjonarnie, w budynku przy ul. 1 Maja 69, z zachowaniem wszystkich zaleceń sanitarnych. Wciąż jest możliwość dołączenia do tego grona, więc serdecznie zapraszamy wszystkich zainteresowanych w imieniu wiślańskiego MOPSu jak i portalu ox.pl.

AK