



Zajęcia dla seniorów dofinansowane z programu rządowego ASOS



ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej



Od lipca Seniorzy z naszej gminy mają o możliwość trenowania pod okiem specjalistów. Wszystko za sprawą projektu pn. „Zdrowi w każdym ruchu”, który powstał w porozumieniu ze Stowarzyszeniem Paramus. Wspólnie pozyskaliśmy dotację w wysokości 61 540 zł.

W ostatnich miesiącach w każdej z miejscowości naszej gminy odbywały się darmowe zajęcia z zakresu aerobiku, tańca oraz jogi i gimnastyki na zdrowy kręgosłup prowadzone przez wykwalifikowanych trenerów. Zajęcia przeznaczone były dla osób, które ukończyły 60 rok życia. Łącznie dzięki projektowi odbyło się ponad 500 godzin ćwiczeń. W ramach zadania przewidziano wycieczki rekreacyjne oraz wyjazdy na baseny dla uczestników zajęć.

W dniu 10 października odbyło się uroczyste podsumowanie projektu. Podczas wydarzenia można było wysłuchać nie tylko danych ciekawej prelekcji na temat zdrowia, a także dowiedzieć się jak aktywność fizyczna pomaga zwalczać stres. Było też sporo dodatkowych atrakcji takich jak: stoisko z „Kopertami życia”, fotobudka, czy pokaz iluzji oraz zabawa taneczna.

Celem głównym zadania była aktywizacja sportowa i rekreacyjna osób od 60-ego roku życia z terenu gminy Radziechowy-Wieprz. Rozwijanie ich pasji do aktywności fizycznej, zachęcenie do regularnych treningów oraz rozwój i doskonalenie umiejętności gimnastycznych i tanecznych.

Zdanie dofinansowane jest ze środków otrzymanych w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020. Aktualne informacje na temat projektu znajdziecie Państwo na stronie internetowej cowkulturze.pl w zakładce ASOS.

Obrazy

