

## **Dzień poezji w Seniorze – jedną z form biblioterapii.**

Biblioterapia to kolejna forma aktywności Seniorów w Dziennym Domu Senior + w Latowicach, poprzez stosowanie tekstów literackich. Osoby starsze mają już za sobą bagaż doświadczeń i wspomnień, mogą przy czytanych powieściach, wierszach, poezji wyciszyć się wewnątrz, przeżyć refleksje. Czytanie pobudza do komunikacji, rozmowy, dyskusowania między seniorami, odpręża, uspakaja zmniejsza stres. W naszym Domu Seniora opiekun pomaga w czytaniu lektury. Ostatnio seniorzy czytali wspólnie takie pozycje jak: „Głupi Franek” , „Dym” Marii Konopnickiej oraz „Dobra Pani” Elizy Orzeszkowej. Takie zajęcia podobają się seniorom, chętnie wybierają kolejne pozycje do przeczytania.







