3월 소식지

♥ 봄의 기운이 넘치는 3월입니다. ♥

♡ 3월은 만세 삼창소리와 함께 봄의 기운이 완연해지는 계절입니다. 경칩, 춘분이 있어 온 누리에 봄의 전령들이 고개를 밀고 싱그러움이 더 해지는 봄이 왔습니다. 꽃샘추위 속에서도 서로 보듬고 감사하고 사랑하는 따뜻한 정을 나누며 가족들의 사랑과 정이 하나 되는 의미 있고 즐거운 행복한 날들이 되기를 바랍니다.

♡최근에는 변덕스런 날씨로 인해 계절적인 유행성 감기가 번지고 있습니다. 센터에서도 우리 어르신들의 안전과 건강 유지를 위해 최선을 다하고 있습니다. 가족 여러분들께서도 우리 어르신들 건강관리에 좀 더 세심한 관심을 부탁드립니다.

♥ 3월에는 2,9,16,23,30일은 쉽니다.

[웃음치료 자원봉사:2,8]

어르신들이 좋아하시는 트롯과 율동 그리고 치매 예방 체조는 어르신들의 건강과 생활에 활력을 불어 넣기에 충분하고 센터 생활을 더욱더 긍정적인 생활로의 전환으로 삶의 질을 향상 시키는데 많은 도움이 되었습니다. 교수님! 감사합니다.

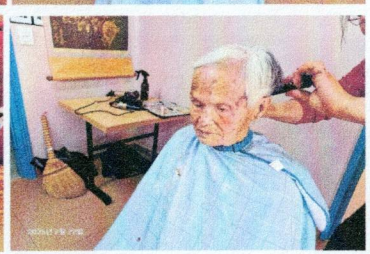
[동화 구연 2/10, 24]

월 2회 실시되는 동화구연시간을 통해 어린시절과 옛날을 회상 할 수 있게 재미있는 이야기를 들려주시고 좋은 말씀으로 오후 한때를 즐거움으로 보내셨습니다.

선생님의 말씀에 귀 기울여서 듣는 어르신들 모습이 마냥 어린 소년, 소녀 같으십니다.

[미용봉사원장님: 2,22]

매월 1회 실시되는 이,미용시간에 지역 자원봉사님을 활용하여 어르신들의 머리를 손질하는 시간을 가졌습니다. 희망하는 머리를 사전에 상담을 통해 확인하여 어르신들의 만족도를 최대한 높이고 시간을 최소화해서 능률적인 자원봉사 시간을 가졌습니다.



[손맛자지 봉사 : 2,26]

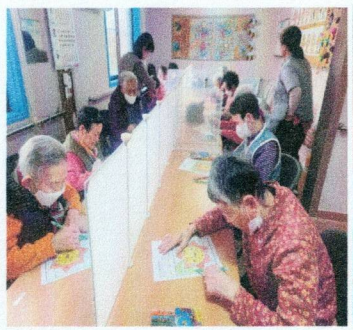
바쁜 와중에도 어르신들의 건강을 위해 한 걸음의 오신 원장님의 손맛사지의 필요성!!!

인체의 축소판이라 불리는 손에는 신체 각 부위, 장기와 긴밀하게 연결되어 간단한 마사지만으로도 어르신들의 건강을 관리할 수 있습니다.

항상 어르신들의 건강을 위해 봉사하시는 원장님께 감사드립니다.

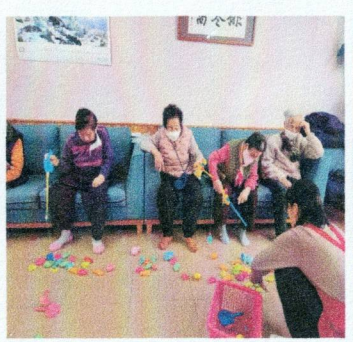
[2월 인지 프로그램]

인지 프로그램은 우리 어르신들에게 자신감과 성취감을 느껴 행복한 하루하루가 될 수 있도록 치매예방과 인지능력 향상을 위해 각종 프로그램을 계획하고 어르신들이 가지고 있는 잔존기능을 최대한 활용할 수 있는 음악, 미술, 회상활동 등을 적용하므로 써 흥미와 재미를 느끼고 지남력 향상에도 많은 도움이 되도록 하였습니다.



[2월 신체 프로그램]

신체프로그램 활동은 각종 질병예방과 신체노화를 지연시키고 스트레스해소와 우울증, 불안증세를 감소시키며 어르신 스스로 할 수 있는 자신감을 갖게 하고 생동감 있는 생활로 전환하여 자칫 무료해 질 수 있는 생활을 보다 활기차게 할 수 있는 계기가 마련되었습니다.



3월 달 주요행사

- 웃음치료 : 3. 01(토) / 미용봉사 : 3.07(금) / 동화책읽기 : 3.11/3.25(화) / 손마사지 : 3.19(수)

북부노인주간보호센터