

Wycieczka do Wapiennego

W dniu 27.08.2020 r. Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy wraz z opiekunami wybrali się na wycieczkę do Wapiennego, wioski położonej w województwie małopolskim, w powiecie gorlickim.

Spacerując ścieżkami parku udaliśmy się na tężnię solankową, jodowo-bromową gdzie na ławeczkach wdychaliśmy niezbędne mikroelementy korzystnie wpływające na drogi oddechowe. Jod jest mikroelementem niezbędnym do prawidłowego funkcjonowania tarczycy, reguluje przemiany energetyczne w organizmie, natomiast brom ma działanie uspokajające, łagodzi napięcie nerwowe oraz łagodzi stres. Podczas odpoczynku uczestnicy zjedli słodki poczęstunek oraz zrobili sobie pamiątkowe zdjęcia. W drodze powrotnej do busa, przeszliśmy przez malowniczy Ogród Marysieńki, gdzie w altanie podziwialiśmy piękne kwiaty. W doskonałych humorach udaliśmy się busem do Środowiskowego Domu, gdzie czekał na nas pyszny obiad.