

„Dzień Zdrowia dla Seniora”

Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Morawicy informuje o naborze na spotkania pn. „**Dzień Zdrowia dla Seniora**” organizowane przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w ramach projektu „**Tworzenie Lokalnych Systemów Wsparcia dla Seniorów**” współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027.

Nabór kierowany jest do osób, które zadeklarowały udział w projekcie Tworzenie lokalnych systemów wsparcia dla seniorów z terenu Miasta i Gminy Morawica.

Każdy uczestnik deklaruje udział w 3 wyjazdowych spotkaniach:

I Spotkanie - 27 maja 2025 r.

II Spotkanie - 25 czerwca 2025 r.

III Spotkanie - 23 lipca 2025 r.

Miejsce realizacji usługi: **EXPERT FITNESS, ul. Szczecińska 1, 25-345 Kielce**

Zapewniony zostanie bezpłatny transport na miejsce i z miejsca realizacji usługi - miejsce zbiórki Parking - przy Centrum Samorządowym w Morawicy

Pakiet usług ogólnorozwojowych i zdrowotnych „Dzień Zdrowia dla Seniora” obejmuje:

- zajęcia ogólnorozwojowe: zdrowy kręgosłup, joga, ćwiczenia oddechowe przy muzyce relaksacyjnej, bieżnie, orbitreki, rowerki i ćwiczenia siłowe (maszyny siłowe)
- analizę kondycji zdrowotno-sprawnościowej
- konsultacje dietetyczne
- wykłady w zakresie profilaktyki zdrowotnej i postaw antydyskryminacyjnych,
- konsultacje lekarzy specjalistów
- konsultacje fizjoterapeutyczne
- obiad wraz z poczęstunkiem

Dla osób, które nie korzystały z tej formy wsparcia.

Liczba miejsc ograniczona!

Zapisy: Gminny Koordynator LSWS - Teresa Badowska tel. 41 306 79 33



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



WOJEWÓDZTWO
ŚWIĘTOKRZYSKIE

**„Tworzenie Lokalnych Systemów Wsparcia dla Seniorów” realizowany
przez Województwo Świętokrzyskie
w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie
dla Świętokrzyskiego 2021-2027 współfinansowanego
ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus, Priorytet 9 Usługi
społeczne i zdrowotne,
Działanie 9.4 Zwiększenie dostępności usług społecznych i zdrowotnych**