

## Aktywni Seniorzy



Po raz kolejny w 2023 r. Seniorzy z terenu naszej gminy, w tym 12 osób z Klubu Senior+ w Czaplunku uczestniczyli w projekcie „Aktywni Seniorzy” - dofinansowanym ze środków budżetu państwa z Programu Wieloletniego na Rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025, Edycja 2023 ” realizowany przez Stowarzyszenie Lider Wałęcki.

Głównym celem projektu było zwiększenie uczestnictwa osób starszych we wszystkich dziedzinach życia społecznego, ich aktywizacja i integracja.

Program „Aktywni+” przyczynia się do wzrostu zaangażowania osób starszych w kontakty społeczne poprzez wzbogacenie oferty zagospodarowania ich czasu wolnego, zwiększanie zaangażowania seniorów w procesy partycypacyjne zachodzące w życiu publicznym.

W edycji 2023 Seniorki biorące udział w projekcie poszerzyły swoją wiedzę i umiejętności w zakresie zdrowego żywienia, rozwinęły swoje zainteresowania w ramach warsztatów z wizażu i pielęgnacji urody, wzięły też udział w warsztatach rękodzielniczo-manualnych takich jak: decoupage, makrama oraz zajęciach sportowych i wokalnych.

Udział Seniorek w powyższych działaniach miał na celu umocnić kontakty

towarzyskie, wzmocnić ich kondycję psychiczną ale przede wszystkim przeciwdziałać samotności, na którą szczególnie narażone są osoby starsze i w tym zakresie cel został w pełni osiągnięty.

Nina Rykowska

Instruktor kulturalno-oświatowy











- [Udostępnij](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)