

Aktualności

18.05.2022 9:11

Treść

W ramach projektu „Odczaruj jesień życia” Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grybowie organizuje zajęcia dla 50 seniorów z terenu gminy Grybów. Projekt socjalny „Odczaruj jesień życia” ma na celu wsparcie, aktywizację osób starszych oraz włączenie ich w życie społeczności lokalnej- a co za tym idzie poprawę jakości życia seniorów biorących udział w projekcie.

W roku 2022 zaplanowano następujący zakres działań dla seniorów:

- 1) Warsztaty z psychologiem
- 2) Zajęcia dbające o sprawny umysł seniora - tzw. „Trening funkcji poznawczych”
- 3) Zajęcia zapobiegające wykluczeniu cyfrowemu seniora - zajęcia z informatykiem
- 4) Edukacja żywieniowa osób starszych „Menu pod lupą”-spotkanie z dietetykiem
- 5) Wykłady na temat profilaktyki schorzeń kręgosłupa prowadzone przez rehabilitanta pt. "Rehabilitacja w życiu seniora" - prowadzone przez fizjoterapeutę
- 6) Zajęcia ogólnorozwojowe

- 7) Spotkanie z funkcjonariuszami KP w Grybowie
- 8) Warsztaty kulinarne prowadzone przez Fundację „Silver Economy”
- 9) Warsztaty z zakresu stylu i pielęgnacji urody osób 60+ prowadzone przez fryzjera i kosmetyczkę
- 10) Integracja międzypokoleniowa – spotkanie z grupą teatralną z Binczarowej.

[Przewiń do początku](#)