Trwają zajęcia na basenie

Od lutego br. na Pływalni "KORAL" w Morawicy trwają zajęcia na basenie zorganizowane dla Seniorów w ramach projektu "Tworzenie Lokalnych Systemów Wsparcia dla Seniorów", współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027.

Aż cztery grupy liczące po 15 osób uczestniczy w zajęciach na basenie prowadzonych przez instruktora. Seniorzy mają możliwość udziału w ćwiczeniach ruchowych w wodzie, a tym samym poprawiają swoją kondycję ruchową. Ruch bardzo dobrze wpływa na poprawę samopoczucia, witalności. Seniorzy świetnie się bawią podczas zajęć, śmiechom i żartom nie ma końca.

Większość z Seniorów jest zadowolona z zajęć - z czego bardzo się cieszymy.

Zajęcia na basenie realizowane w ramach zadania 14.4. Pakiety rehabilitacyjne - trener/rehabilitant/fizjoterapeuta (nordic walking, zajęcia na basenie, joga, zumba, streching) - usługa kompleksowa.

Projekt ,,Tworzenie lokalnych systemów wsparcia dla seniorów” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027, Priorytet 9. Usługi społeczne i zdrowotne, Działania 9.4 Zwiększenie dostępności usług społecznych i zdrowotnych.